Prestaciones por Nacimiento.es

GUÍA · VACACIONES Y BAJAS · 2026

Vacaciones y bajas: *no las pierdes, y el orden de tu vuelta importa*

Qué pasa con tus vacaciones si estás de baja, hasta cuándo puedes cogerlas y en qué orden volver.
Con checklist de tu vuelta y calculadora de fechas.

EDICIÓN 2026 · ACTUALIZADA EL 13 DE NOVIEMBRE DE 2026

Escrita por el equipo de *Prestaciones por Nacimiento*
Más de 2.500 familias desde abril de 2024 · 933 reseñas en Google

QUÉ VAS A ENCONTRAR

Índice

Léela del tirón o ve directa al capítulo que te haga falta: *cada uno se entiende solo.*

01 **Tus vacaciones no desaparecen por estar de baja** 3

02 **¿Qué pasa con mis vacaciones si estoy de baja?** 4

03 **¿En qué orden organizo mi vuelta al trabajo?** 6

04 **Los casos que más nos consultan** 10

05 **Preguntas frecuentes** 11

Cómo lo hacemos nosotras 14

Esta guía también vive en la web

- **Se ajusta a tu caso** y calcula tus fechas.
- **Este PDF**, para tenerla a mano.

prestacionespornacimiento.es/guias/vacaciones

Si vas con prisa, lo hacemos nosotras desde 29,90 €

Servicios y precios, y se pide con un toque

14

01 LO ESENCIAL, DE UN VISTAZO

Tus vacaciones no desaparecen por estar de baja

Mientras estás de **baja médica** o de **permiso por nacimiento**:

- **Sigues generando** vacaciones.
- Si coinciden con la baja, **se disfrutan después**, aunque acabe el año.
- Lo único que tienes que hacer: **pedirlas bien y en buen orden**.

CADA AÑO	CON EL PERMISO	OTRA BAJA MÉDICA
30	**Después**	**18**
días naturales, como mínimo	aunque acabe el año	meses de margen

¿Qué te preocupa más?

Lo que más nos preguntan sobre las vacaciones y la baja, en tres datos cada cosa. En la web lo eliges tocando.

LO QUE TE PREOCUPA	DATO 1	DATO 2	DATO 3
Si las pierdo	**No** se pierden por coincidir con el permiso	**Sí** se siguen generando durante la baja	**0 €**: no se cambian por dinero si sigues en la empresa
Cuándo las cojo	**Después** del permiso, aunque haya acabado el año	**18 meses** desde fin de año, si fue otra baja médica	**2 meses** antes, como mínimo, conoces tus fechas
Cómo ordeno la vuelta	**17 semanas** de permiso por nacimiento	**Lactancia** acumulada en días completos	**Vacaciones** y, sin prisa, las 2 semanas

02 LO QUE DICE LA LEY

¿Qué pasa con mis vacaciones si estoy de baja?

Son **cuatro reglas**, todas del artículo 38 del Estatuto de los Trabajadores. Con ellas tienes respuesta para casi cualquier caso.

1 La regla general

- Son **30 días naturales al año**, como mínimo.
- Se cogen **dentro del año**: del 1 de enero al 31 de diciembre.
- Las fechas se fijan **de común acuerdo**: tu empresa no te las puede poner sola.

2 Durante la baja sigues generando

Aunque no estés trabajando, **los días de vacaciones se siguen sumando** mientras estás:

- De **baja médica**, por cualquier motivo.
- De baja por **embarazo, parto o lactancia natural**.
- De **permiso por nacimiento**, tanto la madre como el otro progenitor.

3 La excepción que te protege

Las disfrutas **al terminar**, **aunque ya haya acabado el año**, si coinciden con:

- Una **baja por embarazo, parto o lactancia natural**.
- El **riesgo durante el embarazo o la lactancia**.
- El **permiso por nacimiento**.
- El permiso por **adopción o acogimiento**.

4 Otra baja médica: 18 meses

Si la baja es por **otro motivo** (una gripe, una operación, una lesión):

- Las disfrutas **al terminar la baja**.
- Con un límite: **18 meses desde el final de ese año**.
- Vacaciones de **2026**: como tarde, hasta el **30 de junio de 2028**.
- Vacaciones de **2027**: como tarde, hasta el **30 de junio de 2029**.

MIRA TU CONVENIO

Tu convenio puede mejorar estas reglas

La ley pone el **mínimo**. Muchos convenios:

- Dan **más días**.
- Los cuentan en **días laborables**.
- Dan **más margen** para cogerlos.

Si tu convenio es mejor, **se aplica el convenio**. Lo que nunca puede es darte menos que la ley.

El argumento para tu empresa

¿Te dicen que tus vacaciones «caducan» al acabar el año? Esto es lo que dice la ley, **palabra por palabra**. Cópialo en tu correo.

Artículo 38.3 del Estatuto de los Trabajadores

Texto literal, del BOE

«Cuando el periodo de vacaciones fijado en el calendario de vacaciones de la empresa al que se refiere el párrafo anterior coincida en el tiempo con una incapacidad temporal derivada del embarazo, el parto o la lactancia natural o con el periodo de suspensión del contrato de trabajo previsto en los apartados 4, 5 y 7 del artículo 48, **se tendrá derecho a disfrutar las vacaciones en fecha distinta** a la de la incapacidad temporal o a la del disfrute del permiso que por aplicación de dicho precepto le correspondiera, **al finalizar el periodo de suspensión, aunque haya terminado el año natural a que correspondan**.

En el supuesto de que el periodo de vacaciones coincida con una incapacidad temporal por contingencias distintas a las señaladas en el párrafo anterior que imposibilite al trabajador disfrutarlas, total o parcialmente, durante el año natural a que corresponden, el trabajador podrá hacerlo una vez finalice su incapacidad y siempre que **no hayan transcurrido más de dieciocho meses a partir del final del año en que se hayan originado**.»

(Artículo 38.3 del Estatuto de los Trabajadores. El apartado 4 del artículo 48 es el permiso por nacimiento.)

¿Hasta cuándo puedo disfrutarlas?

En la versión web de esta guía tienes la calculadora: pones tus fechas o tu sueldo y te da el resultado al momento. **prestacionespornacimiento.es/guias/vacaciones**
Orientativo, con lo que dice la ley. Si tu convenio da más margen, manda el convenio.

¿Tu empresa te dice que las has perdido?

No firmes nada todavía. Con tu convenio delante:

Revisamos tu caso — Videollamada y escrito a tu empresa — **69,90 €**

Y hablamos con tu empresa — Te representamos ante ella — **149,90 €**

Toca un botón: se añade al carrito, *con el precio a la vista antes de pagar.*

03 TU CHECKLIST DE LA VUELTA

¿En qué orden organizo mi vuelta al trabajo?

Cuatro tramos, uno detrás de otro. Así alargas el tiempo con tu bebé sin gastar ni un día que no sea tuyo.

1

Tus 17 semanas

- El permiso por nacimiento, seguido desde el parto.

2

La lactancia

- Acumulada en días completos, pegada al permiso.

3

Las vacaciones

- Las que tengas pendientes, detrás de la lactancia.

4

Las 2 semanas

- Pegadas, o guardadas hasta que tu hijo cumpla 8 años.

Estas son las tareas de cada tramo. En la web puedes ir marcándolas según las haces.

1 Tus 17 semanas

- Las **6 primeras**: seguidas, justo después del parto.
- Las otras **11**: seguidas o por semanas, hasta los 12 meses del bebé.
- **Las paga la Seguridad Social**, al 100 % de tu base.

TU CHECKLIST

- Pedir a la empresa el **certificado de empresa**.
- Solicitar la **prestación por nacimiento** a la Seguridad Social.
- Si vas a repartir las semanas, **avisar a la empresa con 15 días** de antelación.
- Guardar la **resolución** con tus fechas: la necesitarás para lo siguiente.

2 La lactancia acumulada

- Es **una hora al día** hasta los 9 meses del bebé.
- Muchas empresas dejan **juntarla en días completos**, seguidos al acabar el permiso.

TU CHECKLIST

- Mirar en tu **convenio** si deja acumularla y cuántos días da.
- Pedirla **por escrito**, con **15 días** de antelación, diciendo el día de inicio y el de fin.
- Que la empresa te **conteste por escrito**.

Estos días **los paga tu empresa**, en tu nómina de siempre.

3 Las vacaciones

- Las del **año anterior** que no pudiste coger por el permiso.
- Las que llevas **generadas este año**.
- **Pegadas a la lactancia**: más días seguidos con tu bebé.

TU CHECKLIST

- Pedir a Recursos Humanos tu **saldo de vacaciones**: las del año pasado y las de este.
- Pedirlas **por escrito**, para empezar al acabar la lactancia.
- Si te dicen que las has perdido: **no firmes nada** y escríbenos.

4 Las 2 semanas hasta los 8 años

- Muchos las llaman **«semanas parentales retribuidas»**: son parte de tu permiso.
- **Sin prisa**: cuando quieras, hasta los 8 años de tu hijo.
- Van al final porque te dan **margen**: un verano, la adaptación a la guarde, un imprevisto.

TU CHECKLIST

- **Avisar a la empresa con 15 días** de antelación.
- Pedirle el **certificado de empresa** con la fecha de inicio.
- Solicitarlas a la **Seguridad Social**.

También **las paga la Seguridad Social**. Se cogen por semanas completas. Si eres familia monoparental, son **4**.

POR QUÉ ESTE ORDEN

Lo que caduca antes, primero

- **Lactancia**: solo hasta los **9 meses** del bebé. Si la dejas para después, se acaba.
- **Vacaciones**: van al terminar el permiso.
- **Las 2 semanas**: te esperan **hasta los 8 años**.

Tu calendario de vuelta

En la versión web de esta guía tienes la calculadora: pones tus fechas o tu sueldo y te da el resultado al momento. **prestacionespornacimiento.es/guias/vacaciones**
Orientativo: permiso seguido desde el parto, de lunes a viernes, con festivos nacionales.
Sin días de lactancia, los estimamos como en la **guía de conciliación**. El número exacto lo fija tu convenio.

Los mensajes, ya escritos

Cópialos, cambia lo que va entre corchetes y mándalos a tu empresa por correo. Pide siempre que te **contesten por escrito**.

A tu empresa, por tus vacaciones

Para saber tu saldo y pedirlas tras la lactancia

Hola:

Soy [nombre y apellidos], con DNI [número]. Estoy de permiso por nacimiento hasta el **[último día del permiso]**.

Os pido que me confirméis por escrito **cuántos días de vacaciones tengo pendientes**, del año pasado y de este. Según el artículo 38.3 del Estatuto de los Trabajadores, las vacaciones que coinciden con el permiso se disfrutan al terminarlo, aunque haya acabado el año.

Me gustaría disfrutarlas **del [fecha de inicio] al [fecha de fin]**, justo después de la lactancia acumulada.

Gracias. Un saludo.

A tu empresa, por la lactancia acumulada

Con 15 días de antelación

Hola:

Soy [nombre y apellidos], con DNI [número]. Mi bebé nació el **[fecha de nacimiento]** y mi permiso por nacimiento termina el **[último día del permiso]**.

Según el artículo 37.4 del Estatuto de los Trabajadores y mi convenio, solicito disfrutar el permiso de lactancia **acumulado en jornadas completas**, **del [fecha de inicio] al [fecha de fin]**.

Os agradezco que me lo confirméis por escrito. Un saludo.

A tu empresa, por las 2 semanas

Aviso de 15 días y certificado de empresa

Hola:

Soy [nombre y apellidos], con DNI [número]. Os aviso con 15 días de antelación de que voy a disfrutar **[2] semanas de mi permiso por nacimiento**, de las que se pueden coger hasta que mi hijo cumpla 8 años, **del [fecha de inicio] al [fecha de fin]**.

Para pedirlas a la Seguridad Social, os pido el **certificado de empresa con fecha de inicio [fecha de inicio]**.

Gracias. Un saludo.

Si quieres ir más a fondo:

- **Guía de conciliación**: calcula tu lactancia y la reducción de jornada.
- **Derechos laborales**: lo que tu empresa no puede hacerte a la vuelta.
- **Paternidad**: las semanas del otro progenitor.
- **Planificador de permisos**: repartid las semanas entre los dos.

04 SI TU CASO TIENE SU MIGA

Los casos que más nos consultan

1 Das a luz en diciembre

Tu permiso llega a la primavera y no cogiste las vacaciones de ese año.

- **No las pierdes**: las disfrutas al terminar el permiso.
- Y a la vez **generas las del año nuevo**.

2 Estuviste de baja médica antes del parto

- **Por el embarazo**: las disfrutas al terminar, como con el permiso.
- **Por otro motivo**: tienes **18 meses desde el final de ese año**.

3 Tu empresa ya te había fijado las vacaciones

Si caen dentro de tu baja o tu permiso:

- **No cuentan como disfrutadas**.
- Las coges **al terminar**, en fechas nuevas que acordáis.

4 Se te acaba el contrato

- Si sales sin disfrutarlas, te las **pagan en el finiquito**.
- Es el único caso en que se cambian por dinero.

5 Quieres pedir reducción de jornada al volver

- Avísalo **por escrito**, **15 días** antes de tu primer día de trabajo.
- Ese día te lo da la calculadora de arriba.
- Cómo pedirla: guía de conciliación.

Lo que sí puedes exigir

- Disfrutar las vacaciones **al terminar el permiso**, aunque haya acabado el año.
- Que las fechas se fijen **de común acuerdo**, no a dedo.
- Conocer tus fechas **con dos meses de antelación**.

Lo que no puede hacer tu empresa

- Darte por **perdidas** las vacaciones que coincidieron con el permiso.
- **Pagártelas** en vez de dejarte disfrutarlas, si sigues en la empresa.
- Descontarte días por el tiempo que estuviste de **baja o de permiso**.

05 LO QUE NOS PREGUNTAN LAS FAMILIAS

Preguntas frecuentes

¿Pierdo las vacaciones si estoy de baja por maternidad o paternidad?

No.

- Si coinciden con el permiso por nacimiento, las disfrutas **al terminarlo**.
- Aunque ya haya acabado el año.
- Lo dice el artículo 38.3 del Estatuto de los Trabajadores.

¿Genero vacaciones mientras estoy de baja?

Sí.

- Durante la baja médica y el permiso por nacimiento, **igual que si trabajaras**.
- Tu empresa **no puede descontarte días** por ese tiempo.

¿Puedo coger las vacaciones justo después de la baja por maternidad?

Sí, y es lo más habitual. Te recomendamos este orden:

- **Primero**, el permiso por nacimiento.
- **Después**, la lactancia acumulada.
- **Luego**, las vacaciones.

Pídelas **por escrito y con tiempo**: las fechas se acuerdan con la empresa.

¿Qué va antes, la lactancia o las vacaciones?

Normalmente, la lactancia.

- Solo existe hasta los **9 meses** del bebé: si la dejas, se acaba.
- Las vacaciones van justo después.

Estuve de baja médica todo el año, ¿hasta cuándo puedo coger las vacaciones?

- **Por el embarazo, el parto o la lactancia natural**: al terminar la baja, aunque haya acabado el año.
- **Por otro motivo**: hasta 18 meses desde el final de ese año.
- Ejemplo: las de 2026, como tarde el **30 de junio de 2028**.

Mi empresa dice que las vacaciones del año pasado ya no valen, ¿es verdad?

No, si no pudiste cogerlas por el permiso o la baja. Siguen siendo tuyas.

- **No firmes nada** que diga que renuncias a ellas.
- Pide que te contesten **por escrito**.
- Si insisten, escríbenos y lo miramos con tu convenio.

¿Me pueden pagar las vacaciones en vez de disfrutarlas?

No, mientras sigas en la empresa.

- Las vacaciones no se cambian por dinero.
- Solo se pagan si el contrato termina sin disfrutarlas: van en el **finiquito**.

¿Puede mi empresa decidir sola cuándo cojo las vacaciones?

No.

- Las fechas se fijan **de común acuerdo**, según el calendario y tu convenio.
- Tienes derecho a conocerlas **2 meses antes**.

¿Cuándo cojo las 2 semanas que quedan hasta los 8 años?

Cuando quieras, hasta los 8 años de tu hijo. Por eso van al final: te dan margen. Para pedirlas:

- Avisa a la empresa con **15 días**.
- Pídele el **certificado de empresa** con la fecha de inicio.
- Solicítalas a la **Seguridad Social**.

¿Quién me paga las 2 semanas hasta los 8 años?

La Seguridad Social, igual que el resto de tu permiso.

- Se cogen por **semanas completas**.
- Familia monoparental: son **4 semanas**.

¿El otro progenitor también tiene estas vacaciones protegidas?

Sí.

- El permiso por nacimiento es **igual para los dos**.
- Si sus vacaciones coinciden con su permiso, las disfruta **al terminarlo**.

¿Mi convenio puede darme más vacaciones o más margen?

Sí. La ley pone el mínimo: 30 días naturales al año. Muchos convenios:

- Dan más días.
- Los cuentan en días laborables.
- Dan más margen para cogerlos.

Si tu convenio es mejor, **se aplica el convenio**.

SI PREFIERES QUE LO HAGAMOS NOSOTRAS

Cómo lo hacemos *nosotras*

Desde calcular tus días de lactancia hasta **hablar nosotras con tu empresa**. El precio se ve antes de pagar.

SOLO LA LACTANCIA

Tus días de lactancia, calculados

29,90 €

- Calculamos tus **días exactos**, con tu convenio.
- Te damos el **escrito** para tu empresa.
- Lo presentas tú.

Calculad mi lactancia — 29,90 €
Con el escrito listo

EL QUE MÁS ELIGEN

LA MÁS PEDIDA

Tu plan de vuelta, a medida

69,90 €

45 minutos

- **Videollamada** con nosotras.
- Tu calendario entero: **17 semanas, lactancia, vacaciones y las 2 semanas**.
- El **escrito para tu empresa**, listo para mandar.

Quiero mi plan de vuelta — 69,90 €
Videollamada y escrito

SI TU EMPRESA PONE PEGAS

Nosotras hablamos con tu empresa

149,90 €

1 hora

- Todo lo del plan de vuelta.
- **Te representamos ante tu empresa**.
- Para cuando te dicen que **las has perdido**.

Que habléis con mi empresa — 149,90 €
Videollamada y representación

Toca un botón: se añade al carrito y solo queda pagar.

Precios leídos de la web el 13 de noviembre de 2026, en pago único y con factura *(en la web ves todo lo que incluye cada opción)*.

¿No sabes cuál te conviene?

Escríbenos y te lo decimos según vuestro caso, *sin compromiso.*

WhatsApp +34 644 065 380 · toca y se abre el chat
prestacionespornacimiento.es/asesoria-personalizada
info@prestacionespornacimiento.es

ESCANEA Y VE AL PACK

Quién está al otro lado

- **Laboralistas especializadas** en prestaciones y ayudas a familias *(y además, madres)*.
- **Más de 2.500 familias** desde abril de 2024.
- **933 reseñas** en Google.



Bárbara
COFUNDADORA
Revisa vuestro caso y lleva los difíciles.



Miriam
COORDINA EL EQUIPO
Os atiende: si escribís, os contesta ella.



Dayana
TRÁMITES
Presenta los trámites y os avisa en cada paso.



Paula
ATENCIÓN A LAS FAMILIAS
Sigue vuestro caso hasta el final.



Natalia
ASESORÍAS
Asesorías y dudas legales, junto a Bárbara.

Tú disfrutas de tu bebé, *nosotros del trámite.*

Más guías gratuitas del equipo

- **Trámites tras el nacimiento:** Todo lo que hay que hacer cuando nace el bebé, en orden y paso a paso prestacionespornacimiento.es/guias/tramites-nacimiento
- **Cuándo y cuánto se cobra:** Fechas de pago de la maternidad y la paternidad, y cómo se calcula el importe prestacionespornacimiento.es/guias/cobro-prestacion
- **Reducción de jornada:** Cuánto cobrarás reduciendo y el modelo de escrito para pedirla prestacionespornacimiento.es/guias/conciliacion
- **Madre soltera:** Las 32 semanas de baja, con fechas, y cómo acreditar que eres familia monoparental prestacionespornacimiento.es/guias/familia-monoparental
- **Autónomos:** Cuánto cobras de baja, qué pasa con tu cuota y cuándo puedes volver a facturar prestacionespornacimiento.es/guias/autonomos
- **Bebé hospitalizado:** Los días extra de permiso si tu bebé estuvo ingresado, con calculadora prestacionespornacimiento.es/guias/bebe-hospitalizado
- **La CUME:** Cuidado de un hijo con cáncer u otra enfermedad grave: qué cambió el 23/10/2026 prestacionespornacimiento.es/guias/cume
- **Excedencia:** Hasta cuándo puedes parar, si te guardan el puesto y los modelos para pedirla y volver prestacionespornacimiento.es/guias/excedencia
- **Permiso de paternidad:** Las 19 semanas, cómo repartirlas y una calculadora de tus fechas prestacionespornacimiento.es/guias/paternidad
- **Derechos laborales:** Despido, riesgo en el embarazo, vacaciones y vuelta al trabajo, con plazos prestacionespornacimiento.es/guias/derechos-laborales
- **Familia numerosa:** El título, los 100 € al mes de Hacienda y el pago único, con calculadora prestacionespornacimiento.es/guias/familia-numerosa
- **Gemelos o más:** Semanas extra y las dos ayudas propias del parto múltiple prestacionespornacimiento.es/guias/parto-multiple
- **Cobrando el paro:** Qué pasa con tu paro cuando nace el bebé, cómo pausarlo y cómo volver después prestacionespornacimiento.es/guias/paro
- **Modelo 145:** Qué casilla marcar tras el nacimiento y cuánto más cobras cada mes, con calculadora prestacionespornacimiento.es/guias/modelo-145
- **Calculadora de la baja:** Cuánto cobrarás de baja por maternidad o paternidad, con tu base y según tu situación prestacionespornacimiento.es/guias/calculadora-baja-maternidad
- **Adaptación de jornada:** Otro horario, turno fijo o teletrabajo sin cobrar menos, con plazos y modelos de escrito prestacionespornacimiento.es/guias/adaptacion-jornada

Prestaciones por Nacimiento.es

Más de 2.500 familias desde abril de 2024.

933 reseñas en Google.

prestacionespornacimiento.es

WhatsApp **+34 644 065 380**

info@prestacionespornacimiento.es

Esta guía en la web: **prestacionespornacimiento.es/guias/vacaciones**

Guía informativa del equipo de Prestaciones por Nacimiento, *que no sustituye a una revisión de tu caso.*

Edición 2026, actualizada el 13 de noviembre de 2026, *con importes sobre el salario mínimo de 2026 y precios de la web de ese día.*