

PLANIFICAR SUS GASTOS

CUANDO SUS
INGRESOS
DISMINUYEN



UNIVERSITY OF GEORGIA
EXTENSION

Michael Rupured

*Asociado Superior de Servicios Públicos y Especialista
de Economía del Consumidor de Extensión*

Andrea Scarrow

*Agente de Ciencias de la Familia y del Consumidor del
Condado de Colquitt*

Editado por:

Dana Carney

*Agente de Ciencias de la Familia y del Consumidor del
Condado de Lanier*

Kathryn Holland

*Agente de Ciencias de la Familia y del Consumidor del
Condado de Colquitt*

Revisado y traducido por:

Ines Beltran

*Agente de Ciencias de la Familia y el Consumidor del
Condado de Gwinnett*



Tener un presupuesto familiar es siempre buena idea. Cuando sus ingresos disminuyen, desarrollar un presupuesto no es una opción – es una necesidad. Aunque el proceso de desarrollar su primer presupuesto familiar puede ser incómodo, no es un castigo. Es una herramienta esencial para poder seguir adelante y para seguir progresando. El primer paso es hacer una lista de sus obligaciones financieras, junto con el mejor estimado de sus gastos mensuales y de la cantidad de dinero que tiene disponible. Por lo general, es de beneficio revisar sus extractos bancarios y de tarjetas de crédito, su cuenta de cheques y otros registros que tenga disponibles asegúrese de incluir todo. Luego, haga una lista de todo lo que pueda recordar y sobre-estime los gastos. Más adelante, puede analizar cómo reducir ciertos gastos.

Una vez que complete su lista, considere qué va a suceder cuando deja de pagar cada obligación financiera. Si deja de comprar alimentos, su familia va a sufrir de hambre. Si deja de pagar su renta o su hipoteca, usted no va a tener un lugar dónde vivir. El pensar acerca de sus gastos de esta manera en verdad le ayuda a reconocer lo que es y no es importante.

Una vez que haya enumerado sus obligaciones financieras y considerado la importancia de cada una de ellas, clasifique sus gastos en orden de importancia. Los gastos más importantes son alimentar a su familia y proporcionar un refugio seguro para ellos (esto incluye los gastos de servicios públicos y la renta o pago hipotecario). El transporte es otro gasto muy importante. La importancia de los otros gastos que quedan depende de usted y de su situación.



REDUCIR SUS GASTOS

Analice cada gasto que pueda reducir. Si existe una gran diferencia entre lo que tiene disponible y lo que necesita para cubrir sus gastos, va a tener que tomar varias decisiones difíciles. Recuerde que tiene opciones. También, recuerde que usted es la mejor persona para decidir dónde puede hacer reducciones. Los siguientes consejos pueden ayudarle a través del proceso.

INVOLUCRE A SU FAMILIA

Cubrir sus gastos con menos ingresos afecta a toda la familia. Cuando los niños son involucrados en el proceso de toma de decisiones, es más probable que ellos apoyen un plan. Pueden sorprenderle las contribuciones que sus niños aportan a la discusión. Incluir a sus niños en el proceso para establecer un presupuesto familiar les ayuda a aprender destrezas y conceptos financieros que pueden durar toda una vida.

DESHÁGASE DE LO QUE NO NECESITA

Elimine los gastos que no sean necesarios para utilizar esos recursos en algo más importante. Los gastos que se encuentran al final de su lista de prioridades son los adecuados para eliminar. Revise y elimine los gastos que no sean necesarios, tales como los canales de televisión por cable “Premium”, servicios de suscripciones, y planes de celulares con datos sin límite. Si tiene un teléfono celular y un servicio telefónico residencial, elimine uno de ellos. Puede que estos sacrificios no sean permanentes, pero, por ahora, son necesarios.

ENCUENTRE ALTERNATIVAS MÁS ECONÓMICAS

Deshacerse de lo que no necesita no siempre es posible. Muchas veces es más lógico escoger una opción menos costosa. En vez de almorzar afuera, traiga su almuerzo al trabajo. Planificar comidas que no incluyan carne varias veces a la semana, hacen una gran diferencia en sus gastos de supermercado. Compartir un coche para ir al trabajo o para asistir a actividades recreacionales puede ayudarle a ahorrar dinero en gasolina.

ECONOMICE

Programe su termostato para utilizar menos calefacción y aire acondicionado. Apague las luces cuando salga de un cuarto. Planifique las comidas y el uso de la comida sobrante para evitar el desperdicio. Escoja las marcas del almacén en vez de las marcas tradicionales cuando haga sus compras de alimentos. Encárguese de aquellas tareas simples por las que pagaba a otras personas, tales como cambiar el aceite de su auto, cortar el césped, o limpiar la casa.

UTILICE RECURSOS COMUNITARIOS

Hay muchas cosas gratis para hacer en su comunidad, y recursos que puede utilizar para ayudarle durante este periodo difícil. La información y los programas de la oficina de Extensión Cooperativa de la Universidad de Georgia son gratis. En vez de ir al cine o de alquilar una película, espere hasta que la película esté disponible de manera gratuita en un evento comunitario como “película bajo las estrellas.” Muchas organizaciones religiosas también ofrecen ayuda para familias que lo necesiten.

REALICE INTERCAMBIOS

Intercambiar recursos con otras personas es otra manera de ayudar cuando el dinero es escaso. Decida de antemano quién va a proporcionar los materiales necesarios, y clarifique los detalles acerca de lo que se va a hacer y cuál es el plazo para terminarlo. Es más probable que los trueques o intercambios tengan éxito cuando ambas partes tienen claras las expectativas.

ENFRENTAR LAS DEUDAS

Lo más estresante de enfrentarse a la pérdida de ingresos son las llamadas de los acreedores preocupados.

Es importante que usted tenga un plan con base en sus prioridades de gastos. Una vez que tenga un plan, enfrentar a los acreedores es mucho más fácil. Si usted no puede pagar la mínima cantidad que debe en cada categoría, su reporte de crédito se verá afectado y su puntaje de crédito disminuirá. Durante este periodo difícil, proteger su crédito puede no ser importante. Trate de hacer por lo menos el pago mínimo dentro de los 30 días de la fecha del pago para minimizar el daño en su reporte de crédito y su puntaje de crédito. Cualquier pago atrasado aparecerá en su reporte.

Al clasificar sus responsabilidades financieras, es natural que sus tarjetas de crédito y otras deudas encabecen la lista. Sin embargo, cuando no tiene suficiente dinero para sobrevivir, necesita evaluar sus deudas de una manera diferente. Evalúe sus deudas de la misma manera en que los tribunales lo harían si usted presenta una petición de bancarrota. Los tribunales clasifican sus deudas como aseguradas o no aseguradas o sin garantías.

Una deuda asegurada o garantizada significa que, si deja de hacer sus pagos, el acreedor tiene derecho sobre algo que usted posee. Por ejemplo, el préstamo de su auto está asegurado por el vehículo. Si deja de hacer pagos, el prestamista puede embargar su vehículo. Las deudas aseguradas tienen prioridad sobre las deudas no aseguradas o sin garantías si usted presenta una petición de bancarrota.

Las deudas no aseguradas no cuentan con respaldo de una propiedad. La mayoría de las tarjetas de crédito son deudas sin garantías. Si deja de hacer pagos, el prestamista no puede embargar unas vacaciones que ya ha tomado. Existen consecuencias específicas por no pagar las deudas no aseguradas, tales como cargos por atraso, tasas de interés más altas, y el daño a su reporte de crédito. La importancia de esas consecuencias depende de lo que usted debe sacrificar para continuar haciendo los pagos.

Los acreedores no asegurados saben que si usted tiene que presentar una petición por bancarrota, probablemente recibirán muy poco o ningún dinero para reembolsar lo que debe. Por eso, la mayoría están dispuestos a trabajar con usted para establecer un plan de pagos. Hay mayor posibilidad de tener una negociación exitosa con sus acreedores si cuenta con un buen historial de pagos, si se comunica antes de la fecha de pago para discutir opciones, y si cumple con lo que ha prometido.

Algunos contratos de crédito incluyen una cláusula de aceleración estableciendo que si usted deja de hacer un pago, usted debe pagar el saldo total con anticipación. Cuando deja de hacer un pago en una deuda asegurada con cláusula de aceleración, el acreedor puede embargar/recuperar lo que ha comprado o la propiedad que utilizó como colateral, y puede venderlos para pagar la deuda. Aunque devolver lo que ha comprado por medio de un embargo o una ejecución hipotecaria puede parecer una buena idea, es posible que esto no elimine la cantidad total que debe. El acreedor puede añadir los gastos de recuperación y de venta de la propiedad a lo que usted debe. También, el acreedor puede obtener una orden judicial, llamada orden de embargo de sueldos, para requerir que su empleador retenga parte de su sueldo hasta que su acreedor sea remunerado.

Algunos acreedores pueden transferir su deuda a una tercera parte para recaudar la deuda. La ley Federal prohíbe que las terceras partes encargadas de cobros lo acosen, lo presionen o maltraten. Si tiene una queja de una agencia de cobros que lo acosa, comuníquese con la Comisión Federal de Comercio (Federal Trade Commission o FTC) y presente una queja en ftc.gov/complaint o llame gratis al 1-877-382-4357.

CUANDO NO PUEDE PAGAR SUS DEUDAS

DEJE DE USAR CRÉDITO

Muchas familias usan las tarjetas de crédito cuando no tienen suficiente dinero para cubrir los gastos.

Depender de las tarjetas de crédito puede ser útil por uno o dos meses, pero no es una solución permanente. Tarde o temprano, gastar más de lo que gana traerá consecuencias. Si acumula un saldo alto y luego se atrasa en los pagos, su situación empeorará rápidamente. Las penalidades en la tasa de interés, los cargos por atraso, y los cobros por sobrepasar su límite convierten una mala situación en una mucho peor y lo dejan con muy pocas opciones. Si puede, deje de utilizar sus tarjetas de crédito y negocie un plan de pagos realista con la compañía de la tarjeta de crédito, no espere.

PREPÁRESE PARA NEGOCIAR

Es muy importante conversar con los acreedores; no espere a que ellos lo llamen.

Visite personalmente los acreedores locales, incluyendo las compañías de servicios, los profesionales médicos, y otras personas a las que les debe dinero. Los acreedores en su comunidad pueden ser más comprensivos con su situación y pueden estar dispuestos a trabajar con usted. Comuníquese por teléfono con sus acreedores fuera de la ciudad. Escriba el nombre y el cargo de la persona con la que habla y registre la fecha y la hora de la llamada. Luego de llamar, envíe una carta resumiendo todo lo que ha discutido con el acreedor. Guarde una copia de toda la correspondencia que tenga con sus acreedores en caso de que la necesite en el futuro.

PIDA MEJORES TERMINOS

Si no ha tenido problemas pagando sus cuentas en el pasado, muchos acreedores

trabajarán con usted para ayudarlo durante esta crisis. Las compañías de crédito pueden reducir su tasa de interés. Para algunos préstamos, el acreedor podría estar dispuesto a aceptar pagos que cubran solamente el interés por unos pocos meses. Estas opciones no van a disminuir la cantidad que debe y extenderán el periodo de amortización del préstamo. Algunos acreedores pueden eliminar cargos por atraso de pago y otras penalidades si continúa haciendo pagos periódicos, pero más bajos.

HAGA UN PLAN Antes de comunicarse con sus acreedores, tenga un plan listo. Debe saber cuánto dinero tiene disponible para todos sus pagos mensuales de deudas. Dígales a sus acreedores que puede pagar un diez por ciento menos de lo que en realidad puede pagar para tener flexibilidad al negociar. Debe tener una idea acerca de qué porcentaje del total está dispuesto a ofrecer a cada uno de sus acreedores y tener cuidado de no sobrepasarse.

PREPÁRESE PARA NEGOCIAR Los acreedores no están en obligación de aceptar los términos que usted ofrece, así que podría tener que negociar. No prometa pagar más de lo que puede. Si la persona con la que está hablando no puede aceptar sus términos, pida hablar con un supervisor o con alguien que tenga más autoridad. Si eso no funciona, comprenda que los acreedores también tienen opciones, incluyendo acciones legales, para recuperar lo que usted debe.

VISITE A UN ABOGADO Cuando funcione, su mejor opción podría ser visitar a un abogado para discutir sus opciones de bancarrota. Los consumidores pueden declararse en bancarrota del Capítulo 7 o del Capítulo 13. Con la bancarrota del Capítulo 7, sus bienes/activos por encima de ciertos límites específicos se venden y las ganancias se utilizan para pagar sus deudas. Con la bancarrota del Capítulo 13, usted hace pagos al tribunal por tres o cinco años, y esos pagos se utilizan para amortizar su deuda. Su abogado analizará las opciones con usted y le aconsejará lo que más le conviene.

OBTENGA CONSEJERÍA DE CRÉDITO Las agencias de consejería de crédito pueden ayudarle a negociar con sus acreedores. Estas agencias se enfocan en deudas sin garantías o no aseguradas, y pueden obtener términos mucho más beneficiosos de los que podría negociar de manera individual. En la mayoría de los casos, usted deberá cerrar todas sus cuentas de crédito, y tener la capacidad de pagar mensualmente algunas de sus deudas no aseguradas a la agencia de consejería. La cantidad que debe reembolsar en interés y cargos será reducida, lo que significa que podrá salir de deudas en menos tiempo. Asegúrese de preguntar acerca de los cargos, las consecuencias relacionadas con sus impuestos, y el impacto en su puntaje de crédito. La Fundación Nacional para la Consejería de Crédito (National Foundation for Credit Counseling o NFCC) puede ayudarle a encontrar un consejero de crédito de buena reputación. Visite su sitio web en nfcc.org.

Es probable que un plan de gastos bien planificado no resuelva sus dificultades financieras. Sin embargo, ese plan le ayudará a minimizar el daño producido por la pérdida de sus ingresos y le ayudará a negociar con acreedores ansiosos. Solo usted puede decidir qué es lo más importante y hacia dónde debe dirigir su dinero. La única manera de asegurar que su dinero termine donde usted quiere, es desarrollar y seguir su plan de gastos.

El enlace permanente de esta publicación de Extensión de la Universidad de Georgia es fieldreport.caes.uga.edu/publications/C1041-3-SP/

Circular 1041-3-SP

Revisado Junio 2026

Publicado por la Extensión Cooperativa de la Universidad de Georgia. Para más información contacte su oficina local de Extensión de la UGA. La Facultad de Ciencias Agrícolas y Ambientales de la Universidad de Georgia (en colaboración con la Universidad Estatal de Fort Valley, el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos y los condados de Georgia) ofrece sus programas educativos, asistencia y materiales a todas las personas, sin importar su edad, color, discapacidad, información genética, origen nacional, raza, religión, sexo, o condición de veterano, y es una institución que ofrece Igualdad de Oportunidades.