



A **atualização do CNIS** é um procedimento fundamental para todo trabalhador que deseja garantir seus direitos previdenciários sem surpresas desagradáveis no futuro. Ter um Extrato Previdenciário impecável é a certeza de que o INSS possui todas as informações corretas sobre seus vínculos, remunerações e contribuições, o que impacta diretamente o cálculo e a concessão da sua aposentadoria.

Muitos segurados só descobrem a necessidade de corrigir informações quando estão prestes a se aposentar, enfrentando atrasos e até mesmo a negação do benefício. Em 2025, com as regras previdenciárias cada vez mais detalhadas, realizar a **atualização do CNIS** de forma proativa não é apenas uma recomendação, mas uma estratégia inteligente de planejamento. Este guia completo, baseado nas normativas vigentes do INSS, detalha o processo em 7 etapas claras e objetivas.

Compreender como funciona a **atualização do CNIS** é tomar o controle do seu futuro previdenciário. Desde a identificação de pendências até a apresentação dos documentos corretos, cada passo é crucial. Vamos detalhar todo o processo para que você possa executar a correção dos seus dados com segurança e eficiência, assegurando que todo o seu histórico de trabalho seja devidamente reconhecido pelo INSS.

Este artigo servirá como seu manual definitivo, abordando desde os conceitos básicos até as especificidades legais que regem a **atualização do CNIS**, garantindo que você esteja preparado para navegar pela burocracia e [conquistar o benefício](#) a que tem direito.

Neste artigo, você verá:

- [O que é o CNIS e por que sua atualização é vital?](#)
- [A validade legal dos dados do CNIS segundo o INSS](#)
 - [Tabela comparativa: CNIS Atualizado vs. Desatualizado](#)
- [Guia passo a passo: As 7 etapas essenciais para a Atualização do CNIS](#)
 - [Etapa 1: Verificação de pendências e divergências no extrato](#)
 - [Etapa 2: Reunião da documentação comprobatória necessária](#)
 - [Etapa 3: O pedido formal de Atualização do CNIS via Meu INSS](#)
 - [Etapa 4: Utilizando o Requerimento de Atualização do CNIS \(RAC\)](#)
 - [Etapa 5: Lidando com a Análise e Exigências do INSS](#)
 - [Etapa 6: A confirmação do Acerto dos Dados](#)
 - [Etapa 7: Monitoramento contínuo pós-atualização](#)
- [Perguntas Frequentes \(FAQ\) sobre a Atualização do CNIS](#)



- [O que acontece se eu não tiver a documentação original para a atualização do CNIS?](#)
- [O INSS pode simplesmente ignorar as anotações da minha Carteira de Trabalho?](#)
- [Pedi a atualização do CNIS junto com a aposentadoria. Isso atrasa o processo?](#)
- [Quanto tempo demora o processo de atualização do CNIS?](#)
- [Posso pedir para excluir um vínculo que está errado no meu CNIS?](#)
- [O que são os indicadores de pendência no CNIS?](#)
- [A empresa faliu e não tenho todos os documentos. Como faço a atualização do CNIS?](#)
- [Conclusão: A Atualização do CNIS como ferramenta de poder para o segurado](#)

O que é o CNIS e por que sua atualização é vital?

O Cadastro Nacional de Informações Sociais, popularmente conhecido como CNIS, é o banco de dados do Governo Federal que armazena todo o histórico de trabalho e contribuições previdenciárias dos trabalhadores brasileiros. Ele é, essencialmente, o seu currículo oficial perante a Previdência Social.

Este extrato contém informações cruciais como os nomes dos seus empregadores, as datas de admissão e demissão de cada emprego, os salários recebidos mês a mês e as contribuições realizadas como contribuinte individual ou facultativo. É com base nesses dados que o INSS calcula o tempo de contribuição e o valor de benefícios como aposentadorias, auxílio-doença e pensão por morte.

A importância de manter o CNIS correto é imensa. Qualquer erro, omissão ou divergência pode resultar em um cálculo menor do seu benefício ou, em casos mais graves, na impossibilidade de se aposentar na data planejada. Um erro comum é um vínculo de emprego que não foi devidamente baixado, ou salários registrados com valor inferior ao real. Realizar a **atualização do CNIS** periodicamente é a única forma de prevenir esses problemas.

Na prática, um CNIS desatualizado pode custar caro. Imagine trabalhar por anos em uma empresa e descobrir, ao solicitar sua aposentadoria, que aquele período não consta no sistema. Sem a devida comprovação e a **atualização do CNIS**, esses anos podem ser simplesmente ignorados pelo INSS. Portanto, a responsabilidade de [verificar e solicitar correções](#) é, em grande parte, do próprio segurado.



A validade legal dos dados do CNIS segundo o INSS

A legislação previdenciária, especificamente o [Decreto nº 6.722/2008](#), estabeleceu um marco importante. Conforme o Art. 10 da Instrução Normativa PRES/INSS nº 128/2022, os dados que constam no CNIS, a partir de 31 de dezembro de 2008, têm valor legal como prova de filiação à Previdência, tempo de contribuição e salários de contribuição.

Isso significa que, em teoria, as informações no seu extrato são consideradas verdadeiras pelo INSS. No entanto, a própria normativa prevê exceções. O Art. 11 da mesma instrução deixa claro que o INSS pode e irá solicitar documentos comprobatórios ao filiado caso haja dúvidas sobre a regularidade, divergências, ou insuficiência de dados no cadastro. É aqui que a necessidade da **atualização do CNIS** se torna evidente.

Se o seu extrato possui indicadores de pendência (as famosas “siglas do INSS”), isso é um sinal de alerta de que alguma informação precisa ser validada. O INSS não irá, por conta própria, resolver essas pendências. Cabe ao segurado tomar a iniciativa. Para isso, o [portal oficial do Governo Federal](#) oferece o serviço para solicitar a correção, um passo essencial para a **atualização do CNIS**.

O Art. 12 da normativa reforça esse direito, afirmando que o filiado pode, a qualquer momento, solicitar a inclusão, alteração ou exclusão de informações, apresentando os documentos comprobatórios. Portanto, embora o CNIS tenha presunção de veracidade, essa presunção não é absoluta e a ação do segurado para garantir a correção dos dados é um direito e um dever. Uma **atualização do CNIS** bem-sucedida transforma um extrato com pendências em um documento sólido e incontestável para sua aposentadoria.

Tabela comparativa: CNIS Atualizado vs. Desatualizado

Para visualizar o impacto direto de uma correta **atualização do CNIS**, veja a tabela abaixo. Ela demonstra as consequências práticas de manter um extrato com pendências em comparação com um extrato devidamente corrigido e validado.

Característica	CNIS Desatualizado (Com Pendências)	CNIS Atualizado (Corrigido)
Análise do Benefício	Processo lento, com exigências e análises manuais demoradas.	Análise mais rápida, muitas vezes automática ou semi-automática.



Valor da Aposentadoria	Risco de ser calculado com base em dados incorretos ou incompletos, resultando em um valor menor.	Benefício calculado com base em todas as contribuições corretas, maximizando o valor.
Tempo de Contribuição	Vínculos empregatícios podem não ser computados, adiando a data da aposentadoria.	Todo o tempo de trabalho e contribuição é reconhecido, garantindo o direito no tempo certo.
Segurança Jurídica	Fragilidade. O INSS pode questionar os dados a qualquer momento.	Força probatória. Os dados são considerados válidos e quitados.
Necessidade de Ação	Requer uma corrida contra o tempo para reunir documentos após o pedido de aposentadoria.	O segurado age proativamente, garantindo tranquilidade no futuro.
Planejamento	Impossibilita um planejamento previdenciário preciso.	Permite um planejamento assertivo e confiável para a aposentadoria.

Fica claro que investir tempo na **atualização do CNIS** não é um luxo, mas uma necessidade estratégica para quem busca segurança e o melhor benefício possível.

Guia passo a passo: As 7 etapas essenciais para a Atualização do CNIS



Realizar a **atualização do CNIS** pode parecer um processo complexo, mas ao dividi-lo em etapas lógicas, torna-se uma tarefa gerenciável. Siga este guia detalhado para garantir que seus dados previdenciários estejam corretos e prontos para sua aposentadoria.

Etapas 1: Verificação de pendências e divergências no extrato

O primeiro passo é obter e analisar seu extrato do CNIS. Este documento é a base para todo o processo. Você pode acessá-lo facilmente através do portal ou aplicativo Meu INSS. Se ainda não sabe como, pode consultar nosso guia sobre [como consultar o extrato CNIS](#).

Com o extrato em mãos, faça uma análise minuciosa. Verifique:

Vínculos: Todas as empresas onde você trabalhou estão listadas? As datas de início (admissão) e fim (demissão) estão corretas?

Remunerações: Os salários de contribuição de cada mês estão corretos? Lembre-se que eles são a base de cálculo do seu benefício.

Indicadores: Procure por siglas na última coluna do extrato (ex: PEXT, AEXT-VI, PREC-MENOR-MIN). Estes são os indicadores de pendência que o INSS aponta e que exigem sua atenção para a **atualização do CNIS**. Cada sigla representa um problema específico que



precisa ser resolvido.

Anote todas as inconsistências que encontrar. Esta lista será seu roteiro para as próximas etapas. A identificação correta dos problemas é 50% do caminho para uma **atualização do CNIS** bem-sucedida.

Etapla 2: Reunião da documentação comprobatória necessária

Com a lista de erros em mãos, a próxima etapa é reunir os documentos que provam a informação correta. A documentação é a espinha dorsal do seu pedido de **atualização do CNIS**. Conforme a Instrução Normativa, o INSS aceita uma variedade de provas.

Os documentos mais importantes são:

Carteira de Trabalho (CTPS): A CTPS física, com suas anotações de admissão, demissão, férias e alterações salariais, é um dos documentos mais fortes. O Art. 15 da IN destaca que essas anotações podem suprir falhas no CNIS.

Contratos de Trabalho e Termos de Rescisão (TRCT): Contêm informações detalhadas sobre o início e o fim do vínculo.

Holerites ou Contracheques: Provam as remunerações recebidas em cada mês.

Extrato Analítico do FGTS: Documento emitido pela Caixa que detalha os depósitos mensais do FGTS, servindo como forte indício do vínculo e da remuneração.

Documentos de Identificação: Conforme o Art. 32, é preciso ter um documento oficial com foto (RG, CNH) para qualquer solicitação.

É crucial que os documentos sejam contemporâneos à época dos fatos. O Art. 18 da IN estabelece que informações inseridas extemporaneamente no CNIS precisam ser corroboradas por documentos que comprovem sua regularidade. Organizar essa documentação de forma cronológica para cada pendência facilitará muito a análise pelo servidor do INSS e aumentará as chances de sucesso na sua **atualização do CNIS**.

Etapla 3: O pedido formal de Atualização do CNIS via Meu INSS

Com a documentação organizada, é hora de fazer o pedido formal. O canal principal para isso é o portal ou aplicativo Meu INSS. Este processo digitalizou e agilizou o que antes exigia idas a uma agência.



Dentro do Meu INSS, siga estes passos:

1. Faça login com seu CPF e senha da conta Gov.br.
2. Na barra de busca, digite “Atualizar Cadastro e/ou Vínculo (CNIS)”.
3. Siga as instruções na tela. Você será solicitado a descrever o que deseja corrigir e a anexar os documentos comprobatórios que você reuniu na etapa anterior.

Seja claro e objetivo na sua descrição. Por exemplo: “Solicito a inclusão do vínculo com a empresa X, de 01/03/2010 a 15/12/2015, conforme anotações em CTPS e extrato de FGTS anexos”. Ou “Solicito a correção das remunerações do ano de 2018, no vínculo com a empresa Y, conforme holerites anexos”. Essa clareza é vital para o processo de **atualização do CNIS**.

O Art. 12 da IN, em sua redação mais recente, destaca a importância de prestar as informações de forma completa no requerimento eletrônico. Digitalize todos os documentos de forma legível e em formato PDF, preferencialmente. A qualidade dos anexos é crucial para que o servidor do INSS possa fazer a análise corretamente. A **atualização do CNIS** depende diretamente da qualidade do seu pedido.

Etapas 4: Utilizando o Requerimento de Atualização do CNIS (RAC)

Em algumas situações, especialmente quando o formulário eletrônico não tem campos para todas as informações necessárias, o INSS pode exigir o preenchimento de um formulário específico chamado “Requerimento de Atualização do CNIS - RAC”.

O § 1º do Art. 12 da Instrução Normativa prevê essa possibilidade. O RAC (Anexo I da IN) é um formulário onde você detalha por escrito as correções que deseja fazer. Existem também modelos simplificados para situações específicas, como a exclusão de vínculos incorretos, conforme o § 2º do mesmo artigo.

Na prática, o uso do RAC é mais comum em casos complexos ou quando o segurado opta por um atendimento presencial ou envia a documentação por outros meios. No entanto, mesmo no pedido online, se sua solicitação de **atualização do CNIS** for muito detalhada, anexar um RAC preenchido pode ajudar a organizar e formalizar o pedido.

Você pode encontrar os modelos de RAC no site do INSS. Preencha-o com atenção, assine, digitalize e anexe junto com os demais documentos no seu pedido pelo Meu INSS. Este passo demonstra organização e zelo, facilitando a análise e agilizando a sua **atualização do**



CNIS.

Etapas 5: Lidando com a Análise e Exigências do INSS

Após enviar o seu pedido de **atualização do CNIS**, ele entrará em análise por um servidor do INSS. Este é um período de espera, mas é importante monitorar o andamento pelo Meu INSS.

Durante a análise, o INSS pode emitir uma “Carta de Exigência”. Isso não é um indeferimento. Significa que o servidor precisa de mais informações ou de algum documento adicional para tomar uma decisão. O Art. 22 da IN prevê que, se a documentação for insuficiente, o INSS pode realizar ações como emitir exigências ou até tomar depoimentos.

Caso receba uma exigência, você terá um prazo (geralmente 30 dias) para responder. É fundamental cumprir esse prazo. Leia a exigência com atenção, providencie o que foi solicitado e anexe no mesmo processo pelo Meu INSS. Não responder a uma exigência pode levar ao arquivamento do seu pedido sem análise de mérito.

Lembre-se que, conforme o Art. 16, as informações da sua CTPS só podem ser desconsideradas pelo INSS mediante um despacho fundamentado que demonstre inconsistência. Isso dá um grande peso à sua Carteira de Trabalho. A persistência nesta etapa é chave para o sucesso da **atualização do CNIS**.

Etapas 6: A confirmação do Acerto dos Dados

Após a análise final, se toda a documentação estiver correta, o INSS proferirá uma decisão favorável. O Art. 24 da Instrução Normativa é claro: se a documentação for contemporânea, sem indícios de irregularidade e formar convicção, o INSS efetuará o acerto dos dados no CNIS.

Você receberá uma comunicação informando sobre a conclusão do seu pedido. O passo seguinte é crucial: acesse novamente o seu extrato do CNIS para verificar se as correções foram de fato implementadas. Compare o novo extrato com o antigo e com as suas anotações.

Verifique se os vínculos foram incluídos ou corrigidos, se as remunerações foram alteradas e



se os indicadores de pendência desapareceram das linhas correspondentes. Somente após essa confirmação visual você pode considerar que o processo de **atualização do CNIS** foi concluído com êxito. É a sua garantia de que o trabalho valeu a pena.

Este momento é a concretização do seu esforço e a segurança de que seu histórico está correto, pronto para ser usado no cálculo de uma [aposentadoria por tempo de contribuição](#) justa. A correta **atualização do CNIS** é um marco no seu planejamento previdenciário.

Etapas 7: Monitoramento contínuo pós-atualização

A **atualização do CNIS** não deve ser um evento único. O ideal é transformar essa verificação em um hábito. A cada novo emprego, a cada mudança de situação contributiva (como começar a pagar como autônomo), ou pelo menos uma vez por ano, tire um tempo para consultar seu extrato.

Novos erros podem surgir, sistemas podem falhar, e informações podem ser processadas de forma incorreta. O Art. 25 da IN garante ao segurado o direito de acessar seu extrato do CNIS a qualquer momento pelos canais de atendimento. Use esse direito a seu favor. O monitoramento contínuo evita que pequenos problemas se acumulem e se tornem uma grande dor de cabeça no futuro. Manter o CNIS em dia é como fazer a manutenção preventiva de um veículo: garante que ele estará funcionando perfeitamente quando você mais precisar.

A vigilância constante é a etapa final e permanente de uma boa gestão previdenciária. Com a sua **atualização do CNIS** concluída e o hábito do monitoramento estabelecido, você estará no controle total do seu futuro junto ao INSS. Este é o poder que a informação e a ação proativa conferem ao segurado.

Perguntas Frequentes (FAQ) sobre a Atualização do CNIS

Muitas dúvidas surgem durante o processo de correção do extrato previdenciário. Reunimos aqui as perguntas mais comuns para esclarecer os pontos-chave.



O que acontece se eu não tiver a documentação original para a atualização do CNIS?

Conforme o Art. 30 da Instrução Normativa, na impossibilidade de apresentar os originais, cópias simples podem ser aceitas, inclusive digitalizadas pelo próprio segurado. Apenas em caso de dúvida fundada sobre a autenticidade é que o INSS pode exigir uma verificação adicional.

O INSS pode simplesmente ignorar as anotações da minha Carteira de Trabalho?

Não. O Art. 16 da IN é explícito ao afirmar que as informações da CTPS só podem ser desconsideradas com um despacho fundamentado que prove sua inconsistência. A CTPS é um documento de alta força probatória para a **atualização do CNIS**.

Pedi a atualização do CNIS junto com a aposentadoria. Isso atrasa o processo?

Sim, quase sempre. Solicitar a correção dos dados ao mesmo tempo que o benefício sobrecarrega o pedido, pois o servidor precisará fazer duas análises: uma para corrigir o CNIS e outra para conceder a aposentadoria. O ideal é fazer a **atualização do CNIS** com antecedência.

Quanto tempo demora o processo de atualização do CNIS?

O tempo é variável. Pedidos simples com documentação completa podem ser resolvidos em poucas semanas. Casos complexos que exigem pesquisa ou análise de muitos documentos podem levar vários meses. Por isso, a antecedência é sua maior aliada.

Posso pedir para excluir um vínculo que está errado no meu CNIS?



Sim. O Art. 12, § 2º, da IN prevê a exclusão de informações incorretas mediante uma declaração expressa do filiado. Isso é importante para evitar, por exemplo, que um vínculo indevido impeça o recebimento de outro benefício, como o seguro-desemprego.

O que são os indicadores de pendência no CNIS?

São siglas que o INSS usa para marcar informações que precisam de comprovação. Por exemplo, “PEXT” (Pendência de Vínculo Extemporâneo) indica que o vínculo foi informado fora do prazo. Cada indicador exige uma documentação específica para ser removido durante a **atualização do CNIS**. Você pode consultar a [lista completa de indicadores](#) no site do INSS.

A empresa faliu e não tenho todos os documentos. Como faço a atualização do CNIS?

Nesses casos, a comprovação é mais desafiadora, mas não impossível. Você pode usar documentos alternativos como o extrato analítico do FGTS, recibos de férias, ou até mesmo buscar uma Justificação Administrativa no INSS, que envolve o uso de testemunhas, conforme previsto no Art. 22 da normativa.

Conclusão: A Atualização do CNIS como ferramenta de poder para o segurado

Chegamos ao final deste guia completo e fica evidente que a **atualização do CNIS** é muito mais do que um mero procedimento burocrático. É um ato de empoderamento do segurado, uma ferramenta estratégica que coloca o controle do futuro previdenciário em suas próprias mãos. Em 2025, ignorar a saúde do seu extrato previdenciário é um risco que nenhum trabalhador deveria correr.

Revisamos a importância crítica do CNIS como o alicerce para a concessão de benefícios, a validade legal de seus dados e, mais importante, o direito e o dever do cidadão de solicitar correções. O passo a passo detalhado, desde a análise inicial até o monitoramento contínuo, oferece um caminho claro para transformar um extrato duvidoso em uma prova robusta do seu histórico laboral. A correta **atualização do CNIS** é um investimento com retorno



garantido.

Lembre-se que a proatividade é a chave. Não espere a véspera da sua aposentadoria para descobrir erros que poderiam ter sido corrigidos anos antes. Utilize os canais digitais como o Meu INSS, organize sua documentação e exerça seu direito. Uma **atualização do CNIS** bem executada reflete diretamente em um benefício concedido mais rápido e com o valor justo, fruto de uma vida inteira de trabalho e contribuição. Assuma o protagonismo da sua história previdenciária hoje mesmo.

O que você achou disso?

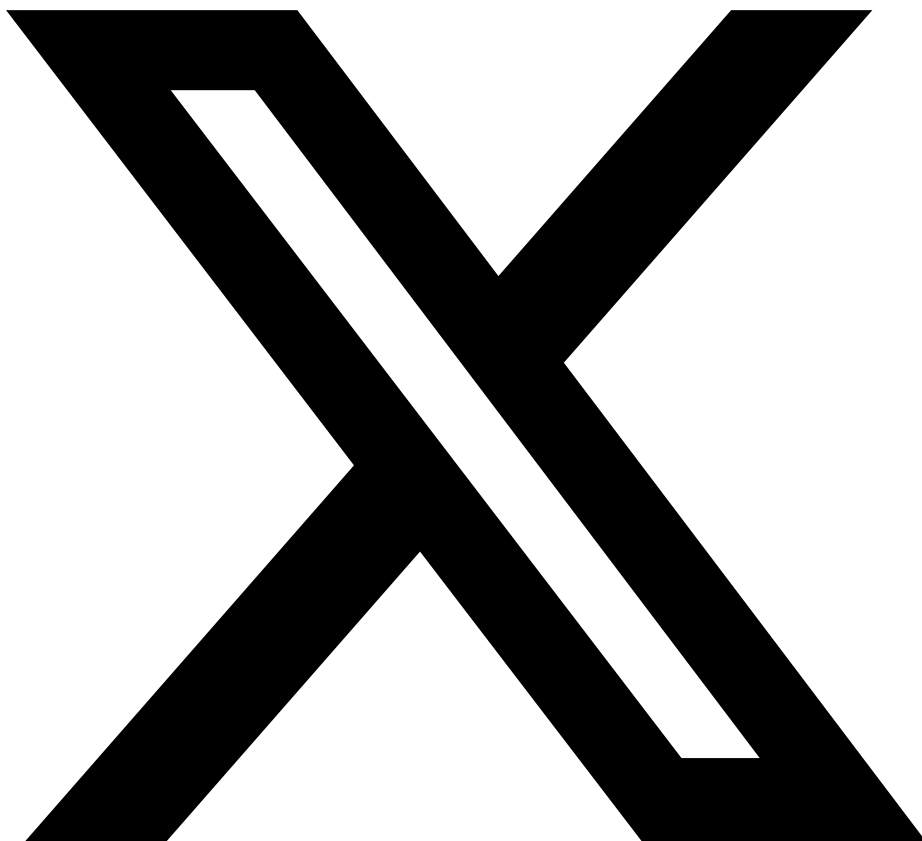
Clique nas estrelas

Enviar classificação

Média da classificação 5 / 5. Número de votos: 1

Nenhum voto até agora! Seja o primeiro a avaliar este post.

Compartilhe:



[Share on X \(Twitter\)](#)



[Share on Facebook](#)



[Share on Pinterest](#)



[Share on LinkedIn](#)



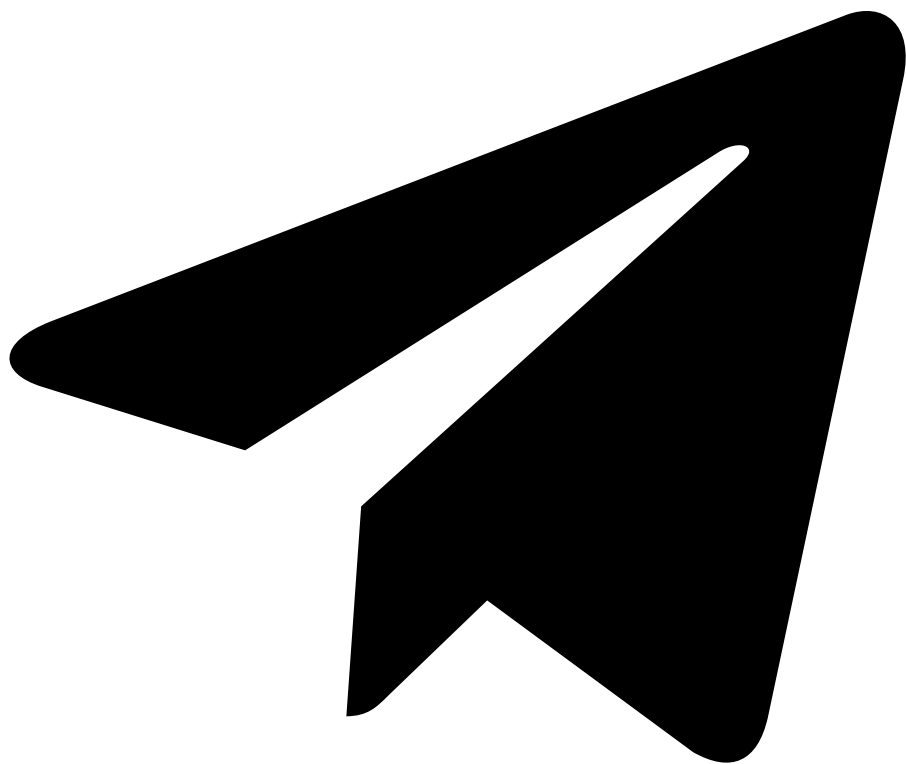
[Share on Email](#)



[Share on Reddit](#)



[Share on WhatsApp](#)



[Share on Telegram](#)