

Entiende. Compara. Decide.

Una guía neutral para conocer los partidos,
comparar propuestas y preparar tu voto.

29

NOVIEMBRE 2026

Congreso + Senado

06 OCT

Convocatoria

Convocatoria BOE. Se puede
solicitar voto postal.

12–19 OCT

Comprueba el censo

Revisa tu censo; consulta
el calendario INE.

13–27 NOV

Campaña electoral

Programas y candidaturas
de 2026

28 NOV

Jornada de reflexión

Sin campaña electoral.

29 NOV

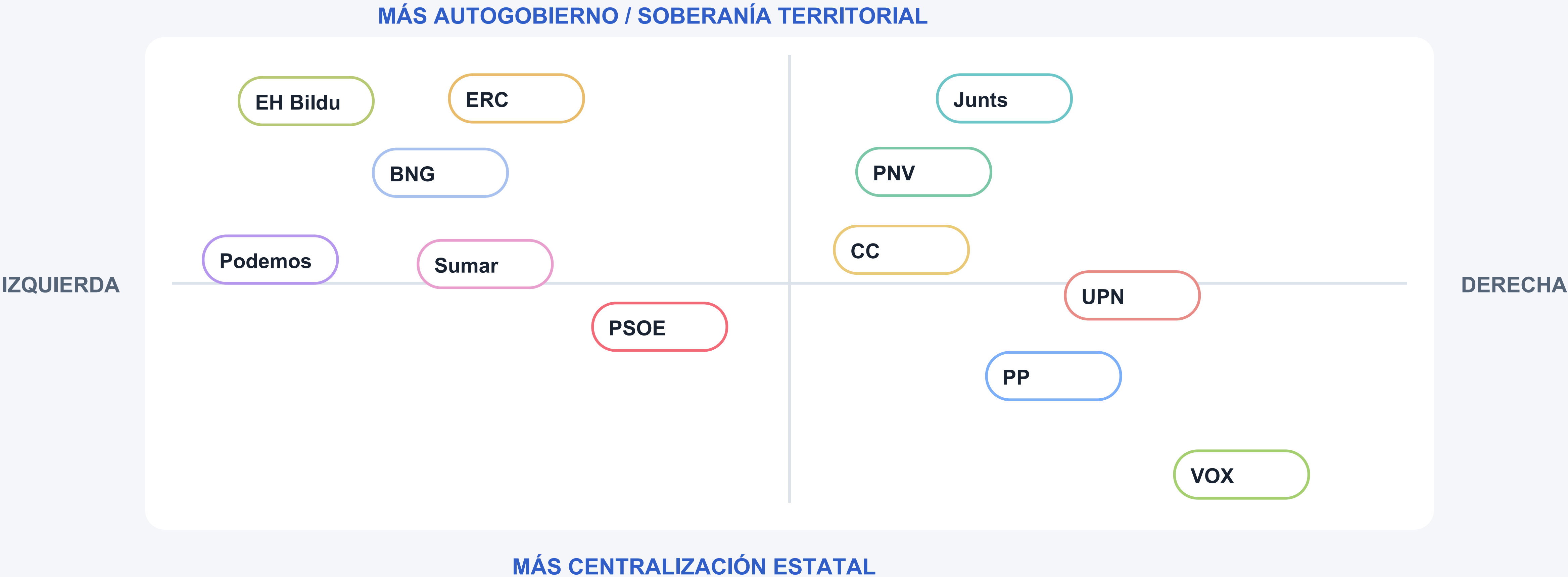
Día de votación

09:00–20:00 · hora local

Fuentes: BOE RD 806/2026; LOREG art. 39 (censo calculado); INE; Interior.

Dos ejes para orientarte.

Orientación económica y organización territorial. Ubicaciones editoriales aproximadas; no son puntuaciones oficiales.



Fuentes: programas enlazados en la guía. Autonomismo, federalismo e independentismo no son equivalentes.

PSOE

Defiende más servicios y ayudas públicas, protección de salarios bajos y mayores aportaciones de quienes más tienen. Sus propuestas sociales respaldan el acceso al aborto y medidas contra la discriminación.

QUÉ QUIERE CAMBIAR

Vivienda

Construir más viviendas de alquiler público, dar ayudas a jóvenes y facilitar préstamos para la primera casa.

QUÉ QUIERE CAMBIAR

Trabajo y sueldo

Vincular el salario mínimo al 60 % del salario medio del país y ampliar la formación para encontrar trabajo.

QUÉ QUIERE CAMBIAR

Sanidad y salud mental

Contratar y formar a más profesionales de salud mental y fijar límites de espera, con atención específica a jóvenes y a determinados pacientes.

LO QUE PUEDE MEJORAR

Hogares con pocos recursos y usuarios de servicios públicos podrían recibir más apoyo. Busca mantener el acceso al aborto y reducir barreras.

COSTE O POSIBLE PROBLEMA

Ampliar servicios requiere dinero y personal; quienes estén afectados por subidas de impuestos aportarían más. Las mejoras no llegan de inmediato.

Fuente: PSOE · Programa de generales 2023. Ventajas y riesgos: análisis de efectos posibles, no resultados asegurados.

PP

Defiende bajar algunos impuestos, facilitar la actividad empresarial y mantener servicios públicos. En su programa de 2023 propuso cambiar condiciones del aborto para menores y reforzar el control de la inmigración.

QUÉ QUIERE CAMBIAR

Vivienda

Eliminar las reglas de vivienda de 2023 que permiten limitar ciertos alquileres; facilitar terrenos para construir y apoyar hipotecas que cubran hasta el 95 % del precio de compra.

QUÉ QUIERE CAMBIAR

Trabajo y sueldo

Mejorar la formación ligada a empresas, negociar las subidas del salario mínimo y reducir al inicio las cuotas de nuevos autónomos.

QUÉ QUIERE CAMBIAR

Sanidad y salud mental

Detectar antes los problemas de salud mental, actuar también en colegios y reforzar la prevención del suicidio.

LO QUE PUEDE MEJORAR

Contribuyentes y compradores que cumplan requisitos podrían gastar menos. Busca más intervención familiar en el aborto de menores y más control de fronteras.

COSTE O POSIBLE PROBLEMA

Las jóvenes de 16 y 17 años perderían la decisión sin permiso familiar. Eliminar reglas de alquiler cambia protecciones; bajar impuestos exige explicar cómo financiar servicios.

Fuente: PP · Programa de generales 2023. Ventajas y riesgos: análisis de efectos posibles, no resultados asegurados.

VOX

Defiende menos impuestos y más decisiones desde el Gobierno central. Su programa de 2023 propone eliminar la ley del aborto y varias leyes de igualdad, y expulsar a quienes entren irregularmente en España.

QUÉ QUIERE CAMBIAR

Aborto y final de vida

Eliminar el derecho al aborto que recoge la norma actual y la posibilidad legal de solicitar eutanasia. Retirar ambas prestaciones de la sanidad pública y ofrecer apoyo para continuar embarazos inesperados.

QUÉ QUIERE CAMBIAR

Inmigración y asilo

Expulsar a quienes entren de forma irregular y a extranjeros con ciertos delitos, impedir que quienes entren irregularmente obtengan después permiso y retirar ayudas públicas a personas sin residencia legal.

QUÉ QUIERE CAMBIAR

Impuestos

Bajar impuestos sobre los ingresos y las empresas, y eliminar algunos impuestos sobre patrimonio y herencias.

LO QUE PUEDE MEJORAR

Quienes paguen los impuestos que reduciría podrían ahorrar. Sus defensores priorizan la protección de la vida prenatal, la propiedad y un control más restrictivo de la inmigración.

COSTE O POSIBLE PROBLEMA

Se perdería el acceso que permiten las normas actuales de aborto y eutanasia y protecciones específicas de igualdad. Personas sin residencia legal tendrían menos ayudas y opciones de obtener permiso.

Fuente: VOX · Programa de generales 2023. Ventajas y riesgos: análisis de efectos posibles, no resultados asegurados.

Sumar

Defiende trabajar menos horas con el mismo sueldo, más servicios públicos y límites al alquiler. Su programa de 2023 propone garantizar el aborto en la sanidad pública y facilitar la regularización de personas migrantes.

QUÉ QUIERE CAMBIAR

Trabajo y sueldo

Reducir la semana laboral a 37,5 horas y avanzar hacia 32 sin bajar el sueldo; subir el salario mínimo por encima de los precios.

QUÉ QUIERE CAMBIAR

Vivienda

Construir más alquiler público, poner límites a los alquileres y al uso turístico de viviendas, y financiar alquiler asequible.

QUÉ QUIERE CAMBIAR

Sanidad y salud mental

Destinar más dinero a la sanidad y ofrecer más terapia psicológica dentro del sistema público.

LO QUE PUEDE MEJORAR

Personas con jornadas largas, inquilinos y usuarios de servicios públicos podrían recibir más apoyo. Busca facilitar el acceso al aborto y a permisos de residencia.

COSTE O POSIBLE PROBLEMA

Más servicios cuestan dinero y las personas afectadas por subidas fiscales pagarían más. Las empresas tendrían que adaptar horarios y los propietarios se enfrentarían a nuevas restricciones.

Fuente: Sumar · Programa de generales 2023. Ventajas y riesgos: análisis de efectos posibles, no resultados asegurados.

Seis temas. Cuatro enfoques.

Cada celda agrupa dos áreas. Derechos, inmigración y los demás temas se explican con detalle en la web.

■ REGLAS O SERVICIOS

■ AYUDA ECONÓMICA

■ MENOS IMPUESTOS

PSOE	PP	VOX	Sumar
VIVIENDA Más alquiler público y ayudas ■ ■ ■ TRABAJO Y SUELDO Subir el mínimo; formar para trabajar ■ ■	VIVIENDA Construir más; facilitar préstamos ■ ■ TRABAJO Y SUELDO Formación en empresa y empleo ■ ■	VIVIENDA Construir más; menos IVA al comprar ■ ■ TRABAJO Y SUELDO Más apoyo a contratar españoles ■ ■	VIVIENDA Más alquiler público y límites ■ ■ TRABAJO Y SUELDO Menos horas con el mismo sueldo ■
IMPUESTOS Quien tiene más, aporta más ■ ■ SANIDAD Y SALUD MENTAL Más personal para atenderte ■	IMPUESTOS Bajar algunos impuestos ■ ■ SANIDAD Y SALUD MENTAL Detectar problemas antes ■	IMPUESTOS Bajar impuestos a renta y empresas ■ SANIDAD Y SALUD MENTAL Más decisiones sanitarias estatales ■	IMPUESTOS Cobrar más a ingresos altos ■ SANIDAD Y SALUD MENTAL Más terapia en la sanidad pública ■
ESTUDIOS Y BECAS Más becas y centros públicos ■ ■ ENERGÍA Y MEDIOAMBIENTE Más energía solar y trenes ■ ■	ESTUDIOS Y BECAS Más becas y formación laboral ■ ■ ENERGÍA Y MEDIOAMBIENTE Más renovables y nuclear ■ ■	ESTUDIOS Y BECAS Cambiar leyes y formar en empresas ■ ENERGÍA Y MEDIOAMBIENTE Menos límites al motor; nuclear ■	ESTUDIOS Y BECAS Más becas; estudiar por menos ■ ■ ENERGÍA Y MEDIOAMBIENTE Más renovables y transporte ■ ■

Categorías combinables; el color indica mecanismo, no valoración. VOX: sin detalle específico de salud mental en esta síntesis.

Cómo ejercer tu voto.

01

Revisa tu mesa

Consulta colegio, sección y mesa en INE o tarjeta censal.
Nacionalidad española, 18 años ese día e inscripción censal.

02

Prepara las papeletas

Congreso: una candidatura en sobre blanco. Senado: marca personas candidatas y usa sobre sepia.

03

Identifícate y vota

DNI, pasaporte o carnet con foto, original; puede estar caducado. Sin fotocopias. Deposita cada sobre en su urna.

CONGRESO · BLANCO

Una papeleta de candidatura, sin alteraciones.

SENADO · SEPIA

Máximo: 3 marcas en península; 2 en Gran Canaria, Mallorca, Tenerife, Ceuta y Melilla; 1 en otras islas.

POR CORREO DESDE ESPAÑA

SOLICITA HASTA 19 NOV. ENTREGA HASTA 25 NOV.

Solicita → recibe personalmente → prepara sobres y certificado censal → entrega en oficina con identificación. Una solicitud aceptada impide votar presencialmente. CERA y ERTA: consulta procedimiento propio.

Fuentes: Interior; LOREG; Correos 06/10/2026. Confirma plazos y posibles ampliaciones oficiales.