



Prevenir el sobreendeudamiento familiar



**José Ramón
Lozano Petit**



SOBREENDEUDAMIENTO FAMILIAR

Gestionar el dinero adecuadamente es necesario para **evitar problemas económicos que afecten a la vida cotidiana**. Pero los números no engañan y muchos hogares españoles son incapaces de destinar una parte de sus ingresos al ahorro, y **uno de cada cinco tiene problemas para llegar a fin de mes**, lo que suele llevar al sobreendeudamiento familiar.

Este es un grave problema que se incrementó notablemente **desde el año 2008 por la fuerte crisis económica** que afectó durante varios años a nuestro país. En la actualidad, cuando la sociedad española apenas se había recuperado de aquella situación, la recesión económica que está provocando la **pandemia originada por el Covid-19** va a empeorar esta problemática, debido a los ERTEs, al cierre de establecimientos y de autónomos, al aumento del desempleo o la reducción de salarios, ya que los indicadores económicos demuestran que la crisis será mucho mayor que la de 2008, por lo que se hace necesario adoptar **medidas para prevenir el sobreendeudamiento familiar**.

La necesidad del ahorro

Hay que partir de la base de que lo óptimo es ahorrar, **independientemente del nivel de ingresos, como mínimo entre el 10% y el 20%** del sueldo o de los ingresos mensuales. La clave es saber cuánto tiempo se podría mantener el nivel de vida si se pierde el trabajo o se sufre una disminución importante de ingresos.

Es muy recomendable **“preahorrar”**, es decir, apartar la cantidad destinada al ahorro a principios de mes y no al final. Hay que establecer hábitos de ahorro en todos los ámbitos de la vida diaria, no sólo en los grandes gastos, sino también en las cosas pequeñas, cuya repercusión en el presupuesto mensual es mayor de lo que parece. También hay que buscar, en la medida de lo posible, rentabilizar el dinero, mediante inversiones seguras.

Nivel de endeudamiento aceptable

La regla general es **no destinar mensualmente más de la tercera parte de los ingresos familiares totales al pago de créditos** y que, tratándose de los hipotecarios, su capital no supere el 70% del valor real de la vivienda y el plazo de amortización no exceda de 20 años o, excepcionalmente, de 30. En el resto de casos, es muy importante analizar detenidamente la necesidad del endeudamiento, o sus posibles alternativas.

ECONOMÍA DOMÉSTICA

Gasto medio por hogar

La última Encuesta de Presupuestos Familiares publicada por el Instituto Nacional de Estadística señala que el gasto medio por hogar en 2018 fue de 29.871 euros, y el gasto medio por persona de 12.019 euros. Tomando como base ese estudio, una familia normal invierte una media de 9.200 euros al año en vivienda, agua, electricidad y calefacción, 4.200 en alimentación, 3.800 en transporte, 2.950 en

restaurantes y hoteles, 1.650 euros en ocio y cultura, 1.450 en ropa y calzado, 1.350 en mantenimiento del hogar, 1.000 en comunicaciones, 1.000 en sanidad, 520 en bebidas alcohólicas y tabaco, 450 en enseñanza y 2.300 en otros productos y servicios.

Presupuesto de ingresos y gastos

La única forma de llegar a final de mes y evitar el sobreendeudamiento es realizar un **presupuesto de ingresos y gastos detallado y, sobre todo, sincero y realista**. Este presupuesto permitirá conocer con precisión lo que se ingresa cada mes y lo que se gasta. De esta forma se puede **dar prioridad a unos gastos sobre otros, reducir las deudas y contribuir al ahorro familiar**.

En cuanto a los **ingresos** hay que contabilizar:

- **Ingresos fijos:** aparte de los sueldos puede haber otros como los derivados de cuentas de ahorro, productos financieros o de inversión, como renta fija o variable (las acciones de Bolsa) o incluso el alquiler de viviendas, locales o plazas de garaje.
- **Ingresos irregulares:** por ejemplo, ayudas de familiares e incluso algunas prestaciones económicas directas de la Seguridad Social o de los Servicios Sociales de Comunidades Autónomas o Ayuntamientos, ante necesidades puntuales, sobre todo en supuestos de dependencia, o la Renta Mínima Vital recientemente aprobada.

- **Préstamos bancarios o créditos rápidos:** sólo deben solicitarse en casos imprescindibles y de forma muy puntual, para gastos extraordinarios pero nunca para los del día a día, porque más que ingresos reales son cantidades que se destinan a un pago o compra y tienen intereses que pueden llegar incluso al 20%. Hay que evitar, sobre todo, los **créditos “revolving”**, donde los intereses acumulados pueden superar incluso el capital inicial.

Por otra parte, los tipos de **gastos** son:

- **Gastos fijos:** son los que no pueden dejar de abonarse, y **su importe no varía excesivamente de un mes a otro**. Entre ellos figuran la hipoteca o el alquiler de la vivienda, los gastos de comunidad, la letra del coche o los préstamos bancarios. Si no se pagan en los plazos estipulados se aplican intereses de demora y la deuda aumenta. Además, puede verse afectado el historial crediticio del deudor, con lo que se dificulta la obtención de otro crédito en el futuro. En el peor de los casos, si no se cumple con los pagos, se puede perder la vivienda, o afrontar demandas judiciales, con sus correspondientes costes.



- **Gastos variables:** se refieren a la alimentación, la ropa, el transporte y los suministros básicos (luz, agua, gas, teléfono, etc.). Son gastos necesarios en la vida cotidiana, que **pueden reducirse planificando y haciendo un consumo más moderado**, como emplear bombillas de bajo consumo, viajar en transporte público, reducir la tarifa del móvil, ajustar la temperatura de la calefacción o del aire acondicionado, desenchufar los aparatos eléctricos que no se usan a menudo, utilizar la lavadora y el lavavajillas sólo cuando están llenos, etc.

- **Gastos discrecionales:** son todos los demás gastos que, en caso de necesidad **se pueden reducir o eliminar para evitar tener deudas**. Aquí se incluyen las actividades de ocio, las comidas fuera de casa, el tabaco, las bebidas alcohólicas, etc.

Guardar facturas y recibos

Es imprescindible conservar siempre los documentos, facturas, recibos y escritos importantes que se reciben. Si no están domiciliados, conviene anotar en un calendario las **fechas de vencimiento de pagos** (contribución, impuesto de circulación, tasa de basuras, suministros domésticos, pólizas de seguros, cuotas de préstamos, etc.) para **evitar penalizaciones por demoras o incluso cortes de servicio, que implican gastos de restablecimiento**.

Además se deben **comprobar de modo exhaustivo los extractos de cuentas, los recibos domiciliados y los resúmenes de tarjetas de crédito** y, cuando pueda haber un error, hay que contactar enseguida con la entidad. Tener

las cuentas bancarias ordenadas permite demostrar que se ha pagado una deuda o reclamar cualquier cobro indebido.

Además, **guardar todas las facturas, tickets o comprobantes** es imprescindible para poder presentar una **reclamación de consumo**, de forma que se pueda acreditar la fecha de compra, por ejemplo, para el ejercicio de los derechos de desistimiento o garantía, o exigir las características del bien adquirido o el servicio contratado.



Consejos para gastar menos

Además de calcular los ingresos y gastos mensuales y realizar un presupuesto realista, es esencial para una adecuada economía doméstica **conocer en qué conceptos se deben reducir gastos** para poder llegar a fin de mes:

- Hay que **vivir conforme a las propias posibilidades**, lo que permite hacer planes para afrontar el futuro de forma estable y evitar el derroche.

- Ahora, más que nunca, hay que **comparar la relación calidad-precio** de los productos y servicios similares, para ahorrar lo máximo posible.
- Se debe **ahorrar lo menos posible en alimentación y sanidad**, pues nunca es muy conveniente recortar excesivamente estos capítulos.

Ahorro en la cesta de la compra

El gasto en alimentación es el segundo más importante para las familias después del de vivienda, pero siguiendo algunos consejos básicos se **puede reducir hasta 500 euros al año**:

- **Comer sano**: reducir el consumo de carne y pescado para aumentar el de frutas y verduras de temporadas y de legumbres es la opción más saludable para ajustar el presupuesto familiar.
- **Planificar las comidas**: esta es la mejor manera de ahorrar tiempo y dinero. Establecer un **plan de comidas semanal** permite comprar únicamente los alimentos necesarios y en las cantidades justas que se van a emplear.
- **Eliminar los caprichos**: refrescos, snacks, alimentos procesados, platos precocinados, etc., son productos caros y que aportan poco valor nutricional, por lo que deben consumirse esporádicamente.
- **Utilizar productos de temporada**: suelen ser más accesibles y económicos que aquellos alimentos que están fuera de temporada. Si aún así se desea usar estos, lo mejor es adquirirlos enlatados o congelados, pues las conservas suponen casi siempre un importante ahorro respecto al producto fresco.

- **Comprar piezas enteras**: una forma de ahorrar consiste en comprar una pieza entera de carne, pollo o pescado y cortarla o filetearla, pues comprarlas por partes es mucho más caro. Además, esto permite utilizar partes sobrantes para hacer caldos y guisos adicionales.
- **Almacenar productos en oferta**: ser previsor es importante, cuando hay productos de precio bajo es conveniente almacenar para el futuro, especialmente los no perecederos.
- **Canjear vales de descuento**: pueden ser vales de ahorro, cupones de descuento o cheques familiares, pero esta práctica puede ayudar a conseguir reducciones importantes en el precio de algunos alimentos y artículos de primera necesidad.



Otras partidas de ahorro

Además, resulta imprescindible considerar otras partidas en las que se deben reducir gastos:

- **Suministros básicos:** la factura de calefacción puede suponer un gran desembolso mensual, por lo que conviene sellar las rendijas de las ventanas para impedir la entrada de aire frío en la vivienda. Lo más apropiado es estar abrigado en casa y bajar un par de grados la calefacción. Como norma general, el termostato no debe estar nunca por encima de los 22 grados centígrados. Apagar las luces y desenchufar los aparatos eléctricos mientras no se utilizan ayuda a ahorrar en la factura de la electricidad. Además, en verano hay que reducir el uso del aire acondicionado. También hay que cerrar bien los grifos y no malgastar el agua, utilizando la lavadora y el lavavajillas cuando estén llenos. En cuanto al aseo personal, es mejor ducharse que bañarse y no se debe utilizar el retrete como papelera. Conviene reducir el gasto en llamadas de teléfono. Se puede optar entre tener un teléfono móvil y una línea fija; si se decide usar el móvil, hay que buscar un contrato que tenga un precio asequible o comprar un móvil de prepago. Mientras sea posible, es preferible utilizar el correo electrónico para comunicarse.
- **Vehículo propio y transporte público:** conviene no utilizar demasiado el coche privado, e incluso se puede vender el propio y alquilar uno para el momento concreto en que se necesite, pues disminuye mucho los gastos anuales (seguro, combustible, revisiones, reparaciones y piezas de recambio, estacionamiento y peajes, multas, impuestos municipales, etc.). Hay alternativas a la conducción, como caminar, viajar en autobús, tren o metro, ir en bicicleta o utilizar servicios

de coche compartido. Además, conviene tener tarjeta de abono para el transporte público.

- **Tiendas de segunda mano:** deshacerse de objetos inútiles y de ropa que no se usa y ocupa espacio es sencillo y se pueden vender en tiendas de segunda mano o mediante apps. También se pueden comprar así numerosos artículos en buen estado y que cuestan muy poco. Los mercadillos y las tiendas de libros de ocasión también son una opción para comprar barato.
- **Recortar gastos en ocio y entretenimiento:** hay formas de diversión sin salir de casa, organizando partidas de juegos de mesa con amigos y familiares o alquilando películas. Además hay que prescindir de hábitos como el tabaco, el alcohol o juegos de azar y reducir las salidas a bares o cenar fuera de casa.

Aprovechar las rebajas u ofertas

Es conveniente esperar los descuentos de invierno y de verano para hacerse con un producto, aunque pasen varios meses hasta conseguirlo. En todo caso, hay que saber qué se necesita para no ceder a la tentación, bien sea ropa, electrodomésticos o equipos electrónicos. También es necesario establecer un límite de gasto riguroso, y no caer en la tentación de comprar algo que no se necesite sólo porque es barato. Por último, hay que comparar en varias tiendas para encontrar el mejor precio.

Casas de empeño

Debido a la crisis económica muchas personas necesitan recurrir a las casas de empeño y las tiendas de compra de oro, para vender joyas o empeñar productos de valor, a pesar de que, en muchos casos, tienen un alto valor sentimental. La mayor parte de estas empresas cumplen la normativa vigente, tasan correctamente los productos y ofrecen a sus clientes todas las garantías, pero hay que tener en cuenta algunas precauciones para evitar engaños:



- En primer lugar hay que **decidir si se va a vender o empeñar**: la primera opción supone deshacerse del bien de manera definitiva, mientras que si se empeña, pasado un tiempo se puede recuperar, pero se obtiene más dinero por la venta, ya que el empeñar supone obtener un crédito que hay que devolver con intereses.
- Antes de vender o empeñar, es **conveniente visitar varios establecimientos, pesar el oro o las joyas, informarse sobre su posible valor** y hacer fotos antes.

MEDIOS DE PAGO

Mejor pagar en efectivo

Para los gastos diarios conviene **utilizar dinero en efectivo**. Los pagos aplazados de las tarjetas de crédito o débito generan un interés alto, por lo que todo lo que se compra

con una tarjeta de crédito se encarece bastante. Además, la utilización de tarjetas **incita a un mayor consumo**, puesto que no se tiene la percepción de lo que realmente se ha gastado. Disponer de una cuenta bancaria y de su correspondiente libreta o cartilla permite realizar algunas operaciones sin necesidad de tener tarjetas. Así, se puede disponer de efectivo e incluso pagar recibos no domiciliados en cualquier oficina dentro del horario comercial, y en cualquier momento en los propios cajeros automáticos.

Lo que no se puede, lógicamente, es realizar pagos en establecimientos comerciales. Las transferencias y las domiciliaciones bancarias de recibos también son otra opción de pago, especialmente de servicios contratados.

Créditos rápidos

Debido a la crisis cada vez se solicitan más **créditos rápidos** para hacer frente a los pagos, pero esta no es una solución, ya que tienen elevados tipos de interés que hacen que las familias se vean envueltas en una espiral de deudas, por lo que al final no pueden devolver el préstamo. Sólo debe pedirse como medida de urgencia para un caso extremo, pues si no se acaban abonando intereses en lugar de capital, sin conseguir amortizar la deuda, que se va acumulando y aumentando. Suelen anunciarse en televisión y en prensa o revistas femeninas, pero hay que desconfiar de su publicidad.



Reducir gastos bancarios

Se puede ahorrar bastante unificando cuentas y tarjetas, sustituyendo el crédito por el débito, haciendo ingresos en efectivo y no por transferencia, no utilizando el cajero a crédito ni sacando dinero en cajeros de otras entidades, o pasando todas las cuentas y tarjetas a entidades que no cobren comisiones.

Si el banco ofrece no cobrar comisiones a nuevos clientes, una fórmula promocional muy utilizada, se puede exigir que eliminen las suyas. Y si se conoce a alguien que haya negociado con éxito en ese banco, se puede utilizar también como agravio comparativo.

Otra opción es sugerir un cambio de entidad, mostrando al banco las condiciones de otros que carecen de comisiones y solicitar que las igualen. Además, si se tiene domiciliada la nómina en el banco, y se han contratado otros productos (depósitos, tarjetas, planes de pensiones, fondos de inversión, etc.), se pueden utilizar como argumento para negociar.

Números rojos

Hay que tener en cuenta que cuando se tienen domiciliadas hipotecas, facturas o impuestos, un pequeño fallo en la planificación, un descuido o un gasto inesperado pueden derivar con relativa facilidad en un descubierto bancario, es decir, en los denominados “**números rojos**”. Estos errores salen caros, pues las entidades pueden cobrar hasta un 10% sobre el dinero que se ha dejado a deber en el banco. Una vez producido el descubierto, para minimizar su impacto lo mejor es ponerse en contacto con la entidad cuanto antes, para evitar tener que pagar la comisión por reclamación de descubierto, y reducir su coste, pues hablar con el director o comercial de confianza puede suponer la exención o reducción de las comisiones devengadas.



Programa subvencionado por el
Ministerio de Consumo



Federación UNAE 2020

C/ Villanueva, 8 - 3º

28001 Madrid

Tlf: 91-575.72.19

informacion@federacionunae.com

www.federacionunae.com

El contenido de este manual es responsabilidad
exclusiva de la entidad beneficiaria



FEDERACIÓN
DE LA UNIÓN NACIONAL
DE CONSUMIDORES
Y AMAS DE HOGAR
DE ESPAÑA