4 DE CADA 10 TARJETAS NO SE PAGAN COMPLETAS

Salir de Deudas

El plan para pagar lo que debes sin ahogarte en el intento



Guía práctica de tarjetas, MSI y deudas para México

Edición 2026

cuidatulana.mx

Cuida Tu Lana

TARJETAS · MSI · AVALANCHA · BURÓ · COBRANZA

Antes de empezar

> Este libro no te va a regañar por deber.

Deber es normal: más de cuatro de cada diez tarjetas en México cargan saldo de un mes a otro. Lo que no es normal es deber sin saber cuánto, a qué tasa y para cuándo. Eso es lo que vamos a arreglar.

Son ocho capítulos cortos. Parten de un caso con números reales, te enseñan a leer lo que tu banco te cobra, a ordenar tus deudas, a decidir cuándo conviene consolidar y cuándo es una trampa, y a salir sin volver a entrar. Cada capítulo termina con una acción concreta.



Cómo leerlo: de corrido la primera vez, en una hora. Ten a la mano tu último estado de cuenta de cada tarjeta y una calculadora.

Un aviso honesto



Esto es información general de educación financiera. **No es asesoría legal, fiscal ni crediticia personalizada.** Los ejemplos son hipotéticos y las cifras corresponden a octubre de 2026; las tasas, los reglamentos y las reglas de cobranza cambian. Antes de firmar un convenio, una reestructura o un préstamo, confirma las condiciones con tu institución y, si el monto es grande, con un profesional.

> Las simulaciones del libro **no incluyen el IVA (16%) que se cobra sobre intereses y comisiones**. En la vida real, todo cuesta algo más que lo que muestran las tablas.

Los números de 2026

Guarda esta página. Todos los ejemplos del libro salen de aquí.

Dato	Valor	Fuente y fecha
Tasa objetivo de Banxico	6.50%	Decisión del 24 de septiembre de 2026
Inflación anual	3.62%	INEGI, primera quincena de octubre de 2026
Interés de tarjeta, promedio de todos los tarjetahabientes	23.9% anual	Banxico, junio de 2025 (cifra preliminar)
Interés de tarjeta, quienes no pagan el total	37.1% anual	Banxico, junio de 2025 (cifra preliminar)
Lo mismo, sin contar promociones	52.7% anual	Banxico, junio de 2025 (cifra preliminar)
Tarjetas que pagan el total cada mes	57.9%	Banxico, junio de 2025
Morosidad de tarjetas de crédito	3.3%	CNBV vía Banxico, junio de 2025
Plazo general en Buró de Crédito	72 meses	Ley para Regular las Sociedades de Información Crediticia, art. 23
Horario de llamadas de cobranza	7:00 a 22:00 h	CONDUSEF, abril de 2026

Estos números cambian. Cuando leas el libro más adelante, actualiza la tabla: los métodos siguen funcionando igual.

No es que no te alcance.
Es que no ves el mapa.

INTRODUCCIÓN

Pagar sin ver el mapa completo es echar agua a un tanque sin fondo.

4 de cada 10 tarjetas no se pagan completas cada mes

La mayoría de la gente con deudas no sabe cuánto debe en total. Sabe cuánto paga cada mes, que es otra cosa. Y mientras no veas el mapa completo, cada pago se siente como echar agua a un tanque sin fondo.

Hay dos hechos que explican por qué se siente así.

El primero: 4 de cada 10 tarjetas no se pagan completas. Banxico calcula que las tarjetas que arrastran saldo cargan en promedio unos **$32,000** cada una, a una tasa de **37.1% anual**, y a esa tasa la deuda crece más rápido de lo que la mayoría de la gente cree.

El segundo: el sistema está diseñado para que el pago mínimo parezca razonable. Por eso este libro no empieza con tácticas. Empieza con la pregunta que casi nadie contesta con precisión: **¿cuánto debo, a qué tasa y cuándo termino?**

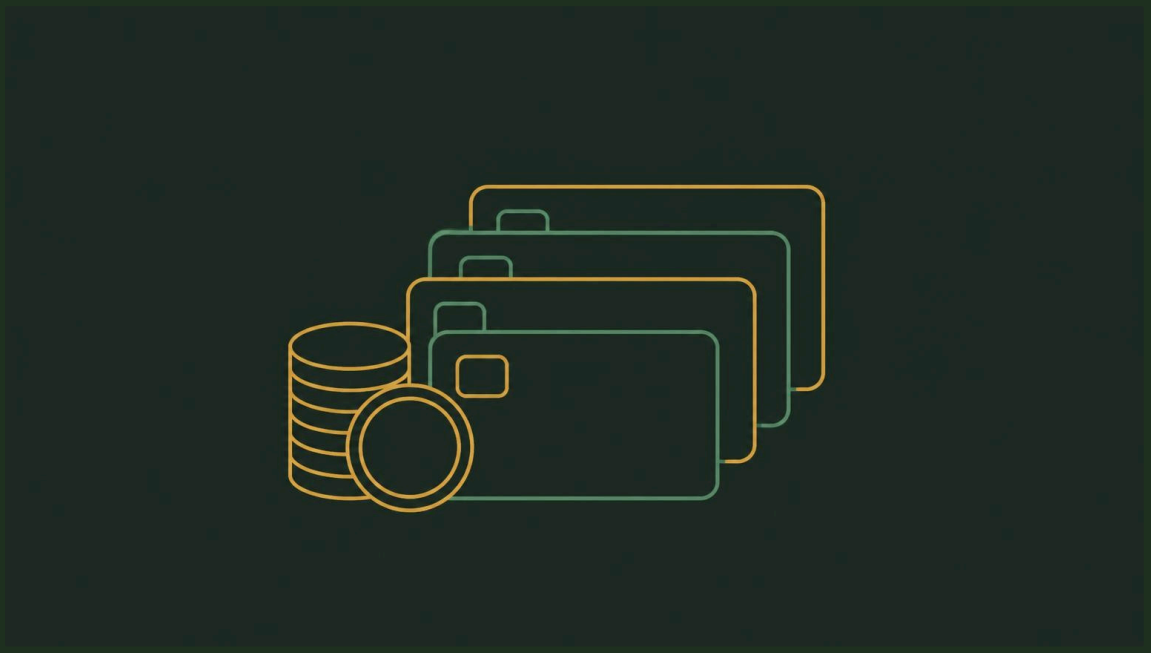
Lo que vas a poder hacer al terminar

- Tener tu **mapa de deudas** completo en una sola hoja.
- Entender **qué te cobra el banco** y por qué el mínimo no te saca.
- Contar tus **MSI** como compromisos futuros, no como regalos.
- Elegir **avalancha o bola de nieve** con números, no con intuición.
- Saber **cuándo consolidar** y cuándo es una trampa.
- Conocer tus **derechos** frente al Buró de Crédito y la cobranza.
- Salir de deudas y **no volver a entrar**.

CAPÍTULO 1

Tu mapa de deudas

Lo que no ves completo no lo puedes pagar.



$54,700

de deuda en el caso de este libro

Tu mapa de deudas

No puedes pagar bien lo que no ves completo. El primer paso no cuesta un peso: **poner todas tus deudas en una sola hoja.**

Hazlo con un caso para que veas qué sale. Imagina a alguien con una quincena de $9,000 y cuatro deudas:

Deuda	Saldo	Tasa anual	Pago mínimo al mes
Tarjeta de tienda	$5,200	65%	$350
Tarjeta bancaria A	$22,000	42%	$1,100
Tarjeta bancaria B	$9,500	52%	$520
Préstamo personal	$18,000	30%	$1,500
Total	**$54,700**	**≈ 42% ponderada**	**$3,470**

Lo que dice la hoja que no decía ningún estado de cuenta

Cada deuda, por separado, parecía manejable. Juntas:

- Debe **$54,700** en total.
- Los mínimos suman **$3,470 al mes**, o sea **$1,735 por quincena**. Eso es el **19.3%** de una quincena de $9,000, antes de renta, súper y transporte.
- La tasa promedio, ponderada por saldo, es de **42%**.
- Solo el primer mes, los intereses suman cerca de **$1,913**. De cada $100 que paga en mínimos, **$55 se van en intereses** y apenas $45 bajan la deuda.

Ese último número es el que cambia la conversación. Estás pagando $3,470 y la deuda baja $1,557.

Qué anotar de cada deuda

Seis datos por deuda. Todos están en tu estado de cuenta o en la app:

1. **Nombre** y a quién se le debe.
2. **Saldo** actual.
3. **Tasa** anual (busca el CAT y la tasa ordinaria; no son lo mismo).
4. **Pago mínimo** mensual.
5. **Fecha de corte y fecha límite de pago.**
6. **Cuándo termina** si solo pagas lo de siempre.

El sexto es el que casi nadie sabe. Si no lo sabes, no es descuido tuyo: el sistema no te lo pone enfrente. En el capítulo 2 vas a ver dónde encontrarlo.

Los MSI van en otra columna

Las compras a meses sin intereses también son deuda, pero se comportan distinto: no tienen tasa mientras las pagues a tiempo, y tienen fecha de término. Anótalas en una tabla aparte, con monto, mensualidad y mes de la última. El capítulo 3 es solo de ellas.

Tu mapa de deudas

No te saltes las deudas que da vergüenza anotar

La del familiar. La tanda que prometiste. La app que usaste "solo una vez". Si te cobran, va en la hoja. Lo que no anotas, igual lo debes, y se cobra igual, pero ya no puedes planearlo.

Tu acción de esta quincena

Abre una hoja y anota cada deuda con sus seis datos. Suma los saldos y suma los mínimos. Divide los mínimos entre dos: ese es el dinero de cada quincena que ya no es tuyo. Escribe el número en grande.

La hoja de Deudas y MSI de nuestras plantillas tiene una tabla para tus otras deudas con saldo, tasa y pago mensual, y las ordena sola de la más chica a la más grande.

CAPÍTULO 2

Cómo te cobra la tarjeta

El mínimo no es una cuota: es el costo de seguir debiendo.



365%

más de lo que debías, pagando solo el mínimo (ejemplo CONDUSEF)

La tarjeta de crédito es un préstamo que se renueva solo cada mes. Si no entiendes cómo cobra, cualquier plan de pago se construye sobre arena.

Las dos fechas

Tu tarjeta tiene dos fechas que se confunden:

- **Fecha de corte:** el día que el banco cierra tu periodo y calcula lo que debes.
- **Fecha límite de pago:** el último día para pagar sin que te cobren intereses ni comisión por pago tardío.

En varios bancos hay unos 20 días entre una y otra. En el sitio de uno de los grandes, por ejemplo, un corte el día 4 da fecha límite el día 24. **Confirma las tuyas en el estado de cuenta;** no todas las tarjetas son iguales.

Tres cantidades, tres significados

Tu estado de cuenta te muestra, como mínimo, estas tres:

Cantidad	Qué es	Qué pasa si solo pagas esto
Pago para no generar intereses	El total de lo que usaste en el periodo	No pagas intereses
Pago mínimo	Lo menos que el banco te deja pagar sin caer en mora	La deuda sigue, y sigue cobrándote
Saldo total	Todo lo que debes, incluidos MSI pendientes	Es la cantidad que cierra la cuenta

El pago mínimo no es una cuota. Según la CONDUSEF, incluye los **intereses del periodo, sus comisiones y una parte pequeña del capital**. Y el estado de cuenta lo aclara: pagar el mínimo no te exime de intereses; lo que dejas sin pagar genera intereses el siguiente periodo.

La trampa del pago mínimo, con números

Un ejemplo que publicó la CONDUSEF: una deuda de **$80,000** en tarjeta, con pago mínimo de $1,250 al mes. Si solo pagas el mínimo:

- Terminas de pagar en **151 meses**, es decir, **más de 12 años**.
- Pagas en total **$372,280.69**.
- Es **365% más** que lo que debías.

No es un error de imprenta. Es el resultado de pagar apenas más que los intereses cada mes.

Ahora mira una deuda más chica, de **$20,000 al 37.1% anual**, con tres tamaños de pago:

Pago mensual	Tardas	Pagas en total	Intereses
$1,000	32 meses	$31,638	$11,638
$2,000	13 meses	$24,298	$4,298
$3,000	8 meses	$22,752	$2,752

Duplicar el pago de $1,000 a $2,000 te ahorra **$7,340 en intereses** y te saca **19 meses antes**. La misma deuda, la misma tarjeta. Solo cambia cuánto pagas.

(En la tabla el último pago de cada fila es menor al resto: se paga lo que queda. Por eso $2,000 da 13 meses y no 12.)

Una tabla que probablemente ya tienes

Los estados de cuenta de tarjeta, en el formato estándar, incluyen un apartado que se llama **"Cuánto pagarías por tus compras regulares"**. Te dice cuántos meses tardarías en liquidar tu saldo si pagas solo el mínimo, el doble del mínimo o cinco veces el mínimo, y cuánto pagarías de intereses en cada caso.

Es información que tu banco está obligado a darte. Búscala. Es la respuesta al punto 6 del capítulo 1: **cuándo termino.**

Cuánto cuesta la tarjeta en México

Los datos más recientes de Banxico (junio de 2025, preliminares) muestran por qué una tarjeta puede salirte cara:

- Entre **todos** los tarjetahabientes, el interés promedio ponderado es de **23.9% anual**. Es un promedio engañoso porque incluye a quienes pagan completo y no pagan intereses.
- Entre quienes **no pagan el total** cada mes, sube a **37.1% anual**.
- Si quitas las promociones, llega a **52.7% anual**.

Y si comparas tarjetas, usa el **CAT** (Costo Anual Total), que suma intereses y comisiones. La tasa sola no cuenta toda la historia.

El ejemplo de la cuenta que no está al día

En el caso del capítulo 1, la tarjeta de tienda debe $5,200 al 65% anual. Si no se paga ni un peso durante doce meses, esa deuda llega aproximadamente a **$9,793**, sin contar comisiones ni IVA. Cuando una deuda así queda "para después", casi se duplica en un año.

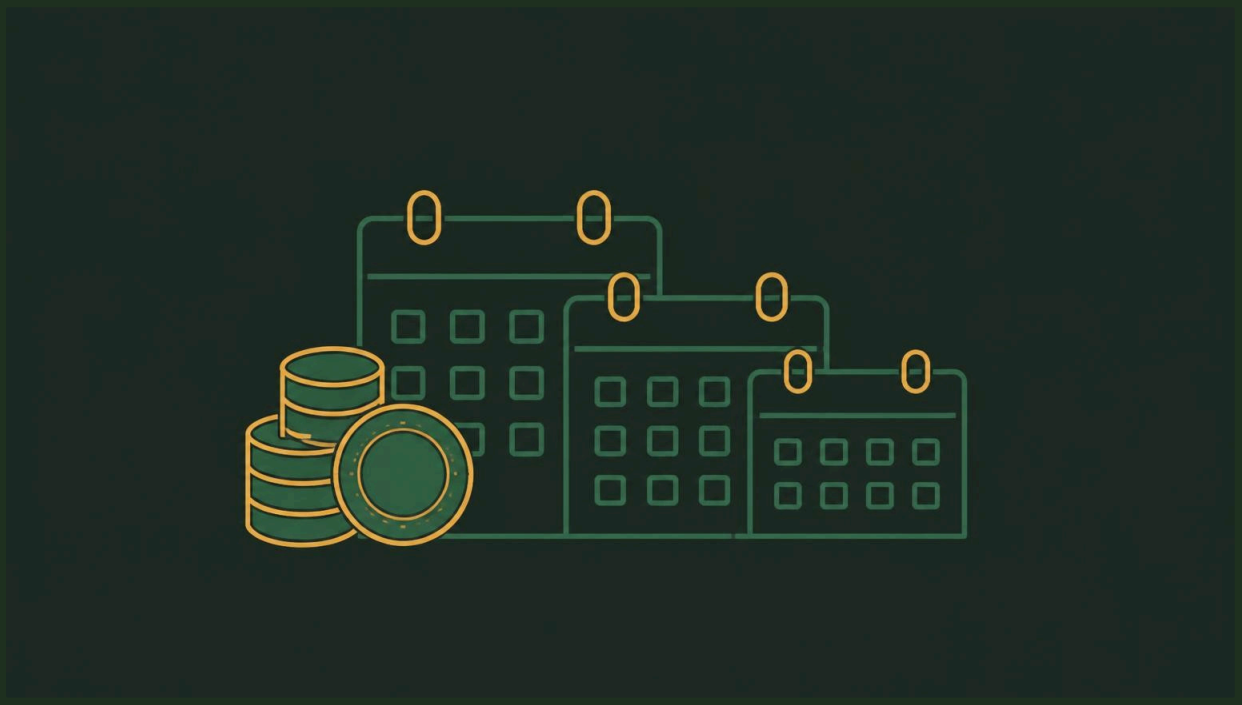
> ## Tu acción de esta quincena
>
> Abre el estado de cuenta más reciente de cada tarjeta y encuentra tres cosas: la fecha de corte, la fecha límite de pago y el apartado de cuánto tardarías pagando solo el mínimo. Anótalas en tu hoja del capítulo 1.

La hoja de Deudas y MSI de nuestras plantillas pide el día de corte de tu tarjeta y te calcula cuál es tu próximo corte, para que compres después de él.

CAPÍTULO 3

MSI en serio

Los meses sin intereses no cobran intereses. Cobran quincenas.



$2,300

al mes comprometidos con tres compras razonables

MSI en serio

Los meses sin intereses son la única deuda que el banco te ofrece sin cobrarte tasa. Eso los hace buenos y peligrosos al mismo tiempo: no pesan cuando los firmas, pesan cuando se acumulan.

Lo que sí son y lo que no son

La CONDUSEF ha aclarado varios mitos sobre los MSI. Los que más importan:

- **No cobran intereses mientras pagues cada mensualidad a tiempo.** El precio de la compra se divide entre las mensualidades.
- **Si dejas de pagar una mensualidad, los intereses de ese mes se calculan sobre el saldo total pendiente,** no sobre la mensualidad que te saltaste. Y el estado de cuenta lo advierte: si no pagas la mensualidad de un MSI, además del mínimo, genera intereses ordinarios el siguiente periodo.
- **No es lo mismo "meses sin intereses" que "pagos fijos".** Los pagos fijos sí llevan tasa.
- **Puedes pagar antes de tiempo.** La mayoría de las instituciones lo permiten; avisa antes de la mensualidad que quieres adelantar.
- **Revisa el ticket.** Confirma con el vendedor que la compra es a MSI y que el ticket lo dice. Guarda el comprobante.
- **Tu estado de cuenta los desglosa:** monto original, saldo pendiente, pago requerido y número de mensualidad. Léelo cada corte.

MSI en serio

Cada MSI es una promesa con fecha

Retomemos tres compras razonables, hechas con meses de diferencia:

Compra	Monto	Plazo	Mensualidad	Empieza en el mes	Termina en el mes
Pantalla	$12,000	12 MSI	$1,000	1	12
Celular	$9,600	12 MSI	$800	3	14
Lavadora	$6,000	12 MSI	$500	6	17

Lo que tu estado de cuenta no te muestra junto es el calendario de compromisos:

Meses	Comprometido en MSI cada mes
1 y 2	$1,000
3 a 5	$1,800
6 a 12	$2,300
13 y 14	$1,300
15 a 17	$500
18 en adelante	$0

El pico es de **$2,300 al mes, $1,150 por quincena**. Con una quincena de $9,000, es el **12.8%**. Y las últimas mensualidades llegan hasta el mes 17: más de un año de quincenas ya comprometidas.

La regla del 20%, con una compra nueva

La regla: **la suma de todos tus MSI no debe pasar del 20% de tu quincena.** Con $9,000, el tope es $1,800 por quincena, $3,600 al mes.
Ahora llega el mes 8 y quieres un celular de **$14,400 a 12 MSI**: $1,200 al mes.

- Pico antes de la compra: $2,300 al mes.
- Pico después: **$3,500 al mes, $1,750 por quincena, 19.4% de la quincena.**

Pasa la regla, pero por **$100 al mes**. Y esa compra te mantiene en pico del mes 8 al 12, y con MSI vivos hasta el **mes 19**. Cualquier cosa que se mueva —una quincena más floja, una reparación— te rebasa el tope.
La pregunta no es "¿cabe?". Es **"¿cuánto margen me deja?"** Si el margen es de cien pesos, la respuesta es todavía no.

Si ya tienes deuda con intereses, los MSI nuevos esperan

Esto es lo más importante del capítulo. Cuando ya cargas saldo en tarjetas a 40% o más, **comprar a meses es sumar compromisos a una quincena que ya está presionada.** Cada mensualidad nueva es dinero que no va a la avalancha o la bola de nieve del capítulo 4. Hazlo después de salir, no antes.

Lo que sí conviene hacer con los MSI

1. **Anota todos en una tabla** con monto, mensualidad y mes de la última.
2. **Suma lo comprometido por mes** y compáralo con el 20%.
3. **No aceptes plazos largos** solo porque la mensualidad se ve chica. Plazos largos bajan la mensualidad, pero alargan el compromiso y te dejan sin quincenas libres.
4. **Antes de liquidar un MSI de golpe,** consulta con tu banco: algunos permiten pagar por adelantado y otros piden aviso previo.
5. **Compra después de tu fecha de corte.** Una compra del 5 de octubre con corte el 4 y fecha límite el 24 de noviembre te da cerca de **50 días** para pagar sin intereses; una del día 3 te da apenas **21**.

Tu acción de esta quincena

Haz la tabla de MSI: cada compra, su mensualidad y el mes en que termina. Suma el compromiso por mes y divídelo entre dos. Si pasa del 20% de tu quincena, no hagas ninguna compra nueva a meses hasta que baje.
La hoja de Deudas y MSI de nuestras plantillas suma lo que tienes comprometido cada mes en MSI y te avisa cuando pasas del 20% de tu ingreso.

CAPÍTULO 4

Avalancha y bola de nieve

El método importa menos que no soltarlo.



$101

de diferencia entre avalancha y bola de nieve

Avalancha y bola de nieve

Con varias deudas, la pregunta no es solo cuánto pagar, sino **a cuál**. Hay dos métodos que funcionan. Los dos parten de lo mismo: pagas el mínimo en todas y todo lo que sobra va a una sola.

Los dos métodos



Avalancha. Ordenas por tasa, de la más alta a la más baja. Todo el extra va a la de mayor tasa. Es el método que menos intereses paga.



Bola de nieve. Ordenas por saldo, de la más chica a la más grande. Todo el extra va a la más chica, sin importar la tasa. Pagas algo más en intereses, pero cierras deudas rápido y eso se siente.

> En los dos, cuando una deuda se liquida, **su pago completo se suma al de la siguiente.** Ese "rodar" el pago es lo que acelera todo.

Probado con el caso del capítulo 1

La persona del capítulo 1 paga $3,470 en mínimos. Supón que logra destinar **$4,500 al mes** a deudas: $1,030 más que los mínimos. Son $2,250 por quincena, el 25% de una quincena de $9,000.

Estrategia	Meses para salir	Intereses pagados
Solo mínimos de siempre	24	$28,086
Bola de nieve	16	$17,085
Avalancha	16	$16,984

Y cuándo cae cada deuda:

Deuda	Con avalancha	Con bola de nieve
Tarjeta de tienda	mes 5	mes 5
Tarjeta bancaria B	mes 10	mes 10
Préstamo personal	mes 15	mes 12
Tarjeta bancaria A	mes 16	mes 16

Las simulaciones suponen que el mínimo no baja con el saldo. Si tu banco lo va bajando, tardas más. Tampoco incluyen IVA ni comisiones.

Lo que enseña la tabla

Primero: la diferencia entre avalancha y bola de nieve es de **$101**. Terminan el mismo mes.

Segundo: la diferencia entre pagar $1,030 extra o no es de **$11,102 en intereses y 8 meses**.

Dicho de otro modo: **el método importa mucho menos que decidir un monto fijo y no soltarlo.** Quien elige "el método perfecto" y no arranca pierde más que quien elige cualquiera y lo sostiene.

Cómo elegir

- Si te motiva ver números, usa **avalancha.**
- Si ya has abandonado planes antes, usa **bola de nieve.** En este caso salió mejor para el ánimo: el préstamo cae tres meses antes y la primera deuda se cierra en el mes 5 en los dos métodos.
- **Elige uno y no los mezcles.** Cambiar a medio camino es como empezar cuatro veces.

De dónde sale el extra

El extra casi nunca sobra: se busca. Tres fuentes, en orden de facilidad:

1. **Gastos hormiga y suscripciones** que no usas. Es lo primero que revisamos en *Finanzas de Quincena*.
2. **Un ingreso extra temporal.** Lo que entre fuera de lo normal —aguinaldo, bono, devolución de impuestos— va completo a la deuda más cara o más chica, según tu método.
3. **Los pagos que quedan libres.** Cuando una deuda se acaba, su pago mensual no vuelve a tu gasto: pasa a la siguiente. Esa es la bola de nieve.

Lo que no hay que hacer

- **Dejar de pagar el mínimo** en las demás para "concentrarte". Un pago tardío trae comisión, intereses moratorios y marca en tu historial.
- **Pedir prestado a una tarjeta para pagar otra** sin un plan. Solo mueves la deuda de lugar.
- **Esperar al mes ideal para empezar.** Cada mes que pasa cuesta intereses.

Tu acción de esta quincena

Con tu hoja del capítulo 1, ordena tus deudas por tasa (avalancha) y por saldo (bola de nieve). Elige un método. Define el monto mensual total que vas a destinar a deudas, escríbelo y programa el pago el día de tu depósito, no el último día.

La hoja de Deudas y MSI de nuestras plantillas ordena tus deudas de la más chica a la más grande para aplicar la bola de nieve; la columna de tasa te sirve para ordenarlas a mano si prefieres avalancha.

CAPÍTULO 5

Cuando ya no alcanza

Consolidar baja la cuota, no necesariamente la deuda.



$40,527

en intereses y comisión al consolidar a 36 meses

Cuando ya no alcanza

Hay quien hace la hoja, ordena todo y descubre que los mínimos ya se comen media quincena. Si es tu caso, no estás atrasado: estás en el punto donde conviene decidir con calma, antes de que el problema decida por ti.

Primera opción: hablar con el banco antes de atrasarte

Antes de dejar de pagar, llama o escribe. Pregunta de forma concreta:

- ¿Pueden **bajarme la tasa**?
- ¿Tienen un programa de **reestructura** o convenio de pago?
- ¿Qué pasa con mis **comisiones y mi historial** si lo acepto?

> No hay garantía de que digan que sí, pero es la única vía que se cierra cuando ya tienes el atraso. **Pide siempre que el acuerdo quede por escrito.** Los despachos de cobranza están obligados a documentar por escrito cualquier acuerdo de pago; tu banco también debería.

Segunda opción: consolidar, con cuentas claras

Consolidar es pedir un solo préstamo para liquidar varias deudas y quedarte con un solo pago. Suena a alivio, y a veces lo es. Haz la cuenta antes.

Con el caso del capítulo 1: **$54,700** de deuda. Supón un préstamo de consolidación al **38% anual**, con **3% de comisión por apertura** ($1,641) y a **36 meses**:

Opción	Cuota mensual	Meses	Total que pagas	Intereses y comisión
Mínimos de siempre	$3,470	24	$82,786	$28,086
Consolidar a 36 meses	$2,645	36	$95,227	$40,527
Consolidar a 24 meses	$3,387	24	$81,283	$26,583
Consolidar y pagar $4,500	$4,500	17	$72,900	$18,200
Avalancha, sin consolidar	$4,500	16	$71,684	$16,984

Simulación hipotética, sin IVA. Los $54,700 de capital están incluidos en "Total que pagas".

La cuota de 36 meses es **$825 más baja** que los mínimos. Eso se siente como alivio. Pero lo pagas con tiempo: **$40,527 en intereses y comisión**, más del doble que con la avalancha ($16,984).

Y aunque pagues $4,500 al mes sobre el préstamo consolidado, cuesta **$1,216 más** que la avalancha, por la comisión. Con una tasa de 38% contra un promedio de 42%, la ganancia de cambiar de deuda es chica.

Consolidar conviene si:

- La tasa nueva es **mucho menor** que la tasa ponderada de tus deudas (aquí, 42%), no un poco menor.
- La comisión y el plazo no se comen la ganancia.
- Vas a pagar **más** que la cuota mínima del préstamo.
- Y, sobre todo, **no vas a volver a usar las tarjetas** que acabas de vaciar.

Este último punto es donde falla la mayoría. Si consolidas y la tarjeta queda disponible, a los seis meses tienes el préstamo **y** la deuda nueva.

Tercera opción: la que no es opción

Cuando el dinero urge, aparecen ofertas de apps y prestamistas que prometen aprobación inmediata. Algunas son legales y caras. Otras son una trampa. Las señales de alerta que ha publicado la CONDUSEF:

- Te piden **dinero por adelantado** para liberar el crédito.
- **No aparecen en el SIPRES**, el registro de prestadores de servicios financieros de la CONDUSEF.
- Piden **acceso a contactos, fotos o micrófono** sin que tenga relación con el crédito.
- No te dicen claro **cuánto vas a pagar en total.**
- **Te presionan** para aceptar ya, con promesas de dinero fácil.
- Después de prestarte, **cobran con intereses poco claros, amenazan o contactan a tus familiares.**

Antes de pedir un préstamo en una app, búscala en el SIPRES, compara el CAT y lee el contrato completo. Si no puedes encontrar cuánto pagarás en total, no la uses.

Si ni los mínimos alcanzan

Si hoy no puedes cubrir ni los mínimos, el orden práctico es:

1. **Primero lo que necesitas para vivir y trabajar:** vivienda, comida, transporte, servicios.
2. **Contacta a tus acreedores antes de la fecha límite,** no después.
3. **Pide orientación.** La CONDUSEF atiende dudas y quejas sobre instituciones financieras; consulta sus canales en condusef.gob.mx.
4. **No pidas prestado para pagar mínimos** sin un plan. Es cambiar un problema por otro más caro.

Tu acción de esta quincena

Calcula qué porcentaje de tu quincena se van en mínimos (suma de mínimos entre dos, entre tu quincena). Si pasa del 20%, llama a tu banco esta semana y pregunta por tasa y reestructura. Si estás pensando en consolidar, calcula el total en pesos antes de decidir: cuota, plazo y comisión.

La hoja de Deudas y MSI de nuestras plantillas suma el saldo de todas tus deudas en un solo lugar, para que compares cualquier oferta contra lo que ya debes.

CAPÍTULO 6

Buró de Crédito y cobranza

Lo que más asusta también tiene reglas.



72 meses

es el plazo general en Buró de Crédito

Dos cosas dan más miedo que la deuda misma: el Buró y las llamadas. Las dos tienen reglas. Conocerlas no te quita la deuda, pero te quita el pánico.

Qué es el Buró de Crédito

El Buró no es una lista negra. Es un **registro de cómo has pagado** tus créditos: tarjetas, préstamos, MSI, tiendas departamentales. Los bancos lo consultan para decidir si te prestan y a qué tasa. Existen dos sociedades de información crediticia principales: **Buró de Crédito** y **Círculo de Crédito.**

Tu historial tiene información buena (pagos a tiempo) y mala (atrasos). Los dos pesan.

Cuánto tiempo dura un atraso

La Ley para Regular las Sociedades de Información Crediticia (artículo 23) fija un **plazo general de 72 meses (6 años)** para eliminar la información de créditos vencidos. Para créditos menores a mil UDIS, las reglas las fija Banxico, con plazos más cortos.

La CONDUSEF ha explicado los plazos por monto, medido en UDIS:

Monto de la deuda	Tiempo en el historial
Hasta 25 UDIS (menos de $220)	1 año
De 25 a 500 UDIS (hasta unos $4,400)	2 años
De 500 a 1,000 UDIS (hasta unos $8,800)	4 años
Más de 1,000 UDIS (más de unos $8,800)	6 años

Los montos en pesos son aproximados y cambian con el valor de la UDI. Confirma el valor del día en Banxico.

Tres puntos que se malinterpretan:

- **El plazo empieza con el primer incumplimiento** que se registra, no cuando dejas de pagar o cuando liquidas.
- **Pagar no borra el registro.** Si pagas o haces convenio de finiquito, el plazo sigue contando desde el primer incumplimiento. Lo que cambia es que se registra que ya pagaste.
- **Si hay un juicio pendiente,** la eliminación se difiere.

Revisa tu propio reporte

Tienes derecho a un **reporte de crédito especial gratuito una vez cada 12 meses** con cada sociedad de información crediticia. Pídelo solo en los sitios oficiales: burodecredito.com.mx y circulodecredito.com.mx. Te piden tus datos personales y, para comprobar que eres tú, preguntas sobre tus créditos actuales. Si lo validan, puede llegar en minutos por correo. Fuera del trámite gratuito, consultas adicionales tienen costo.

Revísalo con calma:

- ¿Hay deudas que no reconoces?
- ¿Hay deudas ya pagadas que siguen como vigentes?
- ¿Los saldos coinciden con tu hoja del capítulo 1?

Si algo no cuadra, aclara con la institución que lo reportó.

La cobranza tiene reglas

Según lo que la CONDUSEF dio a conocer en abril de 2026, los despachos de cobranza:

- Solo pueden comunicarse entre **7:00 y 22:00 horas.**
- Deben **identificarse plenamente** en cada contacto y tratarte con respeto.
- **No pueden amenazarte, ofenderte ni intimidarte** a ti ni a terceros.
- **No pueden contactar a tus familiares, amigos o compañeros de trabajo,** salvo que sean tus avales.
- **No pueden usar nombres parecidos a los de instituciones públicas** ni enviar documentos falsos que aparenten ser judiciales.
- **No pueden exhibirte** públicamente con listas o anuncios.
- Deben **documentar por escrito** cualquier acuerdo de pago.

Las multas van de **$13,458 a $134,580** según la gravedad, y la responsabilidad recae en la institución financiera aunque el abuso lo cometa un despacho externo.

Qué hacer si te llaman:

1. **Pregunta quién es y de parte de quién llama.** Anota nombre, empresa, hora y teléfono.
2. **No des información de otras cuentas** ni de tus familiares.
3. **No acuerdes de palabra.** Pide el acuerdo por escrito y paga solo por los canales de tu banco, con comprobante.
4. **Guarda capturas y grabaciones de mensajes.** Si hay abuso, queja en la CONDUSEF.

¿Me pueden meter a la cárcel por deber?

No por una deuda puramente civil. La Constitución, en su artículo 17, dice: **"Nadie puede ser aprisionado por deudas de carácter puramente civil."** La Suprema Corte lo reafirmó en septiembre de 2026 al declarar inconstitucional una norma penal estatal que sancionaba incumplimientos contractuales.

Dos aclaraciones:

- **No pagar sí tiene consecuencias civiles:** intereses moratorios, historial en el Buró, cobranza y, en su caso, un juicio para exigir el pago.
- **El engaño sí puede ser delito.** Si das datos falsos para obtener un crédito, ya no es solo una deuda. Esta no es asesoría legal: ante un citatorio o una demanda, consulta a un abogado.

Lo que cuesta ignorarlo

Una deuda de $5,200 al 65% anual, sin pagar ni un peso, llega a unos **$9,793 en 12 meses.** Casi el doble. Más lo que cobra el banco por atraso y la cobranza. Ignorar una deuda pequeña es la forma más cara de manejarla.

Tu acción de esta quincena

Pide tu reporte de crédito especial gratuito en los sitios oficiales y compáralo con tu hoja del capítulo 1. Anota cualquier deuda que no reconozcas o que ya hayas pagado. Si te están llamando de cobranza, empieza una bitácora: fecha, hora, nombre, empresa y qué dijeron.

La hoja de Deudas y MSI de nuestras plantillas guarda el saldo y la tasa de cada deuda: úsala para comparar contra lo que aparece en tu reporte.

CAPÍTULO 7

Después de salir

Salir no es lo difícil. Lo difícil es no volver.



$4,500

al mes que quedan libres cuando termina el plan

Liquidar la última deuda se siente como una victoria. Lo es. Pero la mayoría de la gente que sale de deudas vuelve a entrar en uno o dos años, porque cambió el saldo, no el sistema.

Por qué se vuelve a caer

Tres causas, en orden de frecuencia:

1. **No hay colchón.** La siguiente emergencia —el carro, el dentista, el trabajo— va directo a la tarjeta, y la historia empieza de nuevo.
2. **El pago liberado se evapora.** Los $4,500 que ibas a deudas dejan de tener destino y se vuelven gasto sin que lo notes.
3. **Las tarjetas siguen ahí,** con límite libre y la sensación de que "ya aprendiste".

Lo que haces con el pago que quedó libre

El mes que liquidas la última deuda, tienes un pago mensual que ya estás acostumbrado a no ver. Es tu mejor dinero. Dale destino **antes** de que lo gaste la quincena:

Prioridad	Destino
1	Colchón de emergencia, el primer escalón de $5,000
2	Fondo de tres meses de gastos
3	Ahorro con meta y fecha: enganche, viaje, retiro

El orden importa: sin colchón, la primera emergencia te devuelve al punto de partida.

Cómo usar la tarjeta sin volver a deber

La regla que separa a quien usa crédito de quien se hunde en él: **la tarjeta es un medio de pago, no una extensión de tu sueldo.**

- **Paga el total cada mes,** el "pago para no generar intereses". Es la cantidad que evita los intereses.
- **Compra solo lo que ya tienes en la cuenta.** Si no podrías pagarlo hoy en efectivo, no es para la tarjeta.
- **Un solo MSI a la vez** hasta que el hábito se asiente, y siempre debajo del 20% de tu quincena.
- **Programa el pago total** de forma automática el día después de tu depósito, no el último día.
- **Baja el límite o guarda la tarjeta** si sabes que te tienta. Un límite menor también es un freno.

Después de salir

Reconstruir tu historial

Tu historial de crédito se reconstruye pagando a tiempo, mes tras mes. No hay atajo. Lo que sí puedes hacer:

- **Usa una tarjeta con poco saldo** y págala completa.
- **No pidas varios créditos a la vez.**
- **Revisa tu reporte cada año** (es gratuito una vez cada 12 meses) para confirmar que las deudas pagadas aparezcan como pagadas.

Mientras el atraso siga dentro de su plazo, aparecerá. Lo que construyes ahora son los meses buenos que van detrás.

Si recaes, no lo escondas

A veces el plan se rompe: una enfermedad, un mes sin ingreso, una compra impulsiva. No empieces de cero ni lo ocultes. **Regresa a tu hoja del capítulo 1,** actualiza el saldo, vuelve a elegir el método. Una recaída de un mes cuesta mucho menos que tres meses de evitar el estado de cuenta.

Tu acción de esta quincena

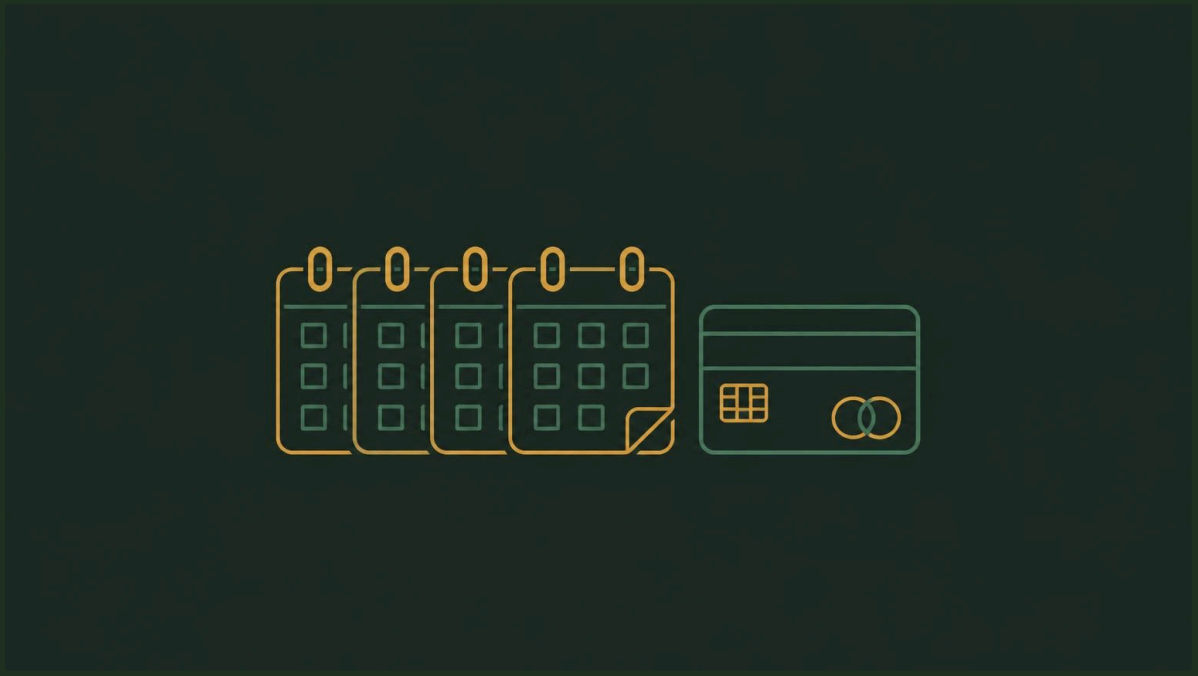
Escribe en un papel la fecha estimada en que terminas de pagar tus deudas y, a un lado, a dónde va ese pago mensual cuando termines: colchón, fondo, meta. Pégalo junto a tu hoja de deudas.

La hoja de Ahorro y Metas de nuestras plantillas te deja ponerle monto y fecha a tu colchón y a tu fondo, para que el pago liberado ya tenga a dónde ir.

CAPÍTULO 8

Tus próximas cuatro quincenas

Una acción por quincena.



4

quincenas para tener el mapa y el método

Tus próximas cuatro quincenas

No tienes que hacerlo todo hoy. Tienes que hacerlo en orden. Este es el calendario.

Quincena 1 — Ver

- Lista todas tus deudas con los seis datos del capítulo 1.
- Suma saldos y mínimos. Calcula qué parte de tu quincena se va en mínimos.
- Anota tus MSI con su mes final.
- Busca las fechas de corte y de pago de cada tarjeta.

Meta: que veas el mapa completo.

Quincena 2 — Decidir

- Calcula tu tope de MSI (20% de tu quincena) y compara.
- Elige avalancha o bola de nieve.
- Define el monto mensual para deudas y la fecha de pago.
- Programa pagos automáticos por el mínimo en todas las tarjetas, para no caer en atraso.

Meta: que tengas un método y un monto, por escrito.

Quincena 3 — Llamar y revisar

- Pide tu reporte de crédito especial y compáralo con tu hoja.
- Llama al banco con la tarjeta más cara: pregunta por tasa y reestructura.
- Si evalúas consolidar, calcula el total en pesos contra lo que ya pagas.
- Borra apps de préstamo y revisa permisos de las que dejes.

Meta: que no haya deudas desconocidas ni ofertas sin comparar.

Quincena 4 — Arrancar y medir

- Haz el primer pago extra a la deuda objetivo.
- Revisa tu hoja: saldos nuevos, intereses pagados, mes estimado de la primera deuda liquidada.
- Define a dónde va el primer pago liberado.
- Marca en tu calendario la revisión mensual.

Meta: que tengas un número que baja y una fecha que se acerca.

Lo único que hay que recordar

Si de todo el libro se te queda una sola idea, que sea esta:

Elige un monto fijo para deudas, ponlo en automático el día del depósito y no lo sueltes.

El método importa poco. La constancia importa casi todo. Lo que sí tiene costo es quedarte pensando cuál es el mejor plan, mientras los intereses siguen corriendo.

Ya tienes el mapa. Ahora sigue la ruta.

SIGUE CON LAS PLANTILLAS

Este libro es el método.
Las plantillas lo ejecutan por ti.

Hechas en Excel y Google Sheets, sin macros que se rompan ni programas raros.
Tus datos se quedan en tu computadora: no le pedimos acceso a tu banco ni a nada tuyo.

$99

Presupuesto Quincenal MX

Registro de gastos de la quincena
Las tres cubetas automáticas
Tablero con lo que te queda

Ver la plantilla ›

$149

Control Total MX

Todo lo de la Básica
Deudas y MSI con proyección
Metas de ahorro · Tandas y cuentas informales

Ver la plantilla ›

$249

Patrimonio MX Pro

Todo lo de la Completa
Aguinaldo · Deducciones SAT · Simulador CETES
Demo de 6 meses · Videos · Este ebook y Finanzas de Quincena incluidos

Ver la plantilla ›

Información general de educación financiera. No constituye asesoría legal, fiscal, crediticia ni de inversión personalizada. Las cifras corresponden a octubre de 2026 y cambian. Los ejemplos son hipotéticos y no incluyen IVA. Consulta a un profesional para tu caso particular.

Fuentes de los datos: Banco de México (tasa objetivo; Reporte de Indicadores Básicos de Tarjetas de Crédito, junio de 2025), INEGI (INPC), CONDUSEF (pago mínimo, MSI, cobranza, aplicaciones de préstamo, SIPRES), CNBV (morosidad), Ley para Regular las Sociedades de Información Crediticia (art. 23), Constitución Política (art. 17) y Suprema Corte de Justicia de la Nación.