

¡A DESENDEUDAR!

Politizar la deuda y
organizar el malestar
para construir una
salida colectiva

MANUAL DE AUTODEFENSA FINANCIERA

Guía práctica para
organizarse frente
al endeudamiento



CIUDAD FUTURA >>>

MOVIDA
CIUDAD

Podés encontrar este manual
y más contenido en:

autodefensafinanciera.com.ar

Diseño
Cecilia Garavelli

Ilustraciones



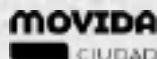
Chachi Verona

Este manual es una realización
colectiva de Ciudad Futura
y Movida Ciudad, con aportes
del Mirador de la Actualidad del
Trabajo y la Economía (MATE)
y del Grupo de Intervención
y Acción Feminista (GIIF).

Argentina, agosto 2026



<https://ciudadfutura.com.ar>
x: @CiudadFuturaOK
ig: @ciudad_futura
Facebook: /CiudadFutura
contacto@ciudadfutura.com.ar



<https://Movidaciudad.ar>
x: https://x.com/movida_ciudad
ig: movida_ciudad
Facebook: /Movida-Ciudad
Asesoramiento y organización
contra el endeudamiento: desen-
deudamiento@movidaciudad.ar



<https://mateconomia.com.ar>
x: mateconomia
ig: mateconomia
Facebook: mateconomia



<https://investigacionyaccion.com>
ig: giif_investigacion_feminista

ÍNDICE

4

INTRODUCCIÓN

**¿Por qué un manual de
autodefensa financiera?**

8

PRIMERA PARTE

**La máquina de
endeudar familias**

14

SEGUNDA PARTE

**El impacto de la deuda
en nuestra vida**

20

TERCERA PARTE

**Herramientas para la
autodefensa financiera**

34

CUARTA PARTE

**Nadie sale de la
deuda en soledad**

INTRODUCCIÓN

¿POR QUÉ UN MANUAL DE AUTODEFENSA FINANCIERA?

Si estás leyendo este manual es porque sentís angustia o preocupación con tu situación de endeudamiento o porque buscas herramientas para acompañar a otras personas que atraviesan una situación similar. Lo primero que queremos decirte es esto: no estás solo/a. Hoy más de la mitad de las personas adultas en Argentina tiene alguna deuda, millones de familias llegaron a esa situación al mismo tiempo, porque es una condición que se explica por un modelo económico y no por una incapacidad tuya de manejar tus finanzas.

Cuando un problema es de la mayoría deja de ser un problema individual y se convierte en un problema social. Y si es un problema social, la salida es colectiva y la herramienta de transformación es la organización política.

Construimos esta herramienta que le llamamos *manual de autodefensa financiera* porque queremos poner a disposición herramientas construidas en base a saberes surgidos de acompañamientos militantes, en la investigación desde la organización comunitaria, de las herramientas institucionales que tenemos disponibles o que necesitamos exigir que funcionen. **Lo escribimos porque queremos contribuir a un proceso de organización y politización de la deuda que tomamos —que nos hicieron tomar para subsistir. Le llamamos autodefensa antes que educación financiera porque partimos de la constatación de que hay un abuso generalizado** de las instituciones financieras, bancarias y no bancarias, de las empresas de finanzas digitales llamadas *fintech*, tanto en las formas de cobro como en el nivel de tasas de interés que estamos pagando para financiar lo que necesitamos para vivir. No hay falta de educación en el modo de organizar nuestras vidas, sino una estrategia deliberada de desorganizar nuestra vida cotidiana a partir de políticas económicas que nos empobrecen y precarizan.

Nuestro punto de partida es que es un problema colectivo que se vive de manera individual y que allí hay un problema político de primer orden. Porque en la individualización del ajuste sucede todo lo que el neoliberalismo siempre soñó: que carguemos en

soledad y de manera aislada con los efectos que genera la concentración y fuga de la riqueza, la inequidad creciente y el desamparo de las mayorías.

Además, en la asunción individual del ajuste confluyen la sensación de fracaso personal, la angustia y la imposibilidad de imaginar el futuro. La deuda se consume nuestro tiempo, nuestras energías y contribuye a desintegrar la organización social porque compite con la producción de tiempo para lo común; no hay tiempo para estar con los hijos, las amigas, los compañeros de trabajo o las vecinas del barrio.

Vivir endeudado/a significa aceptar jornadas de trabajo más largas para pagar deudas, vuelve un «privilegio» la participación comunitaria o política e incluso el derecho al ocio. Así, lo colectivo y comunitario se vuelve un imposible como horizonte.

Pero vayamos a las causas estructurales de esta explosión de endeudamiento familiar que sufre toda la Argentina: desde el movimiento feminista constatamos que la presencia del Fondo Monetario marca un punto de inflexión en el nivel de endeudamiento de las mayorías.

El programa de ajuste del FMI funciona como una máquina de devaluar ingresos, tanto de los salarios como de las prestaciones sociales. Así, empieza a aparecer el fenómeno de «tomar deuda para vivir». Este fenómeno se fue extendiendo como realidad de la mayoría de las familias argentinas, en especial, en mujeres y juventudes. Lo vimos muy concretamente en como la Asignación Universal por Hijo/a (AUH) pasó de ser una forma de acceder a los bienes y servicios necesarios para cuidar, a una mera garantía para tomar deuda. **Acá hay un punto que queremos dejar en claro: la deuda con el FMI está íntimamente relacionada con la deuda que hay en tu casa. Los efectos de la aplicación del programa económico que pide el fondo en nuestro país, llevan a que te tengas que endeudar cada vez más.**

La pandemia fue otro punto de inflexión que coincide con la proliferación de billeteras virtuales, muchas incluso no bancarias. Detrás del atractivo de la virtualización del dinero y la comodidad para pagar y comprar bienes o servicios, se presentan como dispositivos para contraer deuda fácilmente en economías familiares en retroceso. Los efectos están a la vista, precarización y tasas de interés astronómicas.

En este gobierno, se sucedieron tres procesos que llevaron nuestra a vida a un límite insostenible, que estalla en nuestra sa-

lud mental y se ve reflejada en los índices de mora: la liberación de precios de los servicios básicos bajo la idea «desregulación» y «libertad» que no es más que la libertad de las corporaciones para cobrarnos lo que quieran, la pérdida del salario frente a la inflación y las tasas usureras desreguladas.

La motosierra, símbolo del ajuste criminal sobre el Estado y sobre nuestra vida se sostiene con tu deuda familiar y con la deuda que toma permanentemente el Estado con los organismos internacionales de crédito.

Sostenemos que no puede haber legitimidad en una política que endeuda a millones de argentinos/as. La gravedad inédita del problema ya hizo proliferar una veintena de proyectos de ley en el Congreso de la Nación para dar respuesta a esta situación. También hay iniciativas de orden municipal y provincial.

Creemos que las empresas que brindaron créditos con tasas de interés usureras y se beneficiaron con la desesperación de la gente, deben asumir su responsabilidad. Ninguna política ni proyecto puede omitir la necesidad de implementar quita y condonación de las deudas que nos ahogan. Así como también es imprescindible una intervención activa del Estado, partiendo de la premisa de que no se trata de una relación entre iguales —vos y el sistema financiero—.

Si sos militante y te querés organizar por el desendeudamiento, este manual también es para vos. Este endeudamiento generalizado nos pone frente a un desafío político de primer orden. No se trata solo de un problema microeconómico, ni de sustentabilidad financiera, sino que implica la pregunta por cómo vamos a construir dispositivos concretos que politicen el malestar que genera el ajuste, que tornen colectivos y públicos los problemas que se viven como asuntos privados.

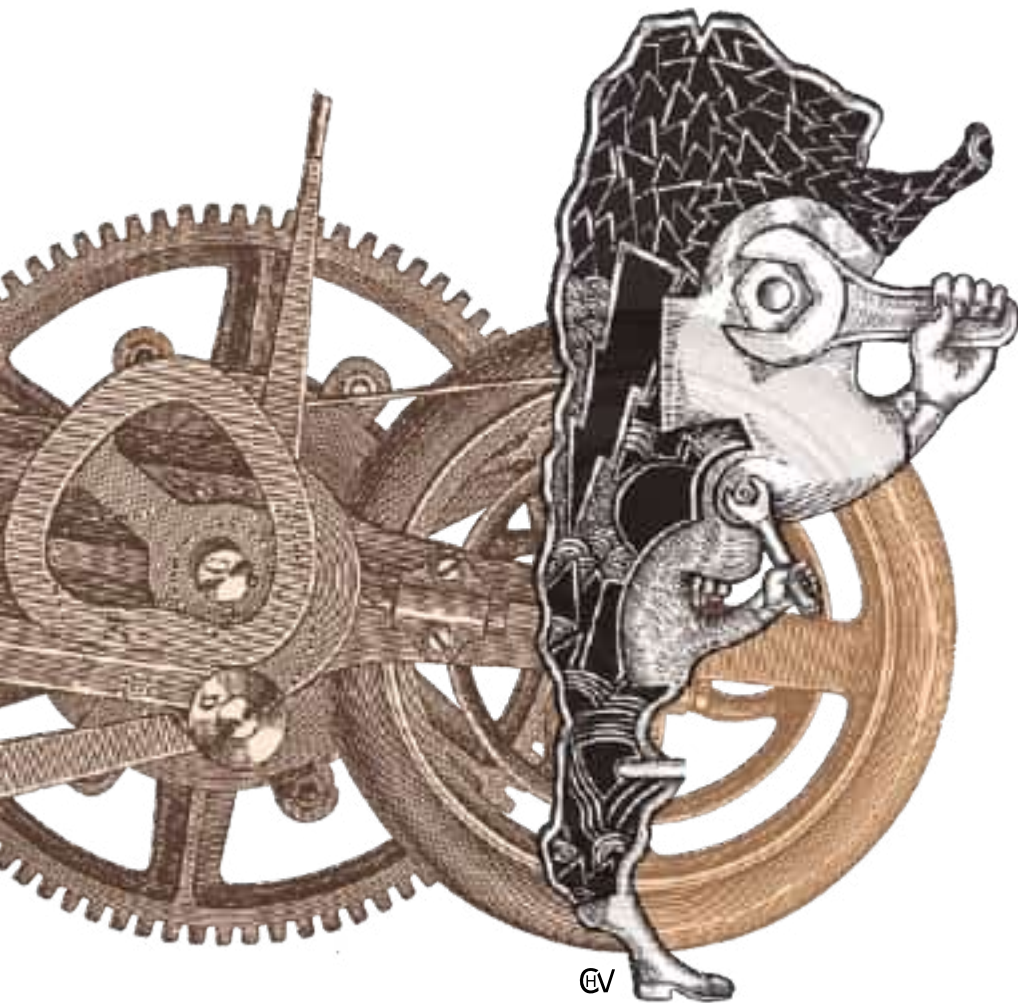
Por eso, con este manual queremos contribuir a una de las tareas militantes más importantes del momento: crear mecanismos de educación financiera popular para aprender a defendernos, activar la participación de la sociedad para politizar la deuda y organizar el malestar individual para construir una salida colectiva. Porque creemos que en el desendeudamiento de nuestras familias y de nuestro país está la verdadera libertad

¡Avancemos!



PRIMERA PARTE

LA MÁQUINA DE ENDEUDAR FAMILIAS



Entender la deuda

En la Argentina actual, desde la intimidad de los hogares estalla una problemática que maduró durante los últimos años: las familias se endeudaron masivamente y no cuentan con los ingresos suficientes para pagar lo que deben. Como ya dijimos, este fenómeno no responde a decisiones individuales erradas, sino que es el resultado de un modelo, que podemos explicar fundamentalmente en tres factores que se articularon como una verdadera máquina de endeudar.

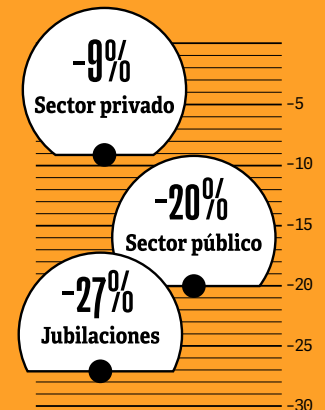
1. Los ingresos dejaron de alcanzar

El primer factor y piedra fundacional de esta situación es la pérdida de poder adquisitivo de los hogares. El costo de la vida no se puede cubrir con el dinero disponible y así, el endeudamiento deja de ser una vía para el ascenso social o la inversión familiar y pasa a cumplir una función paliativa. **Las familias no decidieron gastar más, empezaron a ganar menos. La deuda funciona como un amortiguador para sobrepasar el bache de los bajos ingresos.**

La tarjeta de crédito o el préstamo rápido se utilizan para sostener la alimentación, el alquiler o el pago de tarifas. Esto modifica el rol del crédito en la sociedad y genera que una parte sustancial de los ingresos futuros de los trabajadores y las trabajadoras ya esté comprometida de antemano para saldar los costos de la supervivencia pasada.

La novedad de los últimos meses es que esta dinámica encontró su propio límite: la deuda familiar dejó de crecer. No porque los ingresos se hayan recuperado, sino porque ya no es posible pagar las deudas contraídas ni tampoco tomar nuevas obligaciones, es el agotamiento de una estrategia de subsistencia que ya no tiene margen para sostener el consumo vital de las familias.

Caída de los ingresos desde diciembre de 2023



Desde julio 2024
se incorporaron

+ 3 millones
de deudores al SFA

[Sistema Financiero Ampliado]

La cantidad total
de deudores hoy
supera los

20 millones
de personas

El **54,7%**
de la población
adulta sostiene
algún tipo de
crédito activo

De 2024 a fines
de 2025, el monto
adeudado por
individuo creció
un **64%**

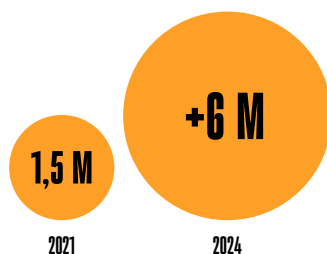
2. La deuda llegó al celular

Al escenario económico de empobrecimiento creado por la política económica del gobierno «libertario», se le suma una situación previa. **El problema del endeudamiento halló su cauce en un proceso tecnológico y social que ya venía desarrollándose: el avance de las empresas fintech** y los cambios en el financiamiento del consumo. Bajo la premisa de la inclusión financiera, las plataformas digitales venían transformando las formas de pago y el acceso al crédito rápido.

→ **La contracara de la accesibilidad digital fue la exposición a condiciones de usura extrema, con tasas de interés que multiplicaron varias veces las del sistema bancario.**

Se trata de un proceso regional que, con distintas intensidades, también se registró en otras economías de América Latina. Sin embargo, en el contexto de la crisis argentina, la inmediatez para obtener un préstamo desde el celular —con mínimos requisitos, pero a costos muy elevados— aceleró los tiempos del problema, incorporando a sectores informales y de muy escasos recursos al circuito del endeudamiento.

Cantidad de personas
con deudas en fintech
→



→ Este universo se compone sobre todo de mujeres y jóvenes menores de 29, cuya inserción en el mercado laboral es de las más precarizadas, con mayores niveles de desempleo e informalidad.

3. La deuda se volvió un negocio

Por último, el engranaje del endeudamiento familiar se completó y se aceleró con la flexibilización del sector financiero. Desde diciembre de 2023, el gobierno promovió la liberalización de las tasas de interés y relajó las restricciones y obligaciones de las entidades para el otorgamiento de créditos.

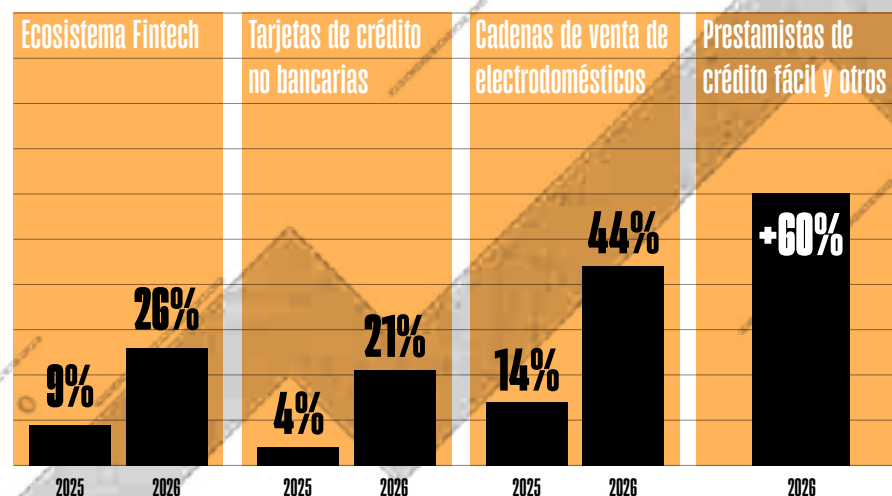
→ **mayor el acceso para los sectores con menor solidez de ingresos formales**

→ **importante aumento de todos los costos financieros**

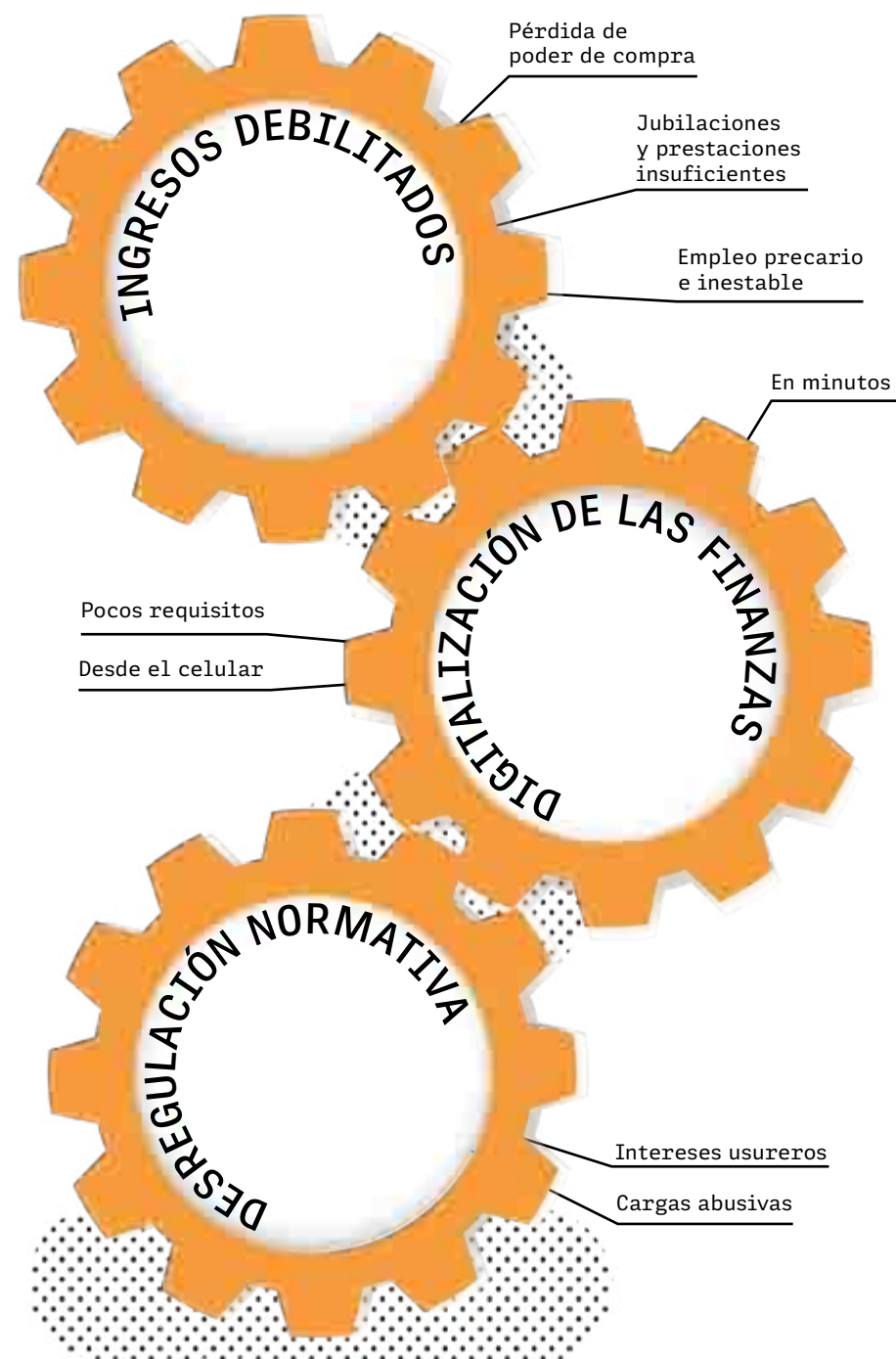
Los millones de hogares que sufrieron la caída de sus ingresos fueron expuestos a condiciones de endeudamiento muy desventajosas y a esquemas draconianos de devolución. **Los costos del financiamiento, alcanzaron niveles que resultan estructuralmente incompatibles con la seguridad y la sostenibilidad financiera.**

CRECIMIENTO DE LA MORA EN DIFERENTES TIPOS DE DEUDAS

Los sistemas de deuda de acceso masivo tienen mayores problemas de endeudamiento y mora.



Comprender cómo se articulan estos tres ejes —ingresos debilitados, digitalización de las finanzas y desregulación normativa— es indispensable para proyectar una solución económica, política y colectiva al problema del sobreendeudamiento de los hogares empobrecidos.



SEGUNDA PARTE

EL IMPACTO DE LA DEUDA EN NUESTRA VIDA



CV

CHACHI VERONA

Sobre los cuerpos y la salud mental

La situación de endeudamiento desordena la vida y provoca un enorme sufrimiento que se suele transitar en soledad. El sistema está diseñado para que cada quien asuma como una responsabilidad exclusivamente individual un problema que, en realidad, se origina en el régimen económico y social. A esta forma de experimentar como privado un problema colectivo, se la ha denominado «privatización del malestar» o «privatización del sufrimiento».

Esta «privatización» implica que al no explotar hacia afuera, la deuda implosiona hacia adentro. Se producen sentimientos de fracaso que deterioran la autoestima, o sentimientos de vergüenza y culpa que llevan a las personas a alejarse de sus redes afectivas y de contención, debilitando el tejido comunitario, que es precisamente el recurso más necesario para afrontar estas situaciones. Además, en muchos casos los cobradores o acreedores, hostigan a las personas endeudadas, generando un temor constante a las intimidaciones y las extorsiones.

Así, **la deuda se territorializa en los cuerpos, se somatiza. No es una abstracción o solamente un conjunto de preocupaciones, sino una tensión física real que se manifiesta en distintos síntomas.** Estar permanentemente en estado de alerta (esperando un mensaje de cobranza, calculando si llega el pago, inventando nuevas fuentes de ingreso) agota el sistema nervioso.

La sensación de que es imposible encontrar una solución a un malestar tan intenso configura un escenario sumamente delicado para la salud mental. Los contextos de crisis económica en general y de endeudamiento particularmente, multiplican los cuadros de ansiedad, depresión, comportamientos autolesivos, suicidas y de violencia en general. En el mismo sentido, se evidencia el aumento de la medicalización (psicofármacos) o los consumos problemáticos (alcohol o drogas) y de adicciones (al juego por ejemplo) como formas de «soportar» o de lidiar con sufrimientos que se vuelven crónicos.

Vivir con deudas implica habitar un futuro ya comprometido. Se pierde la capacidad de proyectar, porque el esfuerzo del presente queda absorbido por las obligaciones del pasado. La incertidumbre deja de ser una excepción para convertirse en la norma.

Frente a este escenario, resulta indispensable promover políticas integrales que aborden el endeudamiento no solo como un problema financiero, sino también como una cuestión social, sanitaria y de derechos humanos. Al mismo tiempo, la clave es fortalecer las redes comunitarias, con dispositivos de acompañamiento que permitan mitigar el impacto del endeudamiento en la salud mental y reconstruir las condiciones necesarias para que las personas puedan recuperar la capacidad de proyectar su futuro.

La dimensión de género

Es en esta intersección donde la macroeconomía financiera choca de frente con la microeconomía del hogar. El sobreendeudamiento limita la autonomía de las mujeres, haciéndolas más vulnerables por una cuestión central: las mujeres se endeudan para cuidar.

La responsabilidad cotidiana de los cuidados incrementa la necesidad de endeudarse para afrontar los insumos de ese cuidado, al mismo tiempo que limita las posibilidades de generar ingresos suficientes para cancelar esas deudas. La carga habitual del cuidado se entrelaza con la de la deuda, en las mismas variables: naturalización, invisibilización, carga mental y tiempo de dedicación.

Se genera un círculo vicioso donde se toma deuda para sostener la vida y esa misma deuda precariza la salud de quien cuida. Es, literalmente, «quemar» la salud propia para sostener la ajena. Por ejemplo, las mujeres dejan de comprar sus medicamentos, cancelan sus turnos médicos o reducen la calidad de su propia alimentación para cubrir los gastos del hogar.

Además, la mayor inserción de las mujeres en empleos informales, precarios y de menores ingresos, aumenta la probabilidad de que recurran a fuentes de financiamiento informales, asociadas a tasas de interés más elevadas y en condiciones más gravosas.

En consecuencia, el sobreendeudamiento no solo refleja las desigualdades de género existentes, sino que también contribuye a profundizarlas, consolidando un ciclo que afecta la autonomía económica, sobrecarga de cuidados y deteriora las condiciones de vida de las mujeres.

2 Claudia empieza a cubrir con la tarjeta super, remedios y ropa para la hija.

1 Claudia y Eduardo ganan +\$2M entre los dos, pero ya arrancan cada mes con +\$1M comprometido en alquiler, impuestos, luz, gas y transporte.

6 Le ofrecen un crédito a través de una app, le cobran el doble de interés que el banco pero ella no lo sabe y acepta con un click.

3 Paga el mínimo. Lo que adeuda crece con un interés del 75% anual. Al mes siguiente se repite lo mismo.

5 Pide un préstamo para "limpiar" la tarjeta. Ahora suma una cuota fija de \$180.000 que su sueldo no cubre.

7 Claudia suma horas de trabajo, Eduardo empieza a hacer Uber. Casi todos sus ingresos se van en la deuda y sus intereses usurarios.

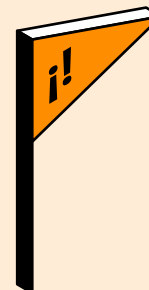
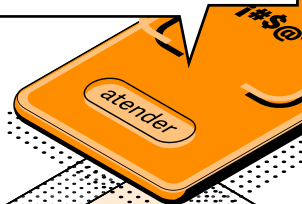
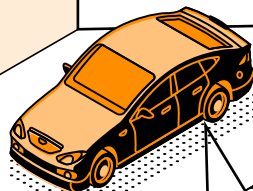
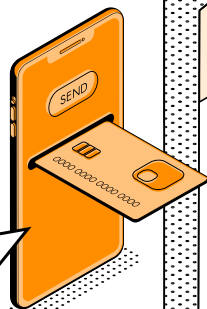
4 A los 3 meses debe tanta plata que no llega ni a pagar el mínimo. Lo que adeuda, ahora crece con un interés punitivo del 150% anual.

9 Llamados a las 7 y a las 19. WhatsApp a Claudia, a Eduardo, a las familias, a sus trabajos. Mails con amenazas legales.

8 Tienen que elegir entre comer o pagar. Dejan de pagar todo. Aparecen las agencias de cobranza.

10 Se encuentran con otras personas que viven su misma situación, se asesoran, se organizan. Se juntan a leer este manual, empiezan a superar la angustia y a construir una salida colectiva.

DEUDA



HERRAMIENTAS PARA LA AUTO- DEFENSA FINAN- CIERA



¿Cómo defendernos ante el abuso financiero?

Lo más importante es no desesperarse, no sientas vergüenza ni te aisles. Recordá siempre que la deuda no es tu culpa ni es un problema individual. Hay muchas organizaciones sociales, políticas y sindicales que ofrecen espacios de asesoramiento y acompañamiento. También hay dispositivos oficiales como defensorías del pueblo, organismos de defensa del consumidor y otras dependencias del estado donde te podés asesorar.

Otro punto importante es saber que tener deudas no es un delito. Se trata de un incumplimiento civil o comercial, lo que significa que un acreedor puede reclamarte el pago mediante acciones legales pero no es una causa para ir a prisión.

→ **Recordá: No entrar en pánico y consultá con otros y otras que te puedan acompañar, orientar o asesorar.**

MITOS

Si debo plata puedo ir preso

Si me mandan un WhatsApp ya estoy embargado

Una carta documento significa que ya tengo juicio

Tengo que aceptar cualquier refinanciación

Pueden llamar a mi trabajo para cobrarme

Si pago el mínimo la deuda baja

No puedo pedir el detalle de la deuda

REALIDADES

Tener deudas no es un delito

Solo un juez puede ordenar un embargo.

La carta documento es una intimación previa

Tenés derecho a revisar y negociar las condiciones

Comunicarse con terceros está prohibido

Gran parte del pago cubre intereses

Tienen la obligación de entregarte toda la información

¿Cuáles son los tipos de acreedores?

→ Entidades financieras y sistemas de tarjetas de créditos. Esta línea de créditos es la más restrictiva y sólo accede el universo bancarizado. Son más rigurosos en los requisitos y tienen tasas menos usureras.

→ Proveedores no financieros de créditos: los que emiten sus propios plásticos (ej: los supermercados), las empresas de tecnología financiera (fintech), mutuales, concesionarias de automóviles y empresas de venta directa (aquellas que ofrecen créditos a sola firma, adelantos o préstamos personales). Son mucho menos exigentes pero prestan a tasas aún más usureras.

→ Cuando el endeudamiento alcanza un punto en el que el sistema financiero formal deja de ofrecer respuestas, se abren paso otras formas de crédito, mucho más riesgosas. En el mejor de los casos, se recurre a una cueva; en el peor, a prestamistas del barrio, muchas veces vinculados con economías delictivas.

¿Qué pueden hacer y qué no?

SÍ PUEDEN

- Reclamar la deuda.
- Cobrar intereses (dentro del marco legal).
- Derivar la gestión a una agencia de cobranzas.
- Iniciar un juicio.
- Informar la deuda a las centrales crediticias cuando corresponda.
- Negociar planes de pago.

NO PUEDEN

- Embargar por WhatsApp.
- Amenazar y hostigar.
- Llamar a tu trabajo o a tu jefe/a.
- Avisar a tus familiares, vecinas o amigos.
- Escrachar en la vía pública o en redes.
- Debitar todo el sueldo.
- Llamar o enviar mensajes en horarios de descanso o días no laborables.

¿Cuáles son tus derechos?

→ Recibir información clara acerca de la deuda, el detalle discriminado, con fecha de ingreso en mora, monto del capital original, origen de la deuda, intereses cobrados y demás gastos.



→ exigir que esa información detallada me la envíen por correo electrónico.

→ conocer quién reclama; cuál es el acreedor original de la presunta deuda y cuál la agencia de cobranza extrajudicial que lo representa.



→ solicitar nombre completo y dni o cuit de quien se comunique en nombre del acreedor

→ pedir copia del contrato, tener a disposición toda la documentación respectiva y en caso que corresponda, acceder al número de expediente.

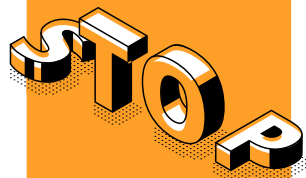
→ recibir un trato digno, las formas sí importan, no se puede reclamar el cobro de una deuda de cualquier manera.

→ revocar débitos automáticos.



→ exigir comprobantes y libre deuda.

→ oponerte a prácticas abusivas y reclamar una indemnización si hubo hostigamiento.



¿Cómo saber cuál es tu situación en el sistema financiero?

Los acreedores te pueden amenazar con información falsa. Verificá que tu deuda no se encuentre prescrita o sea inexistente, es importante que sepas con claridad cuál es tu situación. Acá tenes algunas herramientas:

»» CONSULTÁ EN EL VERAZ

El reporte Veraz es un informe del comportamiento crediticio y financiero de personas y empresas en Argentina. No es solo un «registro de deudores», sino que muestra el historial de adquisición de productos crediticios, cumplimiento de pagos, deudas canceladas y otros datos financieros. El informe muestra tu historial crediticio, cheques rechazados, situación legal, estado civil, relaciones comerciales y un registro de qué entidades o personas consultaron tu reporte en los últimos 6 meses.

Podés consultar tu situación en el Veraz de forma gratuita una vez cada 6 meses. El trámite es estrictamente personal y requiere la acreditación de la identidad del titular.

<https://www.veraz.com.ar/ECOMMERCE/AR/ficha-producto/14/derecho-de-acceso>



»» CONSULTÁ EN LA CENTRAL DE DEUDORES DEL BCRA

Podés consultar un informe respecto de financiaciones otorgadas por entidades financieras, fideicomisos financieros, entidades no financieras emisoras de tarjetas de crédito/compra, otros proveedores no financieros de créditos, sociedades de garantía recíproca, fondos de garantía de carácter público y proveedores de servicios de crédito entre particulares a través de plataformas. Además, cheques rechazados.

<https://www.bcra.gob.ar/situacion-crediticia/>



»» CALCULÁ LOS INTERESES PRE Y POST JUDICIALES

Calculadora de intereses.

<https://consejo.jusbaires.gob.ar/servicios/calculo-de-interes/>



DEUDAS

PRESCRIPTAS

Los préstamos personales (bancos, billeteras virtuales, etc) prescriben a los 5 años y las acciones ordinarias (por ejemplo: deudas de tarjetas de crédito) prescriben a los 3 años. Si luego de la prescripción, se abona una parte de la deuda, se reactiva y vuelve a ser exigible judicialmente.

DEUDAS

INEXISTENTES

Son por ejemplo deudas ya saldadas que se siguen exigiendo (ocurre muchas veces con las agencias de cobranzas); para evitar esto es fundamental exigir y conservar los comprobantes de pago y libres de deudas.

¿Cómo funciona la mora? Compensatorios y punitivos

→ **Compensatorios.** Son los intereses que se generan cuando no pagás la totalidad de la deuda. Por ejemplo, si en la tarjeta de crédito abonás solo el pago mínimo, el saldo pendiente continúa financiándose y comienza a generar intereses, además de impuestos y otros cargos.

Esto produce un efecto de «bola de nieve»: cada mes pagás, pero gran parte de ese dinero se destina a intereses y no a reducir el capital de la deuda. Por eso, aunque cumplas con el pago mínimo, la deuda puede mantenerse igual o incluso aumentar.

→ **Recordá: pagar el mínimo evita la mora, pero no evita que la deuda siga creciendo.**

→ **Punitivos.** Son los intereses que se aplican cuando no pagás una cuota o el pago mínimo en la fecha prevista. Desde el primer día de atraso entrás en mora y, además de los intereses compensatorios, comienzan a acumularse intereses punitivos por el incumplimiento.

Con el paso de las semanas, el acreedor puede derivar la gestión de cobro a una agencia de cobranzas o a un estudio jurídico. En esa etapa suelen aparecer llamados y mensajes intimidatorios. No te dejes presionar: eso no significa que exista un juicio.

→ **Recordá: estas empresas suelen comprar las deudas por un valor muy inferior al original, así que esta situación puede tener la ventaja de permitirte negociar quitas o descuentos en el pago.**

¿Cómo evitar que te debiten la deuda?

No pueden debitarte la totalidad de tu sueldo de la cuenta bancaria para el pago de tu deuda. Hay una herramienta que es el Stop Debit, una orden que le das a tu banco para frenar o suspender temporalmente el cobro de un débito automático durante un mes específico.

Asunto: Solicitud de stop debit /
revocación de débito automático

A quien corresponda,

Por medio de la presente solicito la inmediata revocación de la autorización de débito automático (stop debit) vinculada a mi cuenta N° ____ / CBU ____, correspondiente a los débitos asociados a ____ (indicar tarjeta, préstamo o servicio).

La presente se funda en mi derecho como usuario/a a revocar autorizaciones de débito automático en cualquier momento, conforme normativa vigente del Banco Central de la República Argentina sobre servicios de pago y protección de usuarios financieros.

Asimismo, dejo constancia de que esta solicitud debe hacerse efectiva de manera inmediata y no podrá ejecutarse ningún débito posterior a la presente notificación; cualquier débito realizado con posterioridad será desconocido.

Solicito se me confirme por esta misma vía la efectiva baja del débito automático.

Sin otro particular, saludo atentamente.


Nombre y Apellido
dni
cuil/cuit
Teléfono de contacto

Ejemplo de nota para solicitar que no se debite el importe de la deuda:

¿Qué es un cobro extrajudicial?

Cuando entras en «mora», tu acreedor puede derivar la cobranza a «agencias de cobranzas» o estudios jurídicos que se dedican al cobro extrajudicial de deudas, es decir, intentar cobrar la deuda antes del inicio de un proceso judicial.

En general te envían por Whatsapp mensajes amenazantes del tipo «si no saldás tu deuda en el plazo de 48 hs se te embargará el sueldo». Esto es falso: solo una resolución judicial habilita el embargo del sueldo. Esta práctica intimidatoria y extorsiva representa una clara violación a la Ley de Defensa Del Consumidor. Siempre hay que chequear de quien viene efectivamente el reclamo, asesorarse e intentar negociar una financiación posible.

A tener en cuenta:

No

No firmes nuevos documentos ni refinanciación de la deuda sin asesoramiento previo.

No

No realices depósitos o transferencias sin la certeza de que la cuenta destino corresponde a un agente autorizado a reclamar la deuda.

No

No accedas a una cancelación total de la deuda o a un plan de pagos sin tener una liquidación detallada de la misma.

Si

Si saldás la totalidad de la deuda, exigí el certificado de libre deuda.

Si

Si accedes a un plan de pagos, exigí recibo de cada cuota o pago parcial.

¿Qué podés hacer si te hostigan?

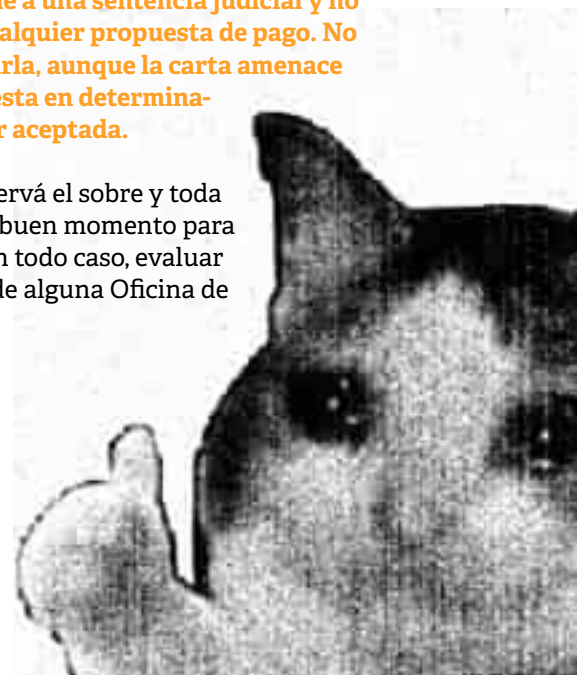
Mantené la calma y no te dejes intimidar. Asesorate. Pedí toda la información por escrito y guardá todas las pruebas (capturas de pantalla, mensajes de WhatsApp, correos electrónicos, cartas recibidas y registros de llamadas). Toda esa información puede servir como prueba si decidís realizar un reclamo, ya que estas prácticas pueden constituir una violación a tus derechos como consumidor.

¿Qué podés hacer si recibís una carta documento?

Después de 6 meses de mora los reclamos pueden volverse más formales mediante el envío de «cartas documento», pero eso no implica que estés judicializado, la carta es un mecanismo que se utiliza para seguir presionando. Puede ser un paso previo a la judicialización, pero también pueden judicializar sin envío de carta documento.

→ **Recordá: No equivale a una sentencia judicial y no te obliga a aceptar cualquier propuesta de pago. No es necesario contestarla, aunque la carta amenace con que si no se contesta en determinados días se tendrá por aceptada.**

Leé la carta con atención, conservá el sobre y toda la documentación recibida, es un buen momento para asesorarte si aún no lo hiciste y en todo caso, evaluar contestar la carta con asistencia de alguna Oficina de Defensa al Consumidor.



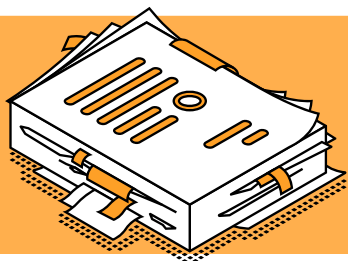
¿Cómo es la instancia judicial?

Es importante saber que la gestión judicial de la deuda no siempre sucede, es una última instancia muy costosa que utilizan los acreedores cuando se agotan todas las anteriores.

Para que haya un juicio, tiene que haber una demanda formal y una notificación oficial del juzgado, no solo un mensaje de WhatsApp o un mail de un estudio. Incluso si llegamos a esta instancia, todavía se puede negociar con el acreedor de la deuda para buscar una salida.

Solo en esta etapa y con la orden de un juez, existe la posibilidad de un embargo (que te saquen parte del sueldo o bienes). Si no tenés propiedades o bienes embargables, aun con sentencia judicial no podrán sacarte nada. A lo sumo vas a quedar inhabilitado/a un par de años para acceder a nuevos créditos.

→ ¡La ley protege tu salario! Si un juez ordena un embargo por una deuda común, no pueden descontarte todo el sueldo. El Decreto 484/87 fija límites según el monto de tus ingresos. En algunos casos el embargo máximo es del 20%. Por ejemplo, si cobrás \$1.000.000, el descuento no podría superar los \$200.000. Si el sueldo es menor, el porcentaje embargable también puede ser menor. Las cuotas alimentarias tienen reglas distintas.



Además de las herramientas, también es importante tener en cuenta los siguientes fundamentos legales que refuerzan tu posición como consumidor frente a las deudas:

Aportes para la defensa legal

Información Gratuita y en Soporte Físico: El artículo 4 de la Ley 24.240 establece que la información sobre tu deuda debe ser siempre gratuita y proporcionada en soporte físico. El proveedor solo puede usar medios digitales si vos lo elegís de forma expresa.

Publicidad que Obliga al Proveedor: De acuerdo con el artículo 8 de la Ley 24.240, todas las precisiones formuladas en publicidades, anuncios o folletos se consideran parte del contrato y obligan a la empresa a cumplirlas.

Nulidad por falta de Datos Claros: El artículo 36 de la Ley 24.240 exige que en toda operación de crédito se consigne obligatoriamente la tasa de interés efectiva anual (TEA), el costo financiero total y el sistema de amortización, bajo pena de nulidad. Si se omiten estos datos, tenés derecho a demandar la nulidad del contrato o de cláusulas específicas.

Intereses Ajustados por el BCRA: Si el contrato de crédito omite la tasa de interés, el artículo 36 de la Ley 24.240 determina que la obligación de pagar intereses debe ajustarse a la tasa pasiva anual promedio que publica el Banco Central de la República Argentina.

Tu Domicilio Determina el Juez:

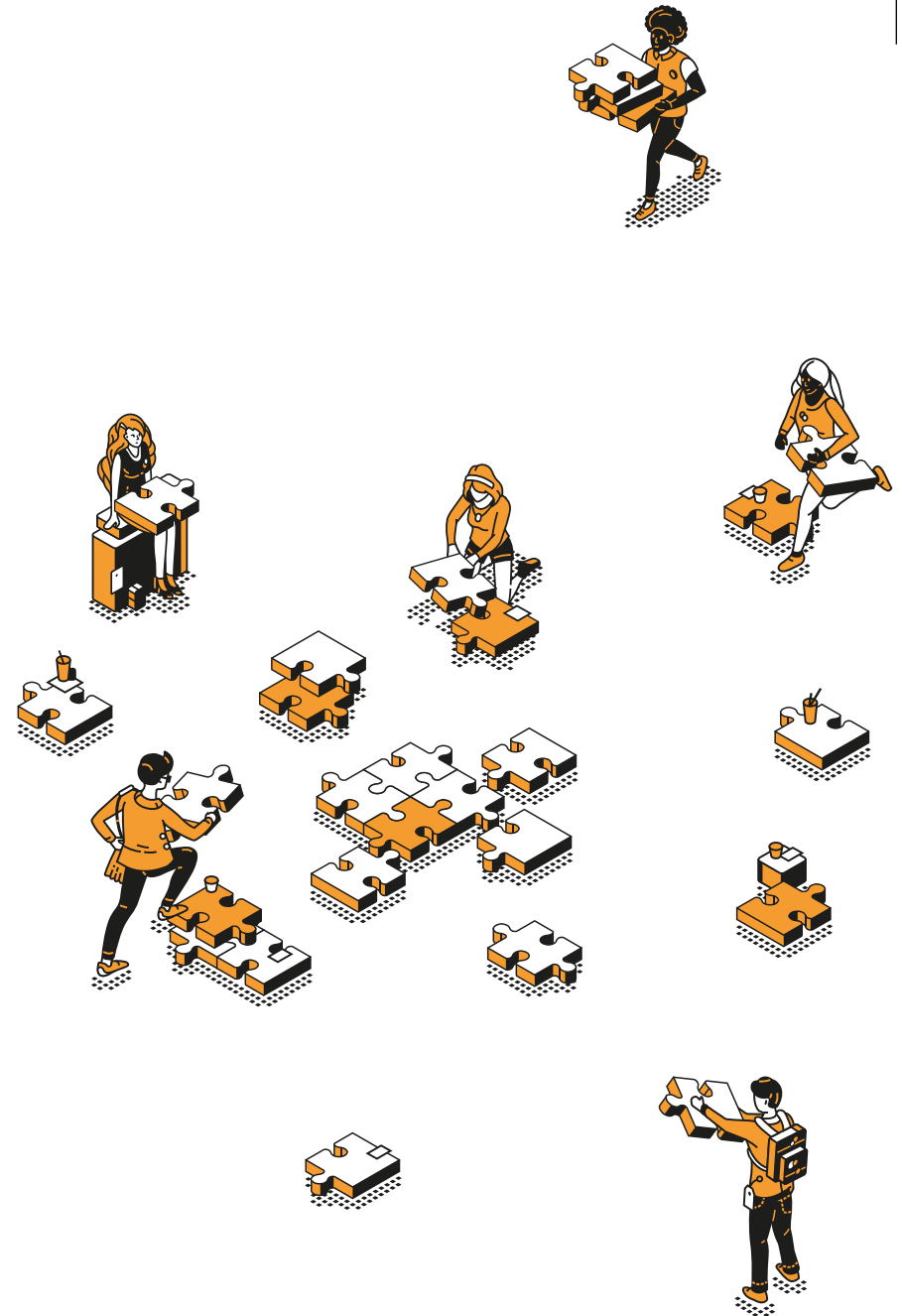
En caso de que el proveedor o prestador inicie una acción judicial contra vos, el artículo 36 de la Ley 24.240 establece que será competente el tribunal correspondiente a tu domicilio real, y que si te obligan a ir un juicio en otra parte por medio de algún tipo de pacto, esto es nulo.

El Delito de Usura: El artículo 175 bis del Código Penal sanciona con prisión a quien se aproveche de la necesidad o inexperiencia de una persona para obtener intereses o ventajas pecuniarias desproporcionadas, o exija garantías extorsivas. Esta herramienta puede invocarse en instancias de demanda judicial.

El delito de Extorsión: El art. 168 del Código Penal sanciona con prisión a quien mediante intimidación o simulando autoridad pública, obligue a otra persona a entregar, enviar o depositar dinero, cosas o documentos. La misma pena aplica si se utiliza violencia o intimidación para obligar a alguien a suscribir o destruir documentos de obligación o crédito.

Derecho a Copia del Contrato y Acceso Digital: Según la Comunicación «A» 7969 del BCRA (punto 2.4.3), las entidades deben entregarte una copia íntegra de lo que firmás en el momento de la suscripción y permitirte descargar el contrato y las ofertas vigentes a través de tu Home Banking.

La Acción Colectiva como Herramienta Popular: Hay que tener en cuenta que según el artículo 43 de la Constitución Nacional, cualquier persona afectada tiene derecho a iniciar una acción judicial no solo en nombre propio, sino en defensa de otras personas en la misma situación. Dado que el endeudamiento es un problema estructural que afecta a millones de familias, la defensa puede pensarse como una herramienta colectiva.



NADIE SALE DE LA DEUDA EN SOLEDAD



De la casa a la calle ¿Cómo sacar la deuda del closet?

Como te venimos contando, el endeudamiento no es un desajuste temporal de las finanzas ni el reflejo de decisiones individuales erradas, es el resultado de un plan económico que conduce al ahogo financiero, que se explica fundamentalmente con la articulación de tres elementos: ingresos debilitados, digitalización de las finanzas y desregulación del sistema financiero.

Así como en el tercer apartado brindamos herramientas para la autodefensa contra este sistema que acorrala y profundiza el endeudamiento, en este, nos interesa destacar experiencias y acciones que puedan generar un sentido colectivo y político en relación al tema de la deuda.

Desde nuestra perspectiva, el corazón de lo que entendemos por *autodefensa financiera* es la organización colectiva. Necesitamos llevar la deuda desde las casas a la calle y para eso, la mejor herramienta es la generación de instancias colectivas que ayuden a desprivatizar el malestar.

El movimiento de mujeres y disidencias de nuestro país es uno de los actores que viene trabajando para poner este tema en agenda, en las asambleas transfeministas y las movilizaciones masivas la consigna “vivas, libres y desendeudadas nos queremos” se instaló hace ya varios años. Por ello, si hoy existe todo un vocabulario disponible para volver colectivo el problema del endeudamiento es porque hay prácticas políticas anteriores que lo hicieron posible.

La asamblea, la ronda, el encuentro son instancias que han permitido un proceso de politización de la deuda, cuando el endeudamiento comenzaba a expandirse como problema. La mirada feminista ha sido y es fundamental porque permite mirar y narrar los procesos económicos desde el ras de la vida cotidiana.

Desde las organizaciones populares venimos visibilizando el problema en diferentes espacios y llevando adelante acciones concretas como talleres, encuentros, relevamientos, notas periodísticas y acompañamientos a personas sobreendeudadas.

Los sindicatos son otro actor que viene abordando el tema, con debates, con espacios de asesoramiento e incluso con la incorporación del tema en las discusiones paritarias.

En algunos lugares existen cooperativas que ofrecen financiamiento alternativo al sistema financiero tradicional para ayudar a las personas endeudadas, en otros lugares se armaron sindicatos de deudores.

Desde las organizaciones que realizamos este manual, Ciudad Futura y Movida Ciudad, compartimos la experiencia de los acompañamientos, dispositivos que creamos para asesorar y acompañar, donde la primera tarea es una contención cuidada para abordar la afectación en la salud mental que provoca el endeudamiento. Esta es nuestra experiencia pero sabemos de tantos otros dispositivos similares que se llevan adelante a lo ancho y a lo largo del país.

Desde Movida Ciudad se vienen sosteniendo talleres de auto-defensa financiera, donde se ofrecen herramientas para defenderse frente a cobros abusivos y para politizar la deuda como problema colectivo. Incluso se han sostenido Encuentros Federales donde se cruzan personas con situaciones similares de todo el país.

También a partir del activismo, estos debates están permeando en las legislaturas locales y en el Congreso de la Nación, donde actualmente hay más de una veintena de propuestas para abordar esta emergencia.

Desde la organización política tenemos el desafío de abonar a la constitución de un sujeto que reconozca el carácter político de su situación de ahogo financiero. Es fundamental seguir multiplicando las acciones y los ámbitos de debate donde poner en común las implicancias y efectos de la deuda en la vida cotidiana de las personas, como aspecto fundamental en la politización de la deuda y en la construcción colectiva de estrategias para de mantener esa maquinaria.

¿Cómo desmantelar la máquina?

De la calle a las instituciones

La emergencia de endeudamiento en la que vivimos hoy es el resultado lógico de una maquinaria cuyos engranajes interactuaron sincrónicamente: una caída histórica de los ingresos que transformó al crédito en una estrategia de supervivencia diaria; el avance de plataformas digitales preparadas para capturar esa necesidad a un solo clic y una desregulación estatal que liberó tasas y eliminó controles garantizando la impunidad del negocio.

Este colapso se da en un marco de naturalización de la crueldad como regla de gobierno y como regla de mercado. Además, **el funcionamiento de la máquina de endeudar es una buena síntesis del proyecto económico de las élites argentinas: precarización de la vida, de los ingresos y de los empleos con ganancia extraordinaria y concentración económica.**

Desmantelar la máquina es una necesidad que requiere atención urgente. Pero hay que reconocer que mientras no logremos revertir el deterioro distributivo y los ingresos sigan siendo insuficientes para cubrir necesidades básicas, muchas personas seguirán necesitando financiamiento para vivir. Si bien el primer engranaje permanecerá inalterable hasta entonces, esto no implica que la máquina deba quedar en pie.

Hay que intervenir sobre los otros dos componentes que sí pueden ser neutralizados en el cortísimo plazo, mediante la política pública y la organización social. Por eso sostenemos que es urgente y necesaria la sanción, por parte del Congreso, de una ley o conjunto de leyes tendientes a reconocer la EMERGENCIA CREDITICIA de los hogares argentinos. Necesitamos un marco normati-

vo que contemple mecanismos concretos de desendeudamiento de los hogares, que incorpore condiciones para regular el sistema financiero y los proveedores de crédito, y garantice herramientas de transparencia y control ciudadano frente a prácticas abusivas.

El primer paso sería dar una respuesta a quienes ya quedaron atrapados/as en el sobreendeudamiento. Hace falta un programa de solución de la mora que contemple quitas agresivas. No sería un privilegio ni un rescate injustificado, sería un acto de justicia económica.

En muchos casos, las familias ya pagaron varias veces el dinero que recibieron, debido a tasas usurarias e intereses abusivos. Frenar las ejecuciones y limpiar los registros crediticios es clave para devolver oxígeno a las economías familiares.

Al mismo tiempo, es imprescindible refundar un marco regulatorio que proteja a las personas frente a los abusos y la discrecionalidad de bancos, billeteras virtuales y plataformas de crédito. Esto significa recuperar la capacidad del Estado para controlar el sector y regular la conducta de las entidades, restableciendo las facultades plenas de control y sanción del Banco Central. Necesitamos volver a establecer límites estrictos a las tasas de interés y los costos financieros, prohibir los cargos fijos por mora, poner límites de afectación de ingresos para evitar que las cuotas ahoguen la economía familiar, y avanzar como lo hicieron otros países en la regulación de las plataformas y las Fintech.

Por último, reforzar los derechos al consumidor garantizando que todas las personas reciban información clara y comprensible antes de tomar un préstamo, mediante la exigencia de contratos transparentes y la eliminación de la trampa de la adhesión instantánea a un solo clic, garantizando que el consentimiento no sea una vía libre para la usura digital.

Proteger a la gente frente al abuso financiero significa establecer reglas justas para que la necesidad no sea utilizada como una fuente de ganancias extraordinarias. En definitiva, se trata de recuperar la capacidad de las personas para decidir sobre su propia vida y proteger a la sociedad frente a un modelo de extractivismo financiero que hoy avanza sin límites.

Lo primero que queremos decirte es esto: **no estás solo, no estás sola**. Cuando un problema es de la mayoría deja de ser un problema individual y se convierte en un problema social. Y si es un problema social, la salida es colectiva y la herramienta de transformación es la organización política.

Con este manual queremos contribuir a una de las tareas militantes más importantes del momento: crear mecanismos de educación financiera popular para aprender a defendernos, activar la participación de la sociedad para politizar la deuda y organizar el malestar individual para construir una salida colectiva.

Porque creemos que en el desendeudamiento de nuestras familias y de nuestro país está la verdadera libertad.

CIUDAD
FUTURA >>>

MOVIDA
CIUDAD