

Deudas y crédito

Su puntaje de crédito puede mejorar

Su puntaje de crédito es una foto del momento, no un veredicto. De qué está hecho, cómo revisar sus informes gratis y los hábitos que lo mueven en la dirección correcta.



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

En resumen

- ✓ Su puntaje de crédito es una foto de su informe de crédito, no un veredicto sobre usted. Pagar a tiempo y mantener los saldos bajos es lo que más lo mueve.
- ✓ Puede revisar sus informes de crédito gratis cada semana en AnnualCreditReport.com. Revisar su propio informe no le baja el puntaje.
- ✓ Los errores son comunes: 1 de cada 5 personas en un estudio de la FTC de 2013 tenía uno. Disputarlos es gratis, y la agencia de crédito tiene 30 días para investigar.

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](https://advisersgiveback.org/comienzo-esp)**

1

Una foto del momento, no un veredicto

Mucha gente ve su puntaje de crédito como si fuera una calificación de lo que vale como persona. Por eso dan ganas de no mirarlo, sobre todo si los tropiezos del pasado todavía duelen. Pero su puntaje no es un juicio sobre usted. Es una foto de cómo está su informe de crédito hoy, y las fotos cambian.

Su informe de crédito es un resumen de su historial de crédito. Ahí aparecen sus cuentas, cómo ha ido pagando lo que debe y cosas como una bancarrota. ¹ El puntaje de crédito es un número que se calcula a partir de ese informe. Los bancos, las compañías

de tarjetas y otros negocios lo usan para calcular qué tan probable es que usted pague lo que pide prestado. Con un puntaje más alto es más fácil que le aprueben un préstamo y que le den una tasa de interés más baja. ²

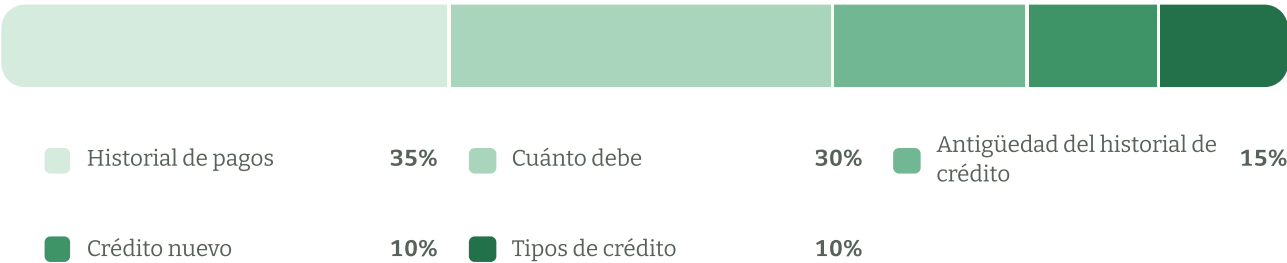
No tiene un solo puntaje. Hay muchas fórmulas para calcularlo, y los prestamistas usan fórmulas distintas para distintos tipos de préstamo. Muchos puntajes van de 300 a 850. Así que es normal ver números diferentes en distintos lugares. ²

2 De qué está hecho su puntaje

FICO, una compañía que crea puntajes de crédito, publica cuánto cuenta cada parte de su informe de crédito en sus puntajes.

Pagar a tiempo y cuánto debe suman el 65% de un puntaje FICO

Cuánto cuenta cada categoría en los puntajes FICO, para la población en general



FICO dice que cuánto cuenta cada categoría puede variar de una persona a otra, por ejemplo para alguien que apenas empieza con el crédito.

Fuente: FICO (myFICO), How are FICO Scores Calculated? (Accessed September 2026)

El historial de pagos es lo que más cuenta, con el 35%. Le sigue cuánto debe, con el 30%. Eso incluye qué tanto de su crédito disponible está usando. La antigüedad de su historial de crédito cuenta el 15%. El crédito nuevo y los tipos de crédito que tiene cuentan el 10% cada uno. ³

Estos porcentajes son para la gente en general, y en su caso pueden ser distintos. A alguien que apenas empieza con el crédito, por ejemplo, se le califica de otra manera. ³ Su puntaje FICO usa solo lo que está en su informe de crédito. Aun así, los prestamistas pueden fijarse en otras cosas, como sus ingresos. ³

La Oficina para la Protección Financiera del Consumidor (CFPB) coincide en lo más importante: pagar sus cuentas a tiempo, todas las veces, es lo que más efecto tiene en su puntaje. ²

3

Revise sus informes gratis, cada semana

Puede revisar su informe de crédito de cada una de las tres agencias de crédito que operan a nivel nacional, Equifax, Experian y TransUnion, gratis cada semana en AnnualCreditReport.com (en inglés).¹ También puede pedirlos por teléfono al 1-877-322-8228, y le llegan por correo.¹

AnnualCreditReport.com es el único sitio autorizado para entregar los informes gratis a los que usted tiene derecho por ley. Otros sitios pueden usar nombres parecidos para venderle algo o para quedarse con su información personal.¹ Y revisar su propio informe no le baja el puntaje.⁴

Cuando tenga su informe, busque:²

- errores en su nombre, dirección o número de teléfono
- préstamos, tarjetas u otras cuentas que no son suyas
- pagos marcados como atrasados que usted hizo a tiempo
- cuentas que usted cerró y que aparecen como abiertas
- la misma deuda anotada más de una vez



Pruébalo esta semana

Saque sus informes de las tres agencias en AnnualCreditReport.com y léalos con una pluma en la mano. Encierre en un círculo todo lo que no reconozca. Vale la pena leer los tres: las agencias pueden recibir información de distintas fuentes, así que los informes pueden no coincidir.¹

4

Si algo está mal, dispútelo

Los errores son más comunes de lo que uno pensaría. En un estudio que ordenó el Congreso, la Comisión Federal de Comercio (FTC) encontró que 1 de cada 5 consumidores tenía un error en al menos uno de sus tres informes de crédito.⁵

1 de cada 5

consumidores en un estudio de la FTC tenían un error en al menos uno de sus tres informes de crédito

Para el 5%, los errores podrían haber significado pagar más por cosas como préstamos para auto y seguros.

Fuente: Federal Trade Commission, In FTC Study, Five Percent of Consumers Had Errors on Their Credit Reports That Could Result in Less Favorable Terms for Loans (February 11, 2013)

Para el 5% de los consumidores, los errores podrían haber significado pagar más por cosas como préstamos para auto y seguros.⁵ La FTC publicó el estudio en 2013, pero la lección sigue valiendo: revise sus informes con regularidad.

Disputar un error es gratis.⁶ Así funciona:

- 1 Avise a la agencia de crédito.**
Explique por escrito qué está mal y por qué. Incluya copias, no originales, de los documentos que respaldan lo que dice. Las agencias también aceptan disputas en línea y por teléfono.⁷
- 2 Avise a la compañía que lo reportó.**
Escríble al negocio que mandó la información a la agencia, como su banco, su casero o su compañía de tarjeta.⁹
- 3 Espere los resultados.**
La agencia de crédito tiene 30 días para investigar. Debe mandarle los resultados por escrito, y además una copia gratis de su informe si algo cambió.⁷
- 4 Confirme que quedó corregido.**
Vuelva a revisar su informe para asegurarse de que el error ya no está.⁷

Si un error viene de un robo de identidad, vaya a IdentityTheft.gov. Es el sitio del gobierno federal para reportar el robo de identidad y hacer un plan para recuperarse.⁹

5

Los hábitos que mueven su puntaje

Una vez que su informe está correcto, sus hábitos hacen el resto. La CFPB señala algunos que importan:²

- **Pague a tiempo, todas las veces.** Los pagos automáticos o los recordatorios ayudan. Si se le han pasado pagos, póngase al corriente y manténgase al corriente.
- **Mantenga sus saldos bajos.** Los puntajes miran qué tan cerca está de sus límites de crédito. La CFPB señala que los expertos recomiendan no usar más del 30% de su límite total.¹⁰
- **Solicite solo el crédito que necesita.** Muchas solicitudes en poco tiempo pueden verse como una señal de problemas de dinero.
- **Piénselo antes de cerrar tarjetas viejas.** Si cierra tarjetas pero mantiene los mismos saldos, está usando una parte mayor de su límite total, y eso puede bajar su puntaje.

En cuanto a los saldos, mientras más bajos, mejor. Pagar sus tarjetas completas cada mes le ayuda a tener los mejores puntajes, y mantiene sus intereses lo más bajos posible. No necesita dejar un saldo pendiente para tener un buen puntaje.¹⁰ Si sus saldos están altos, nuestra guía de [tres planes para pagar deudas](#) puede ayudarle a bajarlos.

En línea: advisersgiveback.org/gso/es/#guide-three-debt-payoff-plans

**Calcule cuánto de su crédito está usando**

Sume los saldos de todas sus tarjetas. Divida entre el total de sus límites de crédito. Ese es el porcentaje de su crédito total que está usando.¹⁰ Por ejemplo, \$1,500 en saldos sobre \$5,000 en límites totales es 30%.

¿Apenas empieza con el crédito, o está empezando de nuevo? Las tarjetas de crédito aseguradas (secured) y los préstamos para construir crédito (credit builder loans) están hechos para ayudar a la gente a construir un historial de crédito.¹⁰

6

Dele tiempo

La información negativa que es correcta, como un pago atrasado, no se queda para siempre. Una agencia de crédito puede reportar la mayor parte durante siete años, y una bancarrota durante 10 años.⁷ Mientras tanto, cada pago a tiempo se suma a su historial. Su puntaje mejora mientras más tiempo tenga crédito y pague a tiempo lo que debe.²

No hay atajos. Solo el tiempo puede hacer que la información negativa correcta desaparezca.⁸ Nadie puede quitar legalmente información de su informe si es correcta y está vigente.⁶

**Cuidado con las promesas de reparar su crédito**

Algunas compañías prometen arreglar su crédito a cambio de un pago. Pero todo lo que una compañía de reparación de crédito puede hacer legalmente, usted lo puede hacer por su cuenta por poco o nada de dinero. Es ilegal que le cobren antes de ayudarlo. Aléjese si una compañía le dice que no se comunique directamente con las agencias de crédito, o que dispute información que usted sabe que es correcta.⁶

*Su puntaje de crédito no es una calificación.
Es una foto del momento, y las fotos cambian.*

Un mejor puntaje toma tiempo, pero abre puertas: aprobaciones más fáciles y tasas más bajas, con menos preocupación. Si quiere ayuda para hacer un plan para su crédito y sus metas, un asesor voluntario puede trabajarlo con usted, a solas y gratis.

Preguntas para su asesor

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 Trade Commission, Free Credit Reports, June 2026. consumer.ftc.gov/articles/free-credit-reports
2. Consumer Financial Protection Bureau, Understand your credit score, Page last modified June 4, 2025. consumerfinance.gov/consumer-tools/credit-reports-and-scores/understand-your-credit-score/
3. FICO (myFICO), How are FICO Scores Calculated?, Accessed September 2026. La sección «What's in my FICO® Scores?» (qué hay en mis puntajes FICO®): los porcentajes que FICO publica para la población en general. myfico.com/credit-education/whats-in-your-credit-score
4. Consumer Financial Protection Bureau, Does requesting my credit report hurt my credit score?, Last reviewed May 14, 2024. consumerfinance.gov/ask-cfpb/does-requesting-my-credit-report-hurt-my-credit-score-en-1229/
5. Federal Trade Commission, In FTC Study, Five Percent of Consumers Had Errors on Their Credit Reports That Could Result in Less Favorable Terms for Loans, February 11, 2013. El estudio sobre la exactitud de los informes de crédito que ordenó el Congreso bajo la Sección 319 de la Ley FACT: 1,001 participantes, 2,968 informes de crédito. ftc.gov/news-events/news/press-releases/2013/02/ftc-study-five-percent-consumers-had-errors-their-credit-reports-could-result-less-favorable-terms
6. Federal Trade Commission, Fixing Your Credit FAQs, November 2023. consumer.ftc.gov/articles/fixing-your-credit-faqs
7. Federal Trade Commission, Disputing Errors on Your Credit Reports, April 2024. consumer.ftc.gov/articles/disputing-errors-your-credit-reports
8. Federal Trade Commission, How To Get Out of Debt, December 2025. La sección «Credit Repair» (reparación de crédito). consumer.ftc.gov/articles/how-get-out-debt
9. Consumer Financial Protection Bureau, How do I dispute an error on my credit report?, Last reviewed September 2, 2026. consumerfinance.gov/ask-cfpb/how-do-i-dispute-an-error-on-my-credit-report-en-314/
10. Consumer Financial Protection Bureau, How do I get and keep a good credit score?, Last reviewed December 12, 2024. consumerfinance.gov/ask-cfpb/how-do-i-get-and-keep-a-good-credit-score-en-318/

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, avisenos 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.