



Escuela de

# Finanzas

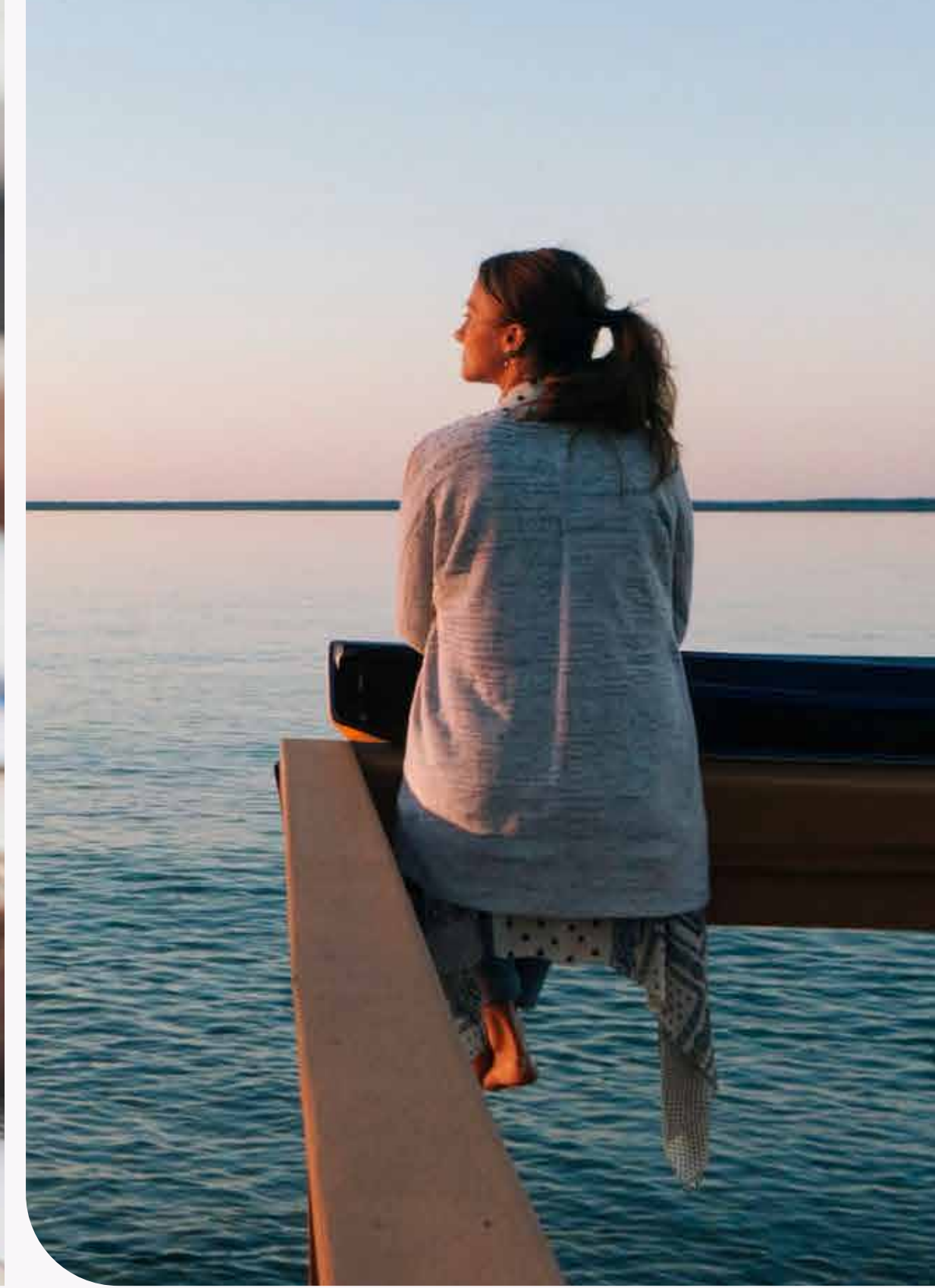
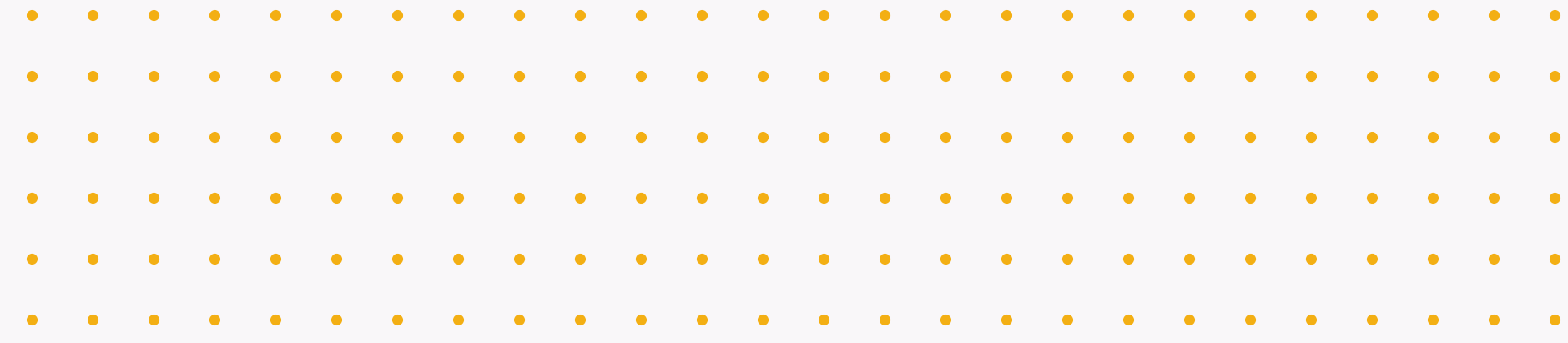


**MÓDULO 4:**

# **CÓMO EVITAR EL SOBREENDEUDAMIENTO**



# Contenidos



01

**El sobreendeudamiento: tipos, causas y evolución**



02

**Cómo reaccionar ante las dificultades financieras**



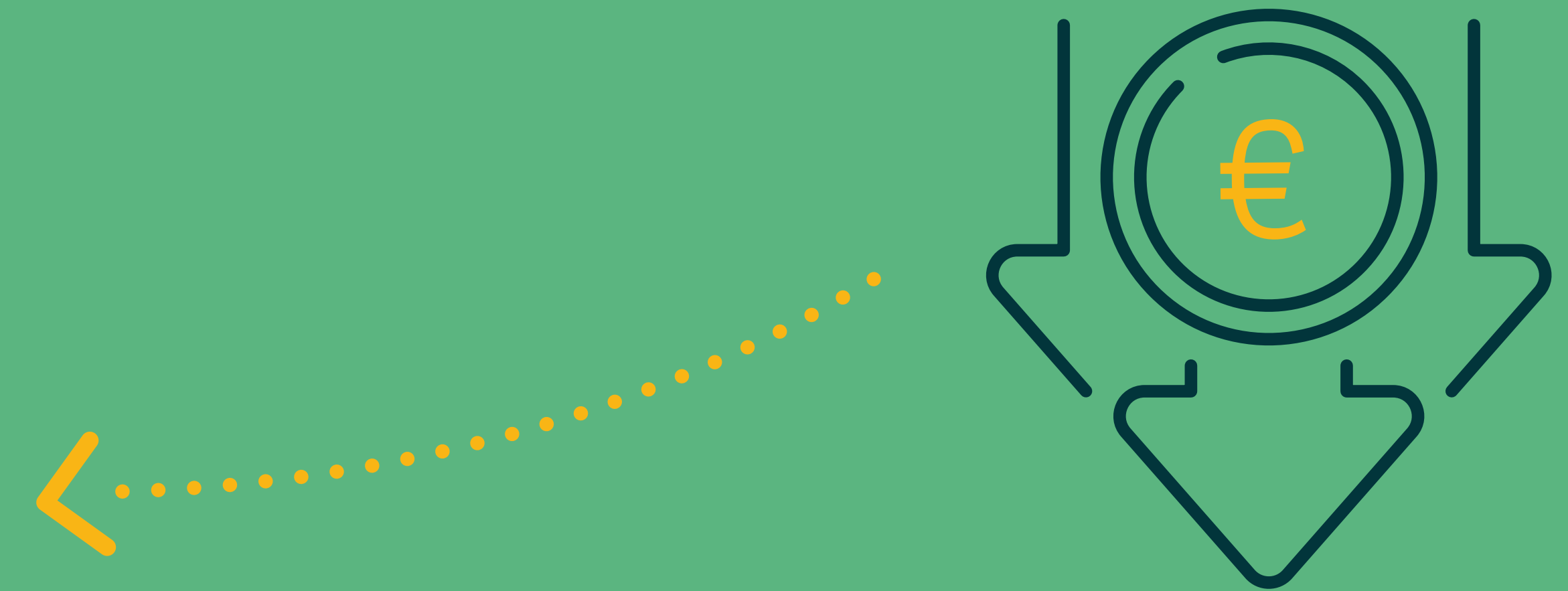
03

**La Ley de Segunda Oportunidad**







# Qué es el sobreendeudamiento

# EL SOBREENDEUDAMIENTO: CARACTERÍSTICAS Y TIPOS



Es una situación financiera crónica, en la que una persona o familia **no puede atender de forma sostenible el pago** de sus deudas y gastos fijos, incluso realizando ajustes en su presupuesto. **Se caracteriza por:**

- 
**Incapacidad** para cubrir gastos esenciales (vivienda, créditos, impuestos).
- 
**Retrasos** reiterados en los pagos.
- 
**Reclamaciones** de deuda por parte de acreedores.
- 
**Falta de perspectivas** realistas de recuperación a corto plazo.



**Sobreendeudamiento Activo:** cuando se asumen más deudas de las que los ingresos y el ahorro permiten sostener, normalmente por:

- Uso excesivo de crédito al consumo, incluso para gastos corrientes.
- Abuso del aplazamiento del pago de las compras.
- Contratación de nuevos créditos para pagar deudas anteriores.



**Sobreendeudamiento Pasivo:** cuando sobreviene por un acontecimiento imprevisto, ajeno al consumo habitual, como:

- Desempleo.
- Enfermedad prolongada.
- Divorcio.
- Fallecimiento del principal soporte familiar.
- Robo.

# CAUSAS Y EVOLUCIÓN DEL SOBREENDEUDAMIENTO



↘ Hoy en día, el sobreendeudamiento no depende solo de grandes crisis económicas. En el pasado, durante la crisis mundial de 2008 y el estallido de la burbuja inmobiliaria en España, muchas familias se vieron **incapaces de pagar sus deudas**, lo que provocó un fuerte aumento de la morosidad hipotecaria.

↘ En la actualidad, **8 de cada 10** consumidores españoles dice tener un **cierto nivel de sobreendeudamiento**, según la Asociación Española de Consumidores\*, a causa del encarecimiento de la vivienda y productos y servicios básicos.

(\*) Mayo de 2025

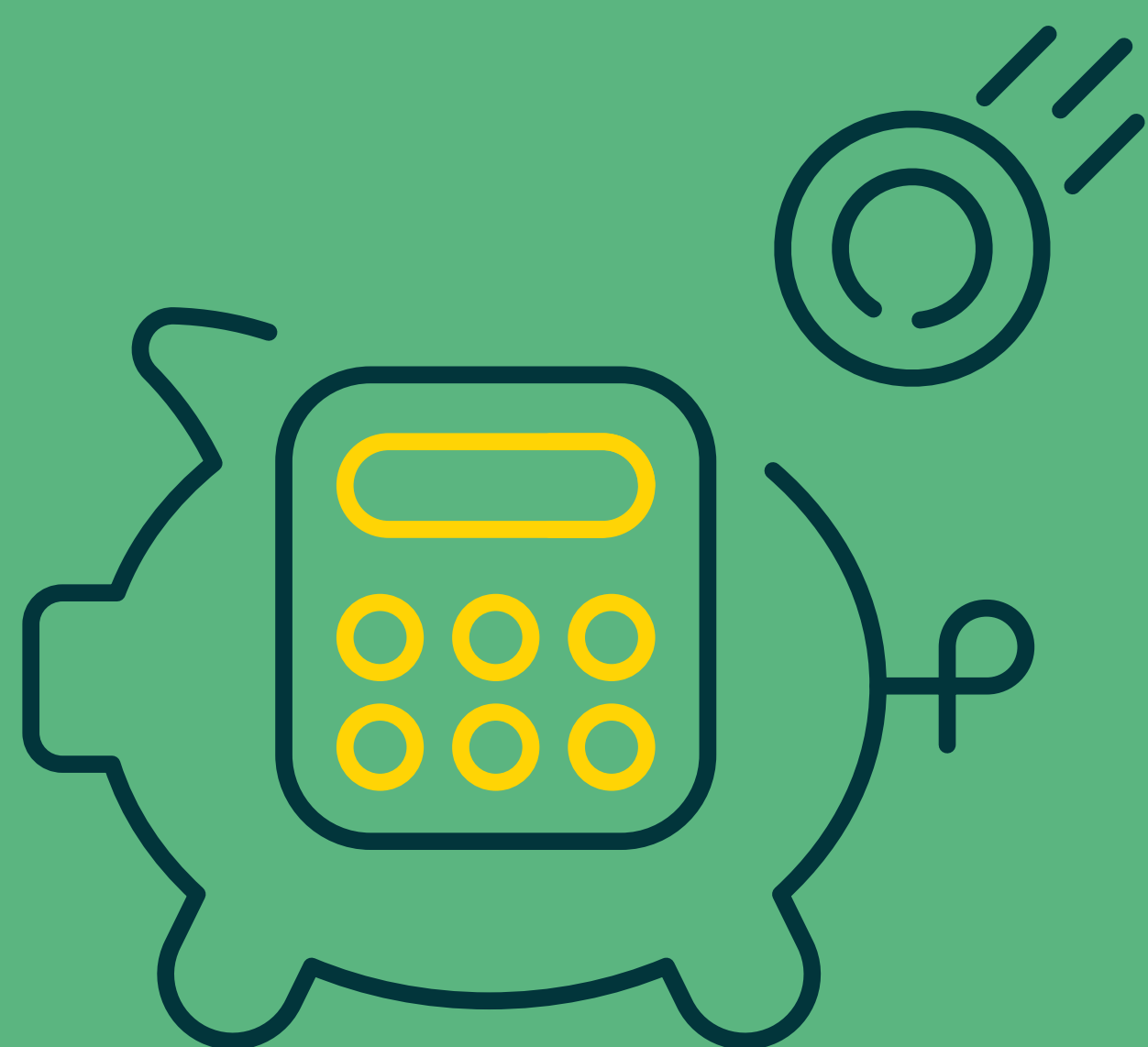
↘ Más allá de la coyuntura económica, **factores habituales son:**

- Mayor acceso al crédito al consumo.
- Uso generalizado de tarjetas y pagos aplazados.
- Endeudamiento fragmentado en muchos productos pequeños.






El riesgo aumenta cuando estas deudas se acumulan sin una visión global del presupuesto.

# CÓMO PREPARARSE ANTE UNA CAÍDA DE INGRESOS



Gestionar bien el presupuesto familiar\* es fundamental, pero no siempre suficiente. Para **hacer frente a imprevistos** conviene:

-  Contar con ahorro que permita cubrir entre 3 y 6 meses de gastos básicos (**fondo de emergencia\***).
-  Suscribir **seguros de protección de pagos** cuando se contrata un crédito para cubrir cuotas en caso de desempleo, invalidez temporal o fallecimiento. Son habituales en las hipotecas (seguro de vida).
-  **Seguro de incapacidad temporal**, que complementa la prestación de la Seguridad Social y es especialmente útil para autónomos.

Los seguros tienen un coste que debe incluirse en el presupuesto familiar

(\*) Más información en Módulo 2



# Cómo evitar el sobreendeudamiento

# REACCIONAR ANTE LAS DIFICULTADES FINANCIERAS



Cuando los ingresos caen de forma imprevista, hay que **reaccionar con rapidez**; cualquier retraso agrava la situación. Es importante contar con el consejo y opinión de profesionales: asociaciones de consumidores, trabajadores sociales, asesores financieros...

## Primer paso:

### ➤ REVISAR EL PRESUPUESTO COMPLETO

**Ingresos reales, gastos fijos, gastos variables y deudas. Este análisis permite:**

- ➔ Identificar el origen del problema.
- ➔ Estimar cuánto puede durar.
- ➔ Decidir qué ajustes son necesarios.



# REACCIONAR ANTE LAS DIFICULTADES FINANCIERAS



## Segundo paso:

### ➤ HABLAR CON LAS ENTIDADES ACREEDORAS

- ➔ Informar con transparencia y colaboración del cambio de situación económica.
- ➔ Aportar documentación que justifique la situación: despido, ingresos actuales, declaración del patrimonio...
- ➔ Proponer plan de pagos realista: elaborar un presupuesto de ingresos y gastos actualizado, proponer nivel de cuota que se puede pagar.
- ➔ Solicitar renegociación del crédito y/o reunificación de créditos bajo la hipoteca.
- ➔ Reclamar coberturas de seguros contra impagos si existen.



Al renegociar la devolución de los créditos pendientes pagaremos más intereses y comisiones. Sin embargo, serán menores que si tenemos que abonarlos por demora.

# REACCIONAR ANTE LAS DIFICULTADES FINANCIERAS



## Opciones de renegociación:

- 1 AMPLIACIÓN DE PLAZO**
  - Cuotas más bajas.
  - Aumento del coste total.
  - Comisión por modificación.
- 2 PERIODO DE CARENCIA**
  - 6-12 meses solo pagando intereses.
  - Reduce cuota temporalmente.
  - Aumenta plazo final.
- 3 REDUCCIÓN TEMPORAL DEL TIPO DE INTERÉS**
  - El banco puede bonificar temporalmente.
  - Especialmente en hipotecas.
  - Requiere justificación sólida.
- 4 REFINANCIACIÓN**
  - Agrupar todos los créditos en uno.
  - Plazo más largo, cuota única más baja.
  - Mayor coste total, pero más manejable.
- 5 QUITA PARCIAL**
  - En casos muy extremos, el banco perdona parte de la deuda.
  - A cambio de pago inmediato del resto.
  - Difícil de conseguir, requiere asesoramiento legal.

# REACCIONAR ANTE LAS DIFICULTADES FINANCIERAS

## Tercer paso:

### ➤ CAMBIAR EL COMPORTAMIENTO FINANCIERO

- ➔ Negociar aplazamientos en gastos fijos cuando sea posible.
- ➔ Seguir pagando facturas para no aumentarlas con intereses de demora.
- ➔ Priorizar el pago de facturas esenciales para evitar recargos y morosidad.
- ➔ Renunciar a contratar nuevos créditos.
- ➔ Dejar de utilizar tarjetas de crédito.



Pedir nuevos préstamos para pagar deudas suele agravar el problema si no hay un plan claro.



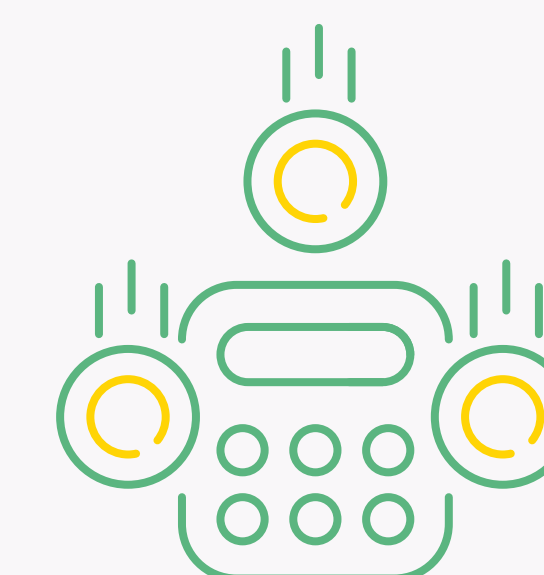
# REACCIONAR ANTE LAS DIFICULTADES FINANCIERAS



## Cuarto paso:

### ↘ CAMBIAR LOS HÁBITOS DE CONSUMO

- Reducir gastos: suprimir gastos no indispensables (suscripciones a plataformas), sustituir el gimnasio por ejercicio al aire libre, ocio, evitar compras compulsivas...
- Revisar contratos de suministros y servicios.
- Comparar precios y optar por marcas blancas.
- Reducir el desperdicio alimentario.
- Valorar alternativas más económicas como el consumo colaborativo.



Nos sorprenderemos de los gastos corrientes que podemos reducir.

# REACCIONAR ANTE LAS DIFICULTADES FINANCIERAS



## Quinto paso:

### ACTUAR SOBRE LOS INGRESOS

Si la reducción de gastos no es suficiente, es necesario analizar los ingresos.

Opciones a valorar:

- Explorar la obtención de ingresos complementarios.
- Venta de bienes no esenciales para obtener liquidez.
- Alquiler de garaje o trastero si no se usa.
- Consulta de ayudas públicas disponibles en cada momento.



A pesar de todo, es posible que no podamos recuperar el equilibrio entre gastos e ingresos a corto plazo.

# REACCIONAR ANTE LAS DIFICULTADES FINANCIERAS



## Ayudas públicas:

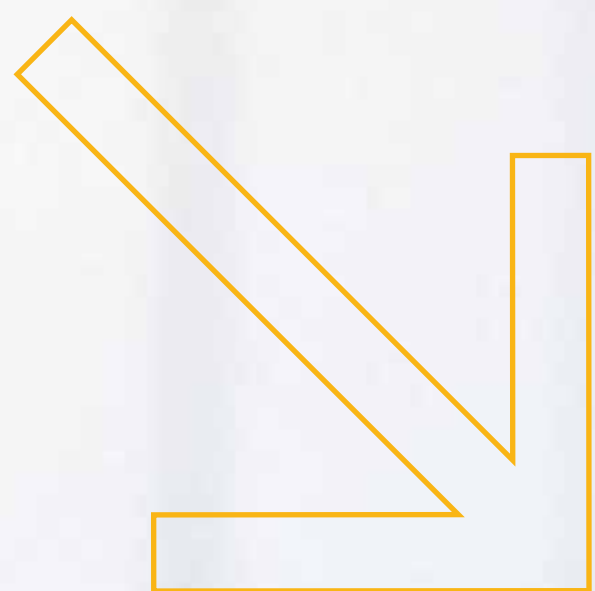
Las ayudas públicas varían con el tiempo, por lo que deben consultarse siempre en fuentes oficiales. En 2025 destacan:

- **Prestación por desempleo (paro):** mínimo 360 días cotizados en los últimos 6 años
- **Subsidio por cotización insuficiente:** entre 90 y 359 días cotizados.
- **Subsidio por agotamiento** de la prestación contributiva.
- **Renta Activa de Inserción (RAI):** para desempleados de larga duración mayores de 45 años.
- **Ingreso Mínimo Vital (IMV)** para hogares vulnerables y tras agotar el subsidio de desempleo.
- **Ayudas autonómicas y locales:** alquiler, comedor escolar, libros...
- **Bono social eléctrico:** descuento del 25%-40% en factura de luz.
- **Tarifa social del agua:** reducción del precio del agua.
- Ayudas de **ONGs, bancos de alimentos, emergencia social** de los ayuntamientos.



# La Ley de Segunda Oportunidad





Si las negociaciones con bancos y acreedores no permiten alcanzar el equilibrio presupuestario, existe la posibilidad de acogerse a la **Ley de Segunda Oportunidad** (Ley 25/2015, reformada por Ley 16/2022) regulada en la **Ley Concursal** que permite de forma excepcional a personas físicas –particulares y autónomos– en situación de insolvencia cancelar las deudas que no pueden pagar y **rehacer su vida económica**.


### Se puede plantear cuando:




- La situación de sobreendeudamiento es **estructural**, no puntual.
- **No existen ingresos suficientes** para atender las deudas incluso tras ajustes del presupuesto.
- Se han intentado previamente soluciones de **negociación** razonables.



# REQUISITOS PARA ACOGERSE A LA LEY DE SEGUNDA OPORTUNIDAD



- 
**Ser persona física:** particulares y autónomos.
- 
**Situación real de insolvencia:** no se pueden atender las deudas de forma regular con los ingresos disponibles, incluso tras ajustes del presupuesto.
- 
**Pluralidad de acreedores:** al menos dos deudas con diferentes acreedores: bancos, empresas, Hacienda, Seguridad Social, particulares, proveedores.
- 
**Buena fe del deudor:** se exige que la situación de sobreendeudamiento no haya sido provocada de forma fraudulenta o intencionada.

- 
**Intento previo de solución:** debe haberse intentado, de forma razonable, una negociación o reestructuración de las deudas.
- 
**Colaboración y transparencia:** es obligatorio declarar de forma completa ingresos, gastos, patrimonio y deudas.
- 
**No haber obtenido una exoneración reciente:** la ley establece límites temporales para volver a acogerse al procedimiento.



La segunda oportunidad está diseñada para situaciones de sobreendeudamiento grave y persistente. No es una solución rápida ni válida para dificultades financieras puntuales.

# ¿QUÉ DEUDAS SE PUEDEN CANCELAR CON LA LEY DE SEGUNDA OPORTUNIDAD?

Se puede cancelar:

- Préstamos personales.
- Tarjetas de crédito y revolving.
- Créditos al consumo.
- Deudas con proveedores.
- Deudas con particulares.
- Hipotecas (si se ha ejecutado la vivienda y queda deuda pendiente).
- Deudas por impago del alquiler y suministros.
- Deudas públicas: hasta 10.000€ Hacienda + 10.000€ Seguridad Social.

No se puede cancelar:

- Pensiones alimenticias.
- Deudas por responsabilidad civil extracontractual (accidentes, daños culposos).
- Multas y sanciones administrativas.
- Deuda pública superior a los límites establecidos (resto debe pagarse).
- Créditos de derecho público (más allá de los límites exonerables).



# CÓMO SOLICITAR LA LEY DE SEGUNDA OPORTUNIDAD



## Fase de preparación:

### 1 ASESORAMIENTO PROFESIONAL

- Contactar con abogado especializado.
- Evaluación de viabilidad del caso.



### 2 RECOPIACIÓN DE DOCUMENTACIÓN

- DNI y libro de familia.
- Certificados de ingresos (nóminas, pensiones, SEPE).
- Historial laboral y de cotización.
- Certificados bancarios de deudas.
- Contratos de todos los créditos.
- Escrituras de propiedades.
- Certificado de empadronamiento.
- Certificado de bienes (Registro de la Propiedad).
- Justificantes de gastos corrientes.
- Declaraciones de la renta últimos 3 años.

### 3 ELABORACIÓN DE LA DEMANDA

- Lista completa de acreedores y deudas.
- Plan de liquidación o de pagos.
- Inventario de bienes y derechos.

# CÓMO SOLICITAR LA LEY DE SEGUNDA OPORTUNIDAD



## Fase de procedimiento judicial:

### 4 PRESENTACIÓN DE LA DEMANDA

- Ante el Juzgado de lo Mercantil del domicilio del deudor.
- Pago de tasas judiciales.
- Designación de procurador.



### 5 ADMISIÓN A TRÁMITE

- El juzgado admite o rechaza la demanda.
- Si se admite:
  - Se publica en el BOE.
  - Se paraliza el devengo de intereses.
  - Se detienen ejecuciones en curso.
  - Protección frente a acreedores.
  - Suspensión de embargos.
  - Salida de ASNEF, RAI y otros ficheros de morosidad.

### 6 NOMBRAMIENTO DE ADMINISTRADOR CONCURSAL

- Profesional (economista o abogado) designado por el juez.
- Audita la situación patrimonial del deudor.
- Verifica actuación de buena fe.
- Elabora informe para el juez.

# CÓMO SOLICITAR LA LEY DE SEGUNDA OPORTUNIDAD



## Fase de procedimiento judicial:

### 7 DETERMINACIÓN DE LA MASA ACTIVA Y PASIVA

- **Masa activa:** bienes y derechos del deudor.
- **Masa pasiva:** deudas y obligaciones.
- **Clasificación de acreedores** (privilegiados, ordinarios, subordinados).



### 8 LIQUIDACIÓN O PLAN DE PAGOS

- **Liquidación de patrimonio:**
  - Venta de los bienes no esenciales.
  - Se paga a los acreedores según orden de prelación.
  - Se obtiene exoneración del pasivo insatisfecho.
  - Vivienda habitual protegida si se demuestra necesidad y no hay alternativas.
- **Si no hay patrimonio suficiente para liquidar:**
  - Plan de devolución parcial durante 3 años.
  - Cuantía según ingresos disponibles (mínimo vital protegido).
  - Al finalizar: exoneración del resto de deuda.

# CÓMO SOLICITAR LA LEY DE SEGUNDA OPORTUNIDAD

## Fase de exoneración definitiva:

9

### OBTENCIÓN DEL BENEFICIO DE EXONERACIÓN DEL PASIVO INSATISFECHO (BEPI)

- Si hubo liquidación: exoneración inmediata de las deudas no cubiertas.
- Si hay plan de pagos y tras cumplir los 3 años del plan o 5 si no se ha pagado el umbral mínimo: certificado de cumplimiento del administrador concursal.



10

### RESOLUCIÓN JUDICIAL DEFINITIVA

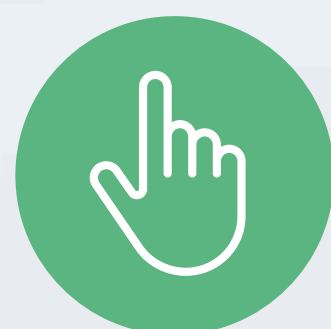
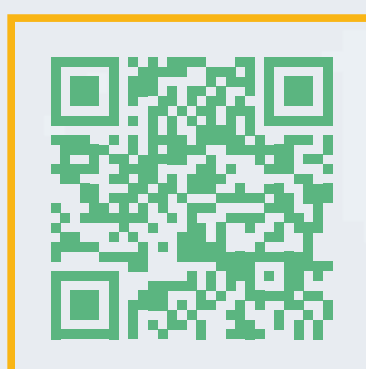
- El juez dicta auto concediendo la exoneración.
- Todas las deudas exoneradas quedan canceladas.
- Los acreedores no pueden reclamarlas nunca más.



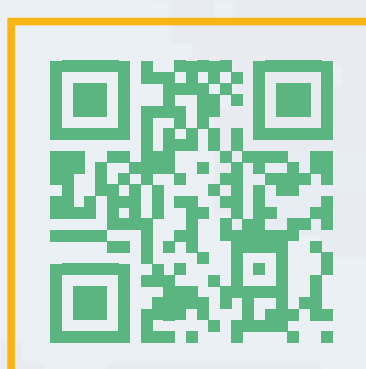
# Domestica tu economía



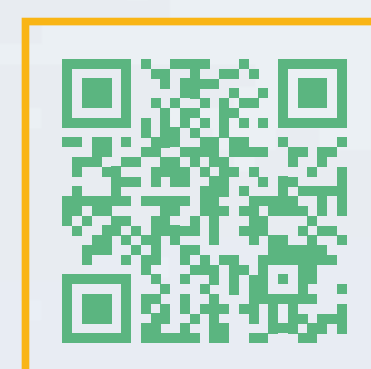
¡Síguenos!



[www.domesticatueconomia.es](http://www.domesticatueconomia.es)



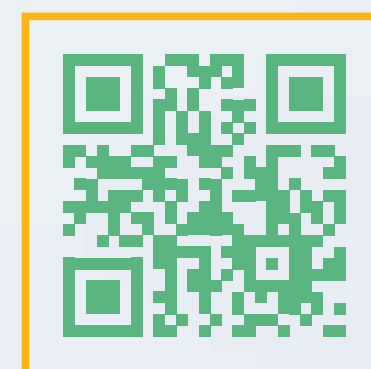
@dtueconomia



Domestica tu Economía



@dtueco



@dtueco