

GUÍA RÁPIDA REGULARIZACIÓN 2026 EN LENGUAJE CLARO

PLAZO DE SOLICITUD HASTA EL 30 DE
JUNIO DE 2026



atu

FORMACIÓN Y DIGITALIZACIÓN



AVISO IMPORTANTE

**ESTA GUÍA ES INFORMATIVA
Y ESTÁ ESCRITA EN
LENGUAJE SENCILLO. NO
SUSTITUYE LA REVISIÓN
PROFESIONAL DE TU CASO.**

*Cada situación puede
ser distinta.*

atu

FORMACIÓN Y DIGITALIZACIÓN

1. ¿QUÉ ES LA REGULARIZACIÓN 2026

La regularización 2026 abre una vía para que algunas personas extranjeras que ya están en España puedan solicitar una autorización de residencia temporal por circunstancias excepcionales.

Hay dos grandes vías:

A. Si pediste asilo o protección internacional

Puede interesarte si presentaste tu solicitud antes del 1 de enero de 2026 y cumples los demás requisitos.

B. Si estás en situación irregular

Puede interesarte si ya estabas en España antes del 1 de enero de 2026 y cumples los requisitos del llamado arraigo extraordinario.

2. LO PRIMERO QUE TIENES QUE MIRAR

Antes de hacer nada, revisa estas 4 preguntas:

1. ¿Estabas en España antes del 1 de enero de 2026?

Ese es uno de los puntos básicos.

2. ¿Llevas 5 meses seguidos en España antes de presentar la solicitud?

La norma pide permanencia ininterrumpida.

3. ¿Tienes un permiso de estancia o residencia en vigor?

Si lo tienes, esta vía puede no ser para ti.

4. ¿Estás renovando, prorrogando o modificando otro permiso?

En ese caso, también puede haber incompatibilidad.

3. ¿QUIÉN PUEDE TENER OPCIONES?

En general, puede que tengas opciones si:

- Estabas en España antes del 1 de enero de 2026.
- Puedes demostrar 5 meses de permanencia ininterrumpida.
- No tienes autorización de estancia o residencia en vigor.
- No estás en un procedimiento abierto para conseguir, renovar, prorrogar o modificar otra autorización.
- Puedes aportar la documentación básica.
- No tienes un problema serio de antecedentes penales o de orden público.

4. ¿QUIÉN DEBE TENER MUCHO CUIDADO ANTES DE PRESENTAR?

No conviene lanzarse a presentar sin revisar bien el caso si:

- Tienes una estancia o residencia vigente.
- Estás en trámite de renovación o modificación.
- No puedes demostrar bien tu permanencia en España.
- Tienes dudas con antecedentes penales.
- Tu caso está mezclado con asilo, familia, menores o una orden de expulsión.

5. ¿QUÉ SIGNIFICA “5 MESES ININTERRUMPIDOS”

Quiere decir que debes poder demostrar que has estado en España de forma seguida durante los 5 meses anteriores a la solicitud.

Pruebas que pueden ayudarte:

- Empadronamiento
- Citas médicas
- Justificantes de envío o recepción.
- Documentos escolares de tus hijos.
- Resguardos y comunicaciones con fecha.
- Informes sociales.
- Facturas, recibos o documentos fechados con tu nombre.

CONSEJO PRÁCTICO: NO TE APOYES EN UN SOLO DOCUMENTO. REÚNE VARIOS

6. SI PEDISTE ASILO, ESTO TE INTERESA

Si solicitaste protección internacional antes del 1 de enero de 2026, puede existir una vía específica para ti.

Lo importante:

- Debes cumplir los requisitos generales.
- Duedes quedar habilitado provisionalmente para residir y trabajar mientras se tramita.
- Si te conceden esta autorización, después tendrás que desistir de tu solicitud de asilo o del recurso pendiente

**ESTE PUNTO CONVIENE REVISARLO
MUY BIEN ANTES DE DAR PASOS**

7. SI ESTÁS EN SITUACIÓN REGULAR, ESTO TE INTERESA

La norma también crea una vía de arraigo extraordinario para personas que ya estaban en España antes del 1 de enero de 2026.

Además de los requisitos generales, tienes que encajar en al menos uno de estos tres supuestos:

A. Trabajo

- Haber trabajado
- O poder acreditar intención de trabajar
- O presentar oferta de trabajo
- O declaración responsable para trabajo por cuenta propia

B. Familia

- Convivir con hijos menores
- O hijos mayores con discapacidad o dependencia
- O convivir con ascendientes de primer grado

C. Vulnerabilidad

Poder acreditar una situación de vulnerabilidad a través de servicios sociales o entidades habilitadas

8. ¿PUEDES TRABAJAR MIENTRAS ESPERAS?

Sí.

Uno de los puntos más importantes es que, desde la comunicación de inicio de la tramitación, la persona solicitante puede quedar habilitada provisionalmente para residir y trabajar.

Esto hace que muchas personas quieran revisar su caso cuanto antes.

9. DOCUMENTOS QUE DEBERÍAS EMPEZAR A REUNIR YA

Documentación básica

- Pasaporte completo o documento equivalente
- Pruebas de presencia en España
- Pruebas de los 5 meses de permanencia
- Justificante de pago de la tasa
- Si tu caso tiene que ver con familia
- Certificado de nacimiento de hijos
- Documentos de pareja o matrimonio
- Documentos de convivencia
- Documentación de ascendientes si aplica

Si tu caso tiene que ver con trabajo

- Oferta de trabajo
- Documentos de actividad laboral previa
- Documentación de actividad por cuenta propia si aplica

10. ANTECEDENTES PENALES: UNO DE LOS PUNTOS MÁS IMPORTANTES

Los antecedentes penales son un punto clave.

Qué hacer:

- Revisa si necesitas pedirlos en tu país de origen o en otros países donde hayas vivido.
- No lo dejes para el final.
- Si ya los has solicitado y ha pasado más de un mes sin respuesta, guarda el justificante.

CONSEJO: ESTE TEMA PUEDE MARCAR LA DIFERENCIA ENTRE UN EXPEDIENTE PREPARADO Y UN EXPEDIENTE BLOQUEADO.

11. ¿Y SI TENGO HIJOS?

La norma flexibiliza la situación de muchos menores en determinados supuestos.

En general:

- Si el menor nació en España, se flexibiliza el plazo habitual
- Si el menor no nació en España, también se flexibilizan ciertos requisitos en determinados casos
- Si tienes hijos, conviene revisar el expediente familiar completo y no solo el tuyo.

12. ¿ Y MI PAREJA O MIS PADRES?

En determinados casos, ascendientes de primer grado, cónyuge o pareja registrada que formen parte de la unidad de convivencia pueden solicitar la autorización de forma simultánea.

Esto hace especialmente importante reunir bien la documentación familiar

13. ¿DÓNDE SE PRESENTA?

La solicitud podrá presentarse:

- Por medios electrónicos
- En oficinas públicas habilitadas
- También en Correos
- Y en otras oficinas que se determinen

Esto facilita el acceso al proceso, pero no sustituye la necesidad de presentar correctamente los documentos.

14. ¿CUÁNTO TARDA?

El plazo general previsto es de 3 meses, aunque puede haber suspensiones si faltan documentos o si la administración necesita información adicional.

IMPORTANTE: SI NO SE NOTIFICA RESOLUCIÓN EN PLAZO, LA SOLICITUD SE ENTIENDE DESESTIMADA POR SILENCIO ADMINISTRATIVO.

15. SI TIENES UNA ORDEN DE EXPULSIÓN O DEVOLUCIÓN

En determinados supuestos, si te conceden esta autorización, se puede archivar el procedimiento de expulsión o devolución y revocar la orden.

Este es un punto especialmente delicado y debe revisarse bien.

16.7 ERRORES QUE DEBERÍAS EVITAR

1. Pensar que toda persona irregular entra

No. Hay requisitos y hay exclusiones.

2. Esperar al último momento

El plazo acaba el 30 de junio de 2026.

3. Guiarte por rumores de redes o grupos

No toda la información que circula es correcta.

4. No ordenar tus pruebas de permanencia

Decir “yo estaba aquí” no basta.

5. Descuidar los antecedentes penales

Es uno de los puntos más sensibles.

6. Copiar el caso de otra persona

Tu expediente puede ser muy distinto aunque tu situación se parezca.

7. Presentar sin revisar bien la estrategia

Especialmente si tu caso afecta a asilo, menores, familia o vulnerabilidad.

17. ¿QUÉ DEBERÍAS HACER ESTA SEMANA?

- **Paso 1**

Comprueba si estabas en España antes del 1 de enero de 2026.

- **Paso 2**

Haz una carpeta con todos los documentos que prueban que has estado aquí los últimos 5 meses.

- **Paso 3**

Revisa tu pasaporte o documento equivalente.

- **Paso 4**

Pide cuanto antes los antecedentes penales si aún no los tienes.

- **Paso 5**

Reúne documentos de hijos, pareja, padres o convivencia si forman parte de tu caso.

- **Paso 6**

Si tu caso puede ir por vulnerabilidad, busca apoyo en servicios sociales o entidades habilitadas.

- **Paso 7**

Infórmate bien antes de presentar

18. RESUMEN EXPRESS

Puede interesarte si:

- Estabas en España antes del 1 de enero de 2026
- Llevas 5 meses seguidos aquí
- No tienes permiso vigente
- Puedes demostrar tu situación con documentos

Ojo con:

- Antecedentes penales
- Pruebas de permanencia
- Expedientes ya en trámite
- Casos de asilo
- Plazos

19. PREGUNTAS FRECUENTES

¿Puedo presentar aunque no tenga aún todos los documentos?

Depende. Si falta documentación importante, pueden requerirte subsanación o tener problemas de tramitación.

¿Sirve el empadronamiento por sí solo?

Ayuda, pero es mejor aportar varias pruebas.

¿Puedo trabajar mientras espero?

La norma prevé habilitación provisional para trabajar desde el inicio de tramitación.

¿Y si tengo hijos?

Conviene revisar el expediente familiar completo.

¿Y si ya pedí asilo?

Puede haber una vía específica para ti, pero hay que revisar bien el caso.

¿QUIERES SABER SI TU CASO PUEDE ENCAJAR?

TE AYUDAMOS A ORIENTARTE CON INFORMACIÓN CLARA Y ÚTIL.

QUIERO APUNTARME
AL DIRECTO

QUIERO RECIBIR LA CHECKLIST
DE DOCUMENTOS

QUIERO REVISAR MI CASO

VISITA NUESTRA PÁGINA WEB.

atu

FORMACIÓN Y DIGITALIZACIÓN