

Un colchón para los imprevistos

Qué hacer cuando le llega una cuenta grande

Una llanta pinchada no tiene por qué arruinarle el mes. Un plan con calma para los días después de una cuenta grande: averigüe bien, proteja lo básico, haga las llamadas y pida prestado con cuidado.



9 min de lectura • Actualizada en octubre de 2026 • Revisada contra sus fuentes

En resumen

- ✓ Cuando le llega una cuenta grande, primero averigüe bien: pídale por escrito, revise que no tenga errores y pregunte qué se debe ahora y qué puede esperar.
- ✓ Pague primero lo que le da techo, comida y trabajo. Luego llame a los demás antes de atrasarse y pida un plan de pagos o más tiempo.
- ✓ Si pide prestado, compare el APR. Un cargo típico de préstamo de día de pago sale a casi 400%. El préstamo alternativo de una cooperativa de crédito federal, máximo 28%.

De una organización sin fines de lucro. Quien le asesora tiene un deber fiduciario: debe poner los intereses de usted primero. Su información no se vende.

¿Prefiere hablarlo con alguien?

Un asesor financiero voluntario puede ayudarle con su situación, uno a uno, en español y sin costo.



Apunte la cámara de su teléfono al código, o visite:

advisersgiveback.org/comienzo-esp

1

Primero, averigüe bien

Una llanta pinchada la misma semana que toca pagar la renta. Una visita al dentista justo antes del día de pago. Sorpresas como estas son comunes. En la encuesta de 2025 de la Reserva Federal, el 59% de los adultos tuvo por lo menos un gasto grande inesperado en el año anterior a la encuesta.¹

Si a usted le acaba de caer una, respire hondo. Seguramente tiene más opciones de las que siente ahora mismo. Esta guía lo lleva por los primeros días, paso por paso.

Empiece por la cuenta misma. Unas cuantas preguntas pueden bajar la cantidad o darle más tiempo:

- **¿Está por escrito?** Antes de una reparación del carro, pida un presupuesto por escrito. Si la reparación es cara, o no le queda claro que haga falta, piense en pedir una segunda opinión. ²
- **¿Está bien cobrada?** Si es una cuenta médica, pida la lista de cada cargo. Busque errores, como que le hayan cobrado dos veces lo mismo. ³
- **¿Hay algo que ya esté cubierto?** Revise su seguro, y cualquier garantía, antes de pagar de su bolsillo.
- **¿Cuánto se debe, y para cuándo?** Pregunte cuál es la verdadera fecha límite. Pregunte si puede pagar una parte ahora y el resto después.

2

Proteja lo básico primero

Si no puede pagar todo de una vez, le pasa a mucha gente. En 2025, el 28% de los adultos tuvo problemas para pagar sus cuentas en el mes anterior a la encuesta. ¹ Cuando el dinero no alcanza, el orden en que paga importa.

La Oficina para la Protección Financiera del Consumidor (CFPB) sugiere pensar qué pasaría si cada cuenta se quedara sin pagar. Su hoja de trabajo señala las cuentas que protegen lo básico: ⁵

- **Un lugar donde vivir.** La renta o la hipoteca, más el gas, la luz y el agua que hacen que la casa funcione.
- **Su trabajo.** Lo que necesita para llegar al trabajo y seguir trabajando: el pago del carro, la gasolina o el pasaje, el cuidado de los niños.
- **Los seguros que necesita.** El seguro del carro es obligatorio en la mayoría de los estados. El seguro médico, el de inquilino y el de la casa también cuentan.
- **Órdenes del juez.** Pagos como la manutención de los hijos (child support).

La comida también va en esa lista. La CFPB cuenta como necesidades la vivienda, los servicios, la comida, la ropa y el transporte. ⁵ Por unas semanas, deje en pausa los extras que después puede retomar, como la comida para llevar o un servicio de streaming. En 2025, recortar otros gastos fue la manera más común en que la gente salió adelante en un mes en que costaba trabajo pagar las cuentas. ¹



Los días cuentan

La CFPB dice que los pagos de servicios y de tarjetas de crédito hechos dentro de los 30 días después de la fecha límite normalmente no aparecen en su reporte de crédito, aunque puede que le cobren un recargo por pago

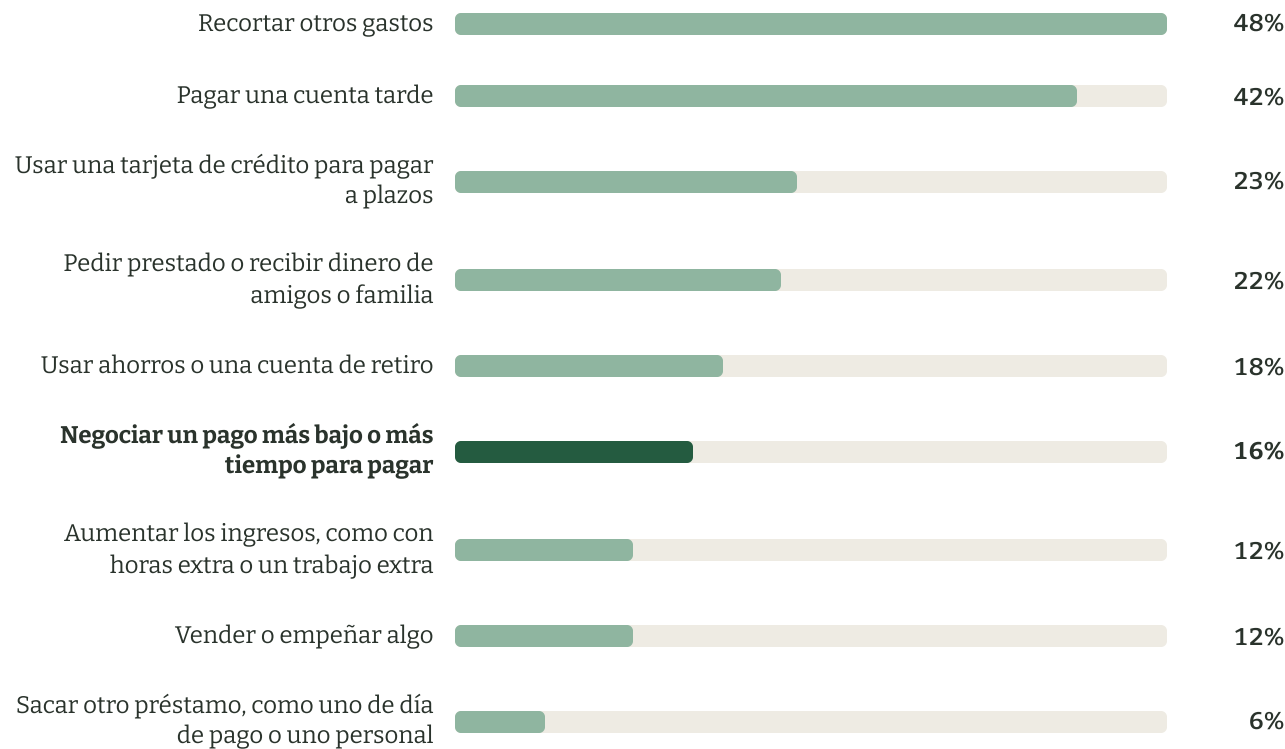
atrasado. Después de 60 días, la compañía de la tarjeta de crédito puede subirle la tasa de interés. Perder el lugar donde vive cuesta mucho más, y esos costos se acumulan rápido. ⁵

3 Llame antes de atrasarse

Hay un dato que vale la pena conocer. Entre los adultos a quienes les costó pagar sus cuentas en el mes anterior a la encuesta de 2025, el 42% pagó una cuenta tarde. Solo el 16% negoció un pago más bajo o más tiempo para pagar. ¹

Pagar tarde fue común. Negociar más tiempo, no.

Qué hicieron los adultos a quienes les costó pagar sus cuentas el mes anterior, 2025



Entre los adultos que no pagaron completas todas sus cuentas (sin contar las tarjetas de crédito) o tuvieron problemas para pagarlas. Cada persona podía elegir más de una opción.

Fuente: Federal Reserve Board, Economic Well-Being of U.S. Households in 2025 (May 2026)

No pierde nada con preguntar. Si no va a poder hacer un pago, la CFPB sugiere llamar a la compañía y explicar por qué. Puede que logren un arreglo a corto plazo. Si usted normalmente paga a tiempo, quizá le perdonen el recargo. Y si una fecha límite siempre le cae antes de que le paguen, pida que se la muevan. ⁵

Algunas cuentas vienen con su propio tipo de ayuda:

- **Cuentas médicas.** Pregunte si califica para asistencia financiera, a veces llamada «atención caritativa» (charity care). Los hospitales sin fines de lucro están obligados a tener estos programas. ³ En California, la ley estatal exige que los hospitales los tengan. Puede solicitar esa ayuda si no tiene seguro médico o si tiene gastos médicos altos, y si el ingreso de su familia no pasa del 400% del nivel federal de pobreza. ⁴ Si todavía debe, pida un plan de pagos sin intereses. Piénselo dos veces antes de pasar la cuenta a una tarjeta de crédito. Podría pagar intereses altos y perder la oportunidad de negociar. ⁵
- **La renta.** Su estado puede ofrecer ayuda de emergencia para la renta. Marque el 211 para encontrar programas cerca de usted. ⁶
- **Otras necesidades básicas.** [USA.gov \(en inglés\)](https://www.usa.gov/en-ingles) tiene una lista de programas del gobierno que ayudan con comida, cuentas y vivienda.



Qué decir cuando llame

Pruebe algo así: «Tuve un gasto inesperado y no puedo pagar la cantidad completa para la fecha límite. Quiero mantener mi cuenta al corriente. ¿Podemos hacer un plan de pagos, cambiar mi fecha límite o quitar el recargo?». Después anote la fecha, el nombre de la persona con quien habló y lo que acordaron.

4

Si tiene que pedir prestado, compare el costo

A veces un plan de pagos no alcanza. Si necesita pedir prestado, compare la tasa de interés anual (APR). Es lo que cuesta un préstamo al año, con todo y cargos. Es la mejor manera de comparar un préstamo con otro. ⁷

Los préstamos de día de pago (payday loans) están hechos para momentos como este, y son de las maneras más caras de pedir prestado. Es común un cargo de \$15 por cada \$100 que pide. Pida \$300 hasta su próximo día de pago y va a deber \$345. En un préstamo a dos semanas, ese cargo sale a un APR de casi 400%. ⁹

391%

el APR de un préstamo de día de pago de \$100 con un cargo de \$15, a pagar en dos semanas

Compárelo con el préstamo alternativo de día de pago de una cooperativa de crédito federal, con un APR de 28%.

Fuente: National Credit Union Administration ([MyCreditUnion.gov](https://mycreditunion.gov)), Payday Alternative Loans (Last modified February 4, 2025)

Antes de irse por ahí, vea estas opciones:

- **Un préstamo de una cooperativa de crédito (credit union).** Pregunte en una cooperativa de crédito federal por un préstamo alternativo de día de pago (payday alternative loan). Si lleva por lo menos un mes como miembro, puede ser de \$200 a \$1,000, con plazo de uno a seis meses. El cargo por solicitarlo no puede pasar de \$20. ⁷ Algunas cooperativas de crédito federales también ofrecen un segundo tipo, de hasta \$2,000 con plazo de hasta 12 meses, sin la espera de un mes. ⁸ El APR no puede pasar de 28%. ¹⁰
- **Una tarjeta de crédito, por poco tiempo.** En el segundo trimestre de 2026, la tasa promedio de las tarjetas de crédito bancarias a las que se les cobró interés fue de 22.15%. ¹¹ Es mucho menos que un préstamo de día de pago. Pero un saldo que arrastra por meses sigue creciendo. Y si necesita efectivo, un adelanto de efectivo (cash advance) cuesta más que una compra: una tasa más alta e intereses desde el primer día. ⁷
- **Alguien de confianza.** Un familiar o un amigo puede prestarle sin intereses. Piense en cómo podría afectar la relación si pagarlo se pone difícil. ⁷ Pónganse de acuerdo en la cantidad y en la fecha de pago, y déjenlo por escrito.



Costos que se cuelan

Si no puede pagar un préstamo de día de pago a tiempo y su estado permite renovarlos, la renovación significa otro cargo. Eso son \$90 en cargos por pedir \$300 durante cuatro semanas. ⁹ Los planes de «compre ahora, pague después» también pueden salir caros. En 2025, el 26% de quienes los usaron pagó tarde. Y al 11% un pago le provocó un cargo por sobregiro o por fondos insuficientes en su banco. ¹

Sacar dinero de una cuenta de retiro antes de los 59½ años cuesta más de lo que parece. En la mayoría de los casos, lo que saca cuenta como ingreso y paga impuestos. Además, normalmente tendrá que pagar un impuesto federal adicional del 10%, a menos que entre en alguna de las excepciones a ese impuesto adicional. ¹² Si vive en California, el estado normalmente agrega un impuesto adicional del 2.5% sobre la parte que cuenta como ingreso. ¹³

5

Después, reponga su colchón de ahorros

Usar los ahorros para una emergencia no es un fracaso. Para eso es ese dinero. El consejo de la CFPB es sencillo: no tenga miedo de usarlos, y después trabaje para volver a juntarlos. ¹⁴

Una manera de reponerlos sin sentirlo: cuando termine un plan de pagos, siga haciendo ese pago, pero ahora para usted. Digamos que pagaba \$50 por cheque de pago. Ahora pase esos \$50 a sus ahorros cada día de pago. Ya se acostumbró a vivir sin ese dinero.

Incluso unos cuantos cientos de dólares ahorrados hacen la diferencia. Quien los tiene suele pasar un mes difícil de otra manera. Entre los adultos a quienes les costó pagar sus cuentas en el mes anterior a la encuesta de 2025, fue mucho menos común que los que podían cubrir \$500 con sus ahorros le pidieran prestado a amigos o familia. Solo el 11% lo hizo, frente al 27% de quienes no podían cubrir \$500. ¹

Aun así, \$500 no cubren la mayoría de las sorpresas grandes. Por ejemplo, las reparaciones del carro. En la encuesta de 2025, la gente le dijo a la Reserva Federal cuánto le costó una reparación grande o el reemplazo de su carro. Solo el 12% pagó menos de \$500. Más o menos dos de cada tres pagaron \$1,000 o más. ¹

Solo el 12% de las reparaciones grandes o reemplazos del carro costaron menos de \$500

Lo que pagaron los adultos por una reparación grande o el reemplazo de su vehículo en los 12 meses anteriores, 2025



Entre los adultos que tuvieron una y sabían cuánto costó. Los porcentajes suman 101% por el redondeo.

Fuente: Federal Reserve Board, Economic Well-Being of U.S. Households in 2025 (May 2026)

Así que tome unos cuantos cientos de dólares como un comienzo, y siga adelante. Nuestra guía para [armar un fondo de emergencia](#) recorre cada paso: \$400, luego \$1,000, luego un mes de gastos básicos, luego tres. Para que siga creciendo, [páguese a usted primero](#) con una transferencia automática pequeña, aunque sean \$5 o \$10 a la semana. Y póngale a la cuenta un nombre que signifique algo para usted. [El fondo de la libertad \(en inglés\)](#) tiene ideas.

En línea: advisersgiveback.org/gso/es/#guide-not-if-but-when

En línea: advisersgiveback.org/gso/es/#guide-pay-yourself-first

En línea (en inglés): advisersgiveback.org/resources/the-freedom-fund/

*Una red de seguridad no tiene que ser enorme para ser poderosa.
Solo tiene que estar ahí cuando la vida se aparece sin invitación.*

Si por una sorpresa ahora anda haciendo malabares con las cuentas o con una deuda nueva, un asesor voluntario puede ayudarle a decidir por dónde empezar, uno a uno y sin que a usted le cueste nada.

Un asesor voluntario está listo cuando usted lo esté.

Un asesor voluntario puede revisar sus números con usted y ayudarle a decidir qué hacer primero.

advisersgiveback.org/comienzo-esp



Fuentes

1. Federal Reserve Board, Economic Well-Being of U.S. Households in 2025, May 2026. La Encuesta sobre la Economía y las Decisiones de los Hogares (Survey of Household Economics and Decisionmaking), levantada en octubre de 2025: tablas 20, 23 y 41, figuras 21 y 23, y la sección de «compre ahora, pague después» (Buy Now, Pay Later). federalreserve.gov/publications/files/2025-report-economic-well-being-us-households-202605.pdf
2. Federal Trade Commission, Auto Repair Basics, August 2012. consumer.ftc.gov/articles/auto-repair-basics
3. Consumer Financial Protection Bureau, What should I do if I can't pay a medical bill?, Last reviewed December 7, 2023. consumerfinance.gov/ask-cfpb/what-should-i-do-if-i-cant-pay-a-medical-bill-en-2125/
4. California Department of Health Care Access and Information, Hospital Bill Complaint Program, Accessed October 10, 2026. Las secciones «Complaint Overview» (resumen de las quejas) y «Eligibility» (quién califica), bajo la ley de precios justos de los hospitales de California (Hospital Fair Pricing Act). hcai.ca.gov/affordability/hospital-fair-billing-program/hospital-bill-complaint-program/
5. Consumer Financial Protection Bureau, Your Money, Your Goals: Behind on bills? Start with one step., Accessed October 2026. El folleto no trae fecha; su archivo PDF se creó en febrero de 2019. Las herramientas «Prioritizing bills» (priorizar las cuentas) y «Spending tracker» (registro de gastos). files.consumerfinance.gov/f/documents/cfpb_ymyg_behind-on-bills_print.pdf
6. USA.gov, Get emergency rent assistance, Last updated April 15, 2026. usa.gov/emergency-pay-rent
7. National Credit Union Administration (MyCreditUnion.gov), Payday Alternative Loans, Last modified February 4, 2025. mycreditunion.gov/manage-your-money/consumer-loans-credit-cards/payday-alternative-loans
8. Office of the Federal Register (eCFR), 12 CFR 701.21: Loans to members and lines of credit to members, Version of October 7, 2026. El párrafo (c)(7)(iv): el segundo tipo de préstamo alternativo de día de pago (PALs II). ecfr.gov/on/2026-10-07/title-12/chapter-VII/subchapter-A/part-701/section-701.21
9. Consumer Financial Protection Bureau, What are the costs and fees for a payday loan?, Last reviewed November 25, 2024. consumerfinance.gov/ask-cfpb/what-are-the-costs-and-fees-for-a-payday-loan-en-1589/
10. National Credit Union Administration, Permissible Loan Interest Rate Ceiling Extended (Letter 26-FCU-02), February 2026. ncua.gov/regulation-supervision/letters-credit-unions-other-guidance/permissible-loan-interest-rate-ceiling-extended-0
11. Federal Reserve Board, Consumer Credit, G.19, September 8, 2026. Tasa de interés de los bancos comerciales en planes de tarjetas de crédito, cuentas a las que se cobró interés, segundo trimestre de 2026. federalreserve.gov/releases/g19/20260908/default.htm
12. Internal Revenue Service, Retirement topics: Exceptions to tax on early distributions, Last reviewed December 11, 2025. irs.gov/retirement-plans/plan-participant-employee/retirement-topics-exceptions-to-tax-on-early-distributions
13. California Franchise Tax Board, 2025 Instructions for Form FTB 3805P: Additional Taxes on Qualified Plans (Including IRAs) and Other Tax-Favored Accounts, Tax year 2025. «Early Distributions» (distribuciones anticipadas): el impuesto adicional del 2½%. ftb.ca.gov/forms/2025/2025-3805p-instructions.html
14. Consumer Financial Protection Bureau, An essential guide to building an emergency fund, Last modified October 29, 2025. consumerfinance.gov/an-essential-guide-to-building-an-emergency-fund/

Actualizada en octubre de 2026. Esta guía es información general, no un consejo para su situación. Revisamos cada cifra contra su fuente; si algo cambió, avísenos en advisersgiveback.org/contact. Lea esta guía en línea en advisersgiveback.org/gso/es. Advisers Give Back es una organización sin fines de lucro 501(c)(3) (EIN 84-4685390), y su información no se vende.