



# ¿LE ASUSTA SU SITUACIÓN FINANCIERA?



**1-800-210-3481**

[www.ConsolidatedCredit.org/es](http://www.ConsolidatedCredit.org/es)

5701 West Sunrise Boulevard | Fort Lauderdale, FL 33313

Felicitaciones por tomar este primer paso importante para tomar el control de sus finanzas, y así poder recuperar su tranquilidad. Consolidated Credit ha estado ayudando a los estadounidenses de todo el país a resolver sus problemas de deuda y crédito durante más de 25 años.

Nuestro equipo educativo ha creado más de cuarenta publicaciones para ayudarle a mejorar sus finanzas. Visite [ConsolidatedCredit.org/es](http://ConsolidatedCredit.org/es) para acceder a todas nuestras publicaciones de forma gratuita. También encontrará una serie de recursos de educación financiera, como cursos interactivos, vídeos instructivos, seminarios web, infografías y mucho más. Nuestra misión es proporcionarle todas las herramientas que necesita para liberarse de las deudas y utilizar el dinero de forma inteligente, de modo que pueda planificar el futuro y crear riqueza.

Si se siente abrumado por las deudas de tarjetas de crédito con altas tasas de interés, le animo a llamar al 1-800-210-3481 para recibir una evaluación gratuita de un consejero de crédito certificado. Juntos, pueden encontrar la mejor solución para pagar su deuda y lograr la estabilidad financiera que se merece.

También le invito a compartir estos recursos con otras personas que conozca y que quieran mejorar sus finanzas. Consolidated Credit ofrece programas de asociación, que pueden ayudar a grupos, empresas y comunidades a aprender y crecer juntos. Si está interesado en saber más, llámenos y estaremos encantados de ayudarle a personalizar un programa para su organización.

Atentamente,

A handwritten signature in black ink that reads "Gary S. Herman". The signature is fluid and cursive, with the first letters of the first and last names being capitalized and prominent.

Gary S. Herman  
Presidente de Consolidated Credit

---

## Tome pasos prácticos hacia adelante cuando se sienta abrumado

Las emociones se disparan cuando tiene problemas para llegar a fin de mes. El estrés financiero puede ser abrumador. Afecta a su bienestar emocional y mental, e incluso puede afectar su salud física.

Es más, cuando está tan preocupado por el dinero, que le cuesta respirar al pensar en sus finanzas, puede ser difícil tomar cualquier acción real para avanzar. Se siente atascado, impotente y desesperado porque parece que nada de lo que pueda hacer cambiará las cosas.



La buena noticia es que hay medidas prácticas que puede tomar para recuperar el control. Hay muchas cosas que están bajo su control y que puede arreglar o enfocar para empezar a avanzar. Esta guía le enseñará a dar esos pequeños pasos que le permitirán tomar impulso y recuperar una perspectiva financiera estable.

Antes de empezar a centrarnos en las acciones prácticas, le recomendamos que lea nuestra publicación para [Afrontar el estrés financiero](#). Puede ayudarle a aprender formas de afrontar el lado emocional y mental del estrés financiero que está sintiendo. A continuación, esta guía le ayudará a tratar la parte financiera.

### Paso 1: Identifique la causa principal y los factores que contribuyen a su inquietud

Vivir de cheque en cheque y sentir que no tiene suficiente dinero para cubrir las facturas es probablemente lo que le asusta de su situación. Sin embargo, eso es más un síntoma que el origen del

---

problema.

Sabe que se encuentra en una situación financiera difícil, pero ¿qué le ha llevado exactamente hasta aquí? Saber dónde empezaron sus problemas financieros puede ayudarle a tener una visión más clara de lo que debe hacer para recuperarse.

## Encuentre la causa de su estrés financiero

- ¿Está en esta situación por un acontecimiento inesperado, como un divorcio o una muerte en la familia?
- ¿Ha perdido su trabajo o ha sufrido otra pérdida de ingresos?
- ¿Ha tenido un cambio de vida importante, como tener un bebé o empezar a cuidar a un padre anciano?

Piense en el origen de su estrés financiero e identifique la raíz del problema. Esto le ayudará a definir cuándo empezaron sus problemas financieros. Un punto de partida definido a menudo hace más fácil reconocer que también hay un punto final para sus problemas.



## Identifique los factores financieros que contribuyen a ello

A continuación, debe pensar en qué factores financieros pueden haber contribuido a la situación. Se trata de cosas que no causaron los problemas a los que se enfrenta, pero que pueden estar impidiendo su recuperación.

- ¿Tenía un presupuesto cuando empezaron sus dificultades? ¿Lo seguía al pie de la letra?
- ¿Tenía un fondo de emergencia al que recurrir? Si es así, ¿cuántos meses tardó en agotarse?
- ¿Tenía saldos de deudas de tarjetas de crédito antes de que empezaran sus problemas financieros?

---

Responder a este tipo de preguntas facilitará el desarrollo de una mejor estrategia financiera de cara al futuro.

## Paso 2: Concéntrese en lo que puede controlar

Las situaciones financieras aterradoras suelen reducirse a una cosa: usted no siente que tiene el control de su dinero, sus deudas y su crédito. Esa falta de control puede ser aterrador, pero en realidad, hay varias cosas clave que puede controlar incluso en una situación financiera difícil en la que está viviendo de cheque en cheque.

1. Sus ingresos
2. Sus gastos
3. Su estrategia financiera



### Encuentre formas prácticas de aumentar sus ingresos

Hay algunas situaciones en las que no es posible ajustar sus ingresos: si está retirado y vive con unos ingresos fijos o es discapacitado y recibe ingresos a través del Seguro Social.

Sin embargo, en la mayoría de los casos para la mayoría de las personas, los ingresos son algo que puede controlar. Si no puede cubrir sus facturas y otros gastos con sus ingresos actuales, entonces puede concentrarse en aumentarlos.

- ¿Cuándo fue la última vez que pidió un aumento de sueldo en su trabajo principal?
- Si no puede conseguir un aumento en su empresa actual, ¿es el momento de buscar algún lugar nuevo que le ofrezca un mejor salario?
- ¿Puede usted o alguien de su familia conseguir un trabajo secundario, a tiempo parcial, o hacer trabajo independiente o de consultoría?

Si no ha obtenido un aumento recientemente, haga una lista de

---

sus logros, puntos fuertes y contribuciones en su trabajo. Luego hable con su jefe o supervisor para presentárselos y pedir un aumento. Si no están dispuestos a ofrecerle más dinero, quizá sea el momento de seguir adelante y encontrar un empleo más remunerado.

Y aunque nadie quiere trabajar sin parar, evalúe su horario y la cantidad de tiempo libre que posee. Mire si hay algún trabajo secundario que pueda tomar para aumentar sus ingresos. Si está mentalmente agotado por su trabajo principal, encuentre algo fácil que pueda hacer y que le dé un sueldo sin requerir mucha fuerza mental. Si quiere estar más comprometido con lo que hace, considere si uno de sus talentos o aficiones puede convertirse en un ingreso extra.

Además de aumentar sus ingresos regulares, también puede explorar formas de encontrar aumentos de ingresos puntuales.

- ¿Hay algún objeto en su casa que pueda vender?
- ¿Ha revisado en los directorios estatales y federales si hay dinero no reclamado que se le deba?

Estas rápidas inyecciones de dinero pueden parecer pequeñas, pero realmente pueden sumar. Con una sola venta o encontrando un cheque no reclamado, podría pagar una tarjeta de crédito o empezar a reconstruir su fondo de ahorro de emergencia.

Si vende artículos, sitios web como [eBay](#) y aplicaciones como LetGo (también conocida como [OfferUp](#)) pueden ayudarle a llegar más rápido a un público más amplio. Los compradores locales pueden encontrar su artículo y usted puede organizar la entrega. El pago se establece directamente a través de cada aplicación.

Para el dinero no reclamado, puede buscar fondos a través de la base de datos de dinero no reclamado de su estado a través de [unclaimed.org](http://unclaimed.org) (en inglés). Si ha vivido en varios estados, puede

---

hacer una búsqueda en cada uno de ellos.

También puede revisar su buzón de correo. Si tiene dinero no reclamado, es posible que las oficinas legales locales le envíen ofertas para facilitar el proceso de reclamación. Por una pequeña parte de los fondos que recibirá, un equipo se encargará de todo el trabajo de tramitación por usted.

## Recorte gastos para aumentar el flujo de efectivo

La segunda parte de sus finanzas que tiene bajo su control son los gastos. Aunque no pueda cambiar rápidamente el pago de su hipoteca (no sin una comprobación de crédito y los costos de cierre), sí puede ajustar otros gastos.

Recortar los gastos que no necesita y recortar los gastos que sí necesita, pero en los que podría gastar menos, aumentará su flujo de efectivo. De este modo, dispondrá de más dinero que podrá utilizar para reconstruir sus ahorros de emergencia o para pagar las deudas que le causan estrés.

Tenga en cuenta que los recortes son temporales. Sólo tiene que apretarse el cinturón mientras trabaja para salir de la situación actual. Una vez que lo haga, podrá restablecer los gastos que haya recortado. La cuestión es hacer lo necesario para superar la situación actual.

Con eso en mente, considere lo siguiente:

- **¿Está pagando varios servicios de streaming de películas y televisión o de música?** Si es así, cancele todos menos el que más utilice.
- **¿Con qué frecuencia come fuera con la familia o en el trabajo?** Cocinar en casa y llevar los almuerzos al trabajo puede reducir significativamente sus gastos en comida.
- **¿Hay servicios por los que paga que podría hacer usted mismo, como los trabajos de jardinería o las tareas domésticas?** Si es así, cancele el servicio temporalmente para ahorrar ese dinero.

- 
- **¿Hay suscripciones que puede recortar?** Puede tratarse de cualquier cosa, desde suscripciones a revistas hasta suscripciones a servicios de entrega de alimentos o cuidado personal (*subscription boxes*, en inglés).

También es importante reconocer que la mayoría de la gente tiene cosas conocidas como **“fugas de gasto”** en su presupuesto. Se trata de pequeños gastos imprevistos que quizá no le parezcan importantes, pero lo son. Drenan más ingresos de los que usted cree, y podría utilizar esos ingresos para hacer frente a sus problemas financieros.

Por ejemplo, supongamos que le encanta el café con leche de su cafetería favorita por la mañana. Tanto que se gasta \$4 cada vez que compra uno. Si gasta \$4 los siete días de la semana, eso supone \$120 al mes.

Esto puede parecer poco, pero si invirtiera ese dinero cada mes durante 10 años en una cuenta que ofrezca una rentabilidad anual del 10%, obtendría \$25,000. Si lo mantuviera hasta el retiro, en 40 años tendría más de \$765,000. David Bach, autor del libro *“The Automatic Millionaire”*, llama a esto el **“factor latte”**.

Con esto en mente, encuentre sus factores latte, todas esas fugas de gasto en su presupuesto que le están costando aunque sea un poco. Identifique todas las que pueda y eliminarlas supondrá:

1. Aumentar el flujo de efectivo disponible en su presupuesto
2. Le permitirá dejar de utilizar las tarjetas de crédito para compras diarias
3. También tendrá el flujo de efectivo para generar un fondo de ahorro para emergencias
4. Luego, cuando vuelva a tener un panorama financiero estable, podrá decidir si quiere volver a añadir gastos.

**Reevalúe su estrategia financiera**

Lo último que puede controlar es el enfoque general de sus finanzas. Con demasiada frecuencia, nos quedamos atrapados en un ciclo negativo, incluso cuando está claro que no está funcionando.

Por ejemplo, sigue luchando por hacer los pagos mínimos, aunque no hace avances para pagar los saldos de sus tarjetas de crédito. O sigue incumpliendo en sus préstamos estudiantiles, en lugar de explorar opciones que podrían reducir o incluso eliminar sus pagos durante un período de dificultades financieras.

Si esto le resulta familiar, es hora de empezar a investigar otras estrategias.

Soluciones como la consolidación de deudas o la liquidación de deudas podrían reducir sus pagos y finalmente ayudarle a salir adelante con su deuda.

A continuación, le ofrecemos una lista rápida de opciones que puede considerar para varios tipos de deuda que pueden estar contribuyendo a su situación actual.



Tipo de Deuda	Posibles soluciones
Deudas de tarjetas de crédito	<ul style="list-style-type: none"><li data-bbox="412 1138 875 1219">• Inscribirse en un programa de manejo de deudas con la ayuda de un consejero de crédito</li><li data-bbox="412 1235 802 1292">• Consolidar sus saldos con un préstamo personal</li><li data-bbox="412 1308 868 1385">• Liquidar cuentas vencidas y canceladas por menos de lo que debe con la liquidación de deudas</li></ul>

Deuda de préstamos estudiantiles	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Solicitar perdón o aplazamiento del pagos</li> <li>• Consolidar los préstamos federales con un plan de pagos basado en los ingresos, que compagina sus pagos con sus ingresos</li> <li>• Consolidar los préstamos federales con un plan de pagos según los ingresos, que puede reducir o incluso eliminar sus pagos durante un período de dificultad</li> <li>• Preguntar a los prestamistas privados por las opciones de pago basadas en dificultades</li> </ul>
Facturas médicas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Establecer un plan de pagos con el hospital o el proveedor de servicios</li> <li>• Recurrir a la liquidación de deudas para saldar las deudas en colección por una fracción de lo que debe</li> <li>• Contactar a un abogado médico si cree que le están cobrando de más</li> </ul>
Deuda tributaria	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contactar a una empresa de resolución de impuestos o a un abogado, que le ayudará a establecer un plan de pagos para devolver todo o parte de lo que debe</li> <li>• También pueden ayudarle a solicitar la reducción de la penalidad, que puede eliminar las sanciones para reducir la cantidad adeudada</li> </ul>

Si su situación es lo suficientemente precaria, puede ser incluso el momento de hablar con un abogado y considerar la posibilidad de declararse en bancarrota. La bancarrota puede sonar como el fin del mundo, pero en realidad es un camino claramente definido que puede darle un nuevo comienzo financiero. Podría eliminar todas o la mayoría de sus obligaciones de deuda en tan sólo 90-120 días. Entonces



---

podrá centrarse en reconstruir.

El mejor lugar para explorar las opciones de alivio de deuda es hablar con un consejero de crédito certificado en una organización de consejería de crédito sin fines de lucro. El consejero le proporcionará una evaluación gratuita de la deuda y el presupuesto y le ayudará a comparar las opciones de alivio de deuda para encontrar la que mejor se adapte a su situación financiera. Para empezar, llame al 1-800-210-3481.

## **Haga las tres cosas para llegar a un mejor lugar financiero**

Centrarse en las tres partes de su situación que puede controlar le permite tomar acción para cambiar su situación. Sólo eso puede ayudarle a salir del estancamiento emocional y mental en el que se encuentra cuando el miedo financiero le abruma. Trabaje un poco cada día para lograr su objetivo de salir de las dificultades financieras a las que se enfrenta.

Recortar gastos suele ser lo más inmediato que puede hacer. Puede empezar a revisar sus gastos hoy mismo para encontrar formas de ajustarlos. A continuación, puede empezar a buscar fuentes de ingresos adicionales. Estas dos cosas juntas deberían darle un poco de espacio para respirar, de modo que pueda dedicar tiempo a investigar a fondo las opciones de alivio para su deuda.

Entonces, una vez que encuentre una solución que se ajuste a sus necesidades, estará en la mejor posición posible para ejecutarla rápidamente. Incluso con la liquidación de deudas, necesitará fondos para hacer ofertas de liquidación a sus acreedores. Por lo tanto, tomar las medidas necesarias para liberar la mayor cantidad de efectivo posible le dará una ventaja.

También tenga en cuenta que los nuevos cargos a la tarjeta de

---

crédito no le hacen ningún favor mientras trabaja para mejorar su situación. Recortar los gastos y aumentar los ingresos debería ayudarle a dejar de utilizar las tarjetas de crédito para cubrir gastos diarios. Si sigue utilizando el plástico, considere la posibilidad de sacar las tarjetas de crédito de su cartera o incluso congelarlas en un recipiente con hielo para que sea físicamente difícil acceder a ellas.

## **Cómo prepararse para una mayor estabilidad en el futuro**

Una vez que haya superado los retos a los que se enfrenta actualmente, puede tomar medidas que le ayuden a establecer y mantener la estabilidad financiera a largo plazo.

### **Establezca un presupuesto**

Elaborar un presupuesto puede parecer una tarea aburrida, pero en realidad es algo muy útil. Saber dónde van a parar sus ingresos y cómo ordenarlos le da un mayor control. También facilita ahorrar y pagar las deudas.

Y hay muchas formas de elaborar un presupuesto. Si siempre está con el teléfono, busque una aplicación como Mint o You Need a Budget. Éstas se vinculan a su cuenta bancaria y clasifican automáticamente sus gastos. Si prefiere las hojas de cálculo, pero no quiere crear las suyas propias, servicios como Tiller Money ofrecen plantillas.

También hay métodos más tradicionales y activos, como el de los sobres. Se introduce físicamente el dinero en efectivo en sobres para cada gasto que vaya a realizar en un periodo de pago. También hay aplicaciones de sobres digitales que pueden adaptar este método para que pueda hacerlo electrónicamente si no quiere llevar dinero en efectivo.

Encuentre un método de presupuestación que le guste, elabore su presupuesto y cíñase a él. Cuanto más a menudo controle sus

---

gastos, menos probable será que sienta que sus finanzas están fuera de control.

## **Dimensione correctamente el fondo de emergencia**

La gente se pregunta a menudo qué tamaño debe tener su fondo de emergencia. Una buena regla general es que debería tener suficientes ahorros para cubrir de 3 a 6 meses de facturas y gastos necesarios en su presupuesto. En una mala economía, conviene aumentar esa cifra a 6-12 meses.

Pero si eso le parece desalentador porque no tiene nada ahorrado, empiece con un objetivo pequeño y alcanzable. Primero, intente conseguir \$100 en ahorros, luego \$500 y después \$1,000, y luego \$5,000. Cada hito que alcance le dará la tranquilidad de que podrá cubrir las emergencias que surjan.

Cuando consiga un colchón de \$5,000, tendrá suficiente dinero para cubrir la mayoría de las reparaciones importantes de la casa y el auto. Entonces podrá centrarse en crear un fondo de emergencia que le ayude a superar un periodo de desempleo o de ausencia de ingresos.

Tenga en cuenta que las emergencias surgirán en el camino y puede que tenga que utilizar algunos de los fondos que ha ido creando. No pasa nada. El dinero está ahí para cubrir gastos inesperados. Utilice lo que necesite y luego céntrese en recuperarlo lo antes posible.

## **Sea proactivo en lugar de reactivo**

Una vez que tenga un presupuesto y un fondo de emergencia, puede empezar a planificar sus finanzas. La gente suele pensar que el término sólo se refiere a planificar el retiro. Si bien es una parte de la misma, la planificación financiera consiste realmente en mirar hacia adelante y planificar cualquier acontecimiento de la vida.

¿Quiere tomarse unas buenas vacaciones? Planifíquelo. Calcule

---

cuántos cheques de pago tendrá desde ahora hasta el momento en que quiera viajar. A continuación, determine cuánto necesita ahorrar de cada nómina para poder cubrir el viaje en efectivo.



¿Está pensando añadir un miembro a su familia? Ya sea un niño o una mascota, ambos van a necesitar cuidados que costarán dinero. Investigue los costos que tendrá que afrontar y comience a ahorrar en consecuencia.

Tómese el tiempo necesario para pensar regularmente en sus objetivos y luego planifíquelos. Si hay otras personas en su casa, hablen de los objetivos juntos y trabajen para conseguirlos en familia o en pareja. Los objetivos son más fáciles cuando todos los miembros de la familia trabajan juntos para alcanzarlos.

Y no descuide los ahorros para su retiro. Una vez que consiga estabilidad, empiece a ahorrar para el retiro. Si su empresa ofrece un plan 401(k) y no está inscrito, hable con su departamento de Recursos Humanos para empezar a contribuir.

Asegúrese de preguntar qué tipo de programa de aportación ofrece la empresa. Por ejemplo, una empresa puede darle 50 céntimos por cada dólar que aporte hasta el 6% de su salario. Si su empresa ofrece un programa de aportación paralela, intente contribuir al menos hasta ese límite de aportaciones cada año.

Si ya tiene un plan 401(k), hable con el asesor de su plan para ver cómo van sus inversiones y ver si está en camino de retirarse a tiempo. Si no es así, trabaje con ellos para empezar a invertir su dinero de forma más inteligente o considere la posibilidad de contratar a un consejero financiero independiente, que pueda ayudarle a considerar el valor de otras herramientas de inversión, como una cuenta de retiro individual (IRA, por sus siglas en

---

inglés).

Si mira hacia delante, planifica el futuro y ahorra en consecuencia, fomentará una verdadera estabilidad financiera y podrá afrontar cualquier tormenta que se avecine. De este modo, podrá evitar situaciones financieras que le asusten y tendrá la capacidad de controlar su propio destino financiero!



## **Acerca de Consolidated Credit**

Consolidated Credit es una organización de educación pública orientada al consumidor. Somos una empresa líder en la prestación de servicios de consejería de crédito y manejo de deudas en todo Estados Unidos.

Nuestra misión es asistir a individuos y familias a poner fin a las crisis financieras y ayudarles a resolver los problemas de manejo del dinero a través de la educación, la motivación y la consejería profesional.

Nos dedicamos a capacitar a los consumidores a través de programas educativos que les influyen para que se abstengan de gastar en exceso y de abusar de las tarjetas de crédito, así como para animarlos a ahorrar e invertir. Patrocinamos seminarios locales gratuitos que también están disponibles para cualquier grupo u organización que solicite nuestros servicios educativos.

Nuestros consejeros, formados profesionalmente, han ayudado a miles de familias en todo Estados Unidos. Independientemente de que sus problemas financieros se deban a la compra de una nueva vivienda, al nacimiento de un hijo, a una enfermedad grave o a cualquier otra circunstancia, podemos ayudarle.

Nuestra organización se financia principalmente a través de contribuciones voluntarias de los acreedores participantes. Nuestros programas están diseñados para ahorrar dinero a nuestros clientes y liquidar las deudas a una excelente tasa.

Consolidated Credit es miembro del Better Business Bureau, de la National Association of Credit Union, de United Way of Broward County y de la Financial Counseling Association of America.

# ¡AHORA USTED PUEDE LIBERARSE DE LA DEUDA!

Consolidated Credit, una organización reconocida a nivel nacional, le proporcionará educación financiera profesional, consejería y recursos. Además, usted puede beneficiarse de los Programas de Manejo de Deuda personalizados, que incorporan un plan de consolidación de facturas para ayudarle a recuperar su libertad financiera.

## **Nuestros consejeros financieros certificados pueden:**

- Reducir o incluso eliminar las tasas de interés!
- Eliminar los cargos por retraso y los cargos por exceder el límite.
- Consolidar las deudas en un solo pago más bajo.
- Ayudarle a pagar sus deudas más rápido.
- Reconstruir su crédito.
- Ahorrarle miles de dólares.
- ¡Crear un plan para liberarse de deudas!



**¡Llame hoy, y dé el primer paso hacia la libertad financiera!**

## **1-800-210-3481**

o visite [www.ConsolidatedCredit.org/es](http://www.ConsolidatedCredit.org/es)



5701 West Sunrise Blvd., Fort Lauderdale, Florida 33313

# AHORA USTED PUEDE LIBERARSE DE LAS DEUDAS



Hay ayuda disponible para usted

- Reduzca o elimine los cargos por intereses
- Consolide las facturas de las tarjetas de crédito en un solo pago mensual más bajo
- Pague su deuda en la mitad del tiempo
- Ahorre miles de dólares

**CONSOLIDATED CREDIT®**  
Cuando las deudas son el problema, nosotros somos la solución.

**1-800-210-3481**

5701 West Sunrise Boulevard • Fort Lauderdale, FL 33313

[www.ConsolidatedCredit.org/es](http://www.ConsolidatedCredit.org/es) • Email: [counselor@ConsolidatedCredit.org](mailto:counselor@ConsolidatedCredit.org)