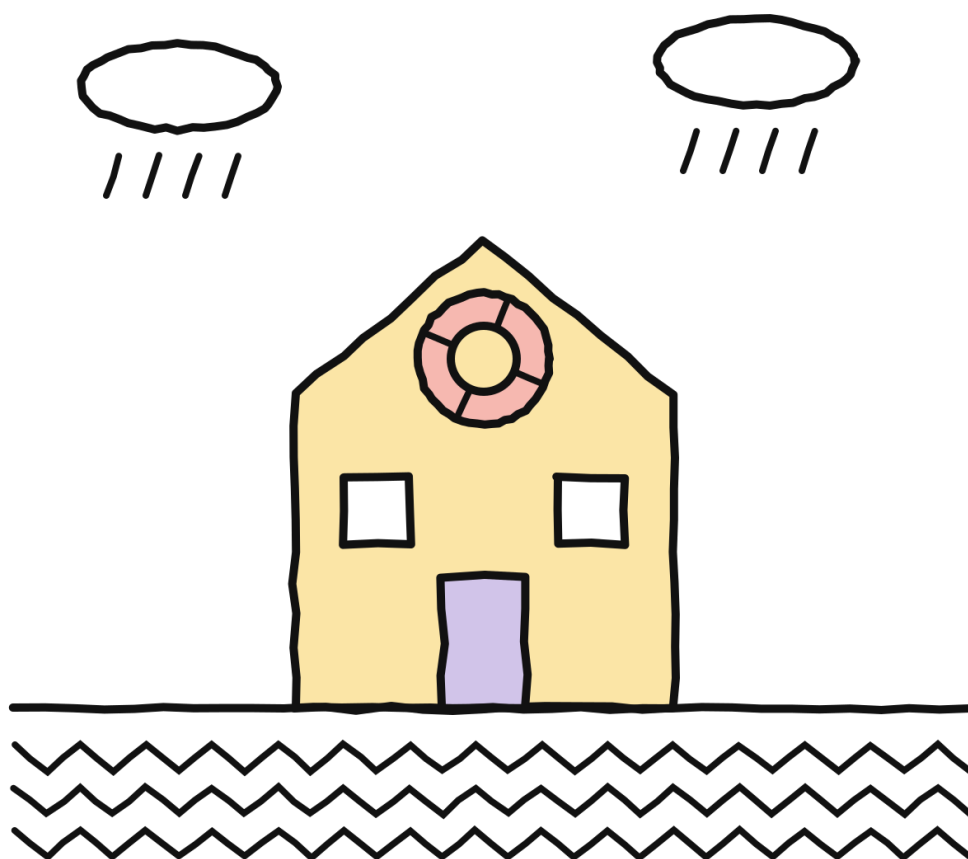




SI NO PUEDES PAGAR LA HIPOTECA

GUÍA 2026

DEL PRIMER IMPAGO AL LANZAMIENTO · GUÍA DE LA ASAMBLEA DE LA PAH DE PONTEVEDRA
CÓDIGO DE BUENAS PRÁCTICAS · EJECUCIÓN · SUBASTA · DEUDA · LANZAMIENTO



OCTUBRE DE 2026

Índice

Antes de empezar	3
1. Cuando ves que no llegas	4
2. El Código de Buenas Prácticas	4
3. Cuándo puede el banco reclamarlo todo	6
4. La demanda de ejecución	7
5. La subasta	8
6. La deuda que queda	8
7. El lanzamiento	9
8. Si han vendido tu hipoteca a un fondo	10
9. Lo que no debes hacer	10
10. Modelos que tienes en la web	10
Anexo. Para la abogada o el abogado	11
Créditos y licencia	12

PLATAFORMA
DE AFECTADOS
POR LA HIPOTECA

Antes de empezar

Nadie firma una hipoteca pensando en dejar de pagarla. Llega un despido, una separación, una enfermedad, un negocio que cierra o una cuota que sube, y de repente los números no dan. La vergüenza hace el resto: dejas de abrir las cartas del banco, no cuentas nada en casa y esperas a que pase. No pasa.

Esta guía cuenta, en orden, lo que va a venir y lo que puedes hacer en cada momento: desde que ves que no llegas a la cuota hasta el día del lanzamiento. Está actualizada con las leyes vigentes en octubre de 2026, que han cambiado mucho desde los Libros Verdes de 2020.

Lo más importante, en tres líneas

Cuanto antes te muevas, más opciones tienes. Muchas salidas se cierran cuando se anuncia la subasta.

Todo por escrito y con copia sellada. Lo que se habla en el despacho del banco no existe.

No vayas sola. Ven a la asamblea antes de firmar nada: hay gente que ya ha pasado por lo mismo y sabe dónde están las trampas.

El camino, de principio a fin

Momento	Qué pasa	Qué puedes hacer
Ves que no llegas	Todavía pagas, pero mal	Pedir el Código de Buenas Prácticas, hablar con servicios sociales
Primeros impagos	Cartas y llamadas del banco	Seguir con el Código, pedir el desglose de la deuda, no firmar con prisas
Vencimiento anticipado	El banco reclama todo el préstamo	Comprobar si cumple los mínimos de la ley
Demanda de ejecución	Llega el auto del juzgado	Justicia gratuita y oposición en 10 días
Subasta	La vivienda sale a subasta	Pagar los atrasos para cerrar el proceso, buscar quien mejore la oferta, quita
Adjudicación	Alguien se queda la vivienda	Controlar la deuda que queda
Lanzamiento	Fecha para salir de casa	Suspensión, plazo de desalojo, alquiler social

1. Cuando ves que no llegas

Es el mejor momento para actuar, aunque no lo parezca. Todavía estás al día o casi, y eso te da margen.

- 1 **Haz cuentas reales.** Cuánto dinero entra en casa, cuánto es la cuota y qué otras deudas tienes. Con las cifras en la mano, sabrás si entras en el Código de Buenas Prácticas (capítulo 2).
- 2 **Escribe al banco.** Explica la situación y pide por escrito las medidas del Código de Buenas Prácticas. Entrégalo en la oficina con dos copias y que te sellen una, o por burofax.
- 3 **Pide el desglose de la deuda:** cuánto queda de capital, de intereses, de comisiones. En la web tienes un modelo.
- 4 **Ve a los servicios sociales de tu ayuntamiento.** El informe de vulnerabilidad sirve para muchas cosas más adelante.
- 5 **No tapes un agujero con otro.** Nada de microcréditos ni de tarjetas para pagar la cuota: solo hacen más grande el problema.

Cuidado con lo que te hacen firmar

Cuando hay impagos, a veces el banco ofrece «refinanciar» añadiendo un avalista nuevo, otra garantía (la casa de tus padres, por ejemplo) o un seguro. Puede parecer una ayuda y ser una trampa: si después no puedes pagar, arrastras a más gente contigo. Antes de firmar una novación, llévala a la asamblea o a tu abogada.

2. El Código de Buenas Prácticas

Es un conjunto de medidas para deudas hipotecarias de la vivienda habitual (Real Decreto-ley 6/2012). Los bancos se adhieren voluntariamente, pero casi todos los grandes están dentro. Y una vez adherido, si cumples los requisitos, el banco está obligado a aplicarlo: no es un favor.

Quién puede pedirlo

Tienes que estar en lo que la ley llama «umbral de exclusión». Tienen que darse las tres cosas a la vez:

- **Ingresos bajos.** Los de toda la unidad familiar no pueden pasar de 3 veces el IPREM en 14 pagas. En 2026 el IPREM sigue en 600 euros al mes (los presupuestos de 2023 siguen prorrogados), así que el límite es de **25.200 euros al año**. Sube a 4 veces (33.600 €) si hay discapacidad de más del 33 %, dependencia o enfermedad que impida trabajar, y a 5 veces (42.000 €) en algunos casos de discapacidad más grave.

- **La situación ha empeorado en los últimos 4 años:** la cuota pesa más sobre tus ingresos que antes, o ha aparecido una circunstancia de especial vulnerabilidad (familia numerosa, monoparental, menores en casa, discapacidad o dependencia, víctima de violencia de género, o tener más de 60 años).
- **La cuota se lleva más de la mitad** de los ingresos netos de la familia (el 40 % si hay alguien con discapacidad o dependencia).

Además, el precio de la vivienda cuando la compraste no puede pasar de ciertos límites (máximo 300.000 euros para la reestructuración y 250.000 para la dación). Para la quita y la dación también se pide que no tengas otros bienes con que pagar y que sea tu única vivienda.

Las tres fases

Fase	En qué consiste	¿Es obligatoria para el banco?
1. Reestructuración	Hasta 5 años sin pagar capital (solo intereses), intereses rebajados a euríbor menos 0,10 durante ese tiempo y ampliación del plazo hasta 40 años desde que firmaste. Cláusula suelo eliminada para siempre. El banco tiene 1 mes para presentarte el plan.	Sí, si cumples los requisitos
2. Quita	Si el plan anterior deja la cuota por encima del 50 % de los ingresos, puedes pedir que te rebajen el capital. El banco tiene que calcularla y comunicártela.	No: puede aceptarla o rechazarla
3. Dación en pago	Si nada de lo anterior funciona, entregas la vivienda y la deuda desaparece entera, también para los avalistas. Puedes pedir quedarte 2 años de alquiler pagando al año el 3 % de la deuda.	Sí, si la pides en los 24 meses desde la reestructuración

Dos plazos que cierran puertas

Una vez anunciada la subasta ya no puedes pedir la reestructuración ni la dación. La quita, en cambio, todavía se puede pedir.

La dación tampoco es posible si la vivienda tiene cargas posteriores a la hipoteca (otro préstamo, un embargo...). En la web tienes modelos para pedir que el banco las asuma o que quien tiene la carga la cancele.

Qué documentos llevar

- Certificado de rentas de la Agencia Tributaria y las tres últimas nóminas, o el certificado de paro, de pensión o del ingreso mínimo vital.
- Libro de familia o inscripción de pareja de hecho.

- Certificado de empadronamiento de quien vive en casa, actual y de los 6 meses anteriores.
- Certificados del Registro de la Propiedad de los bienes de cada miembro de la familia.
- Escrituras de compra y de la hipoteca.
- Si es el caso, certificado de discapacidad, dependencia o incapacidad.
- Declaración responsable de que cumples los requisitos (el banco tiene el modelo).

Desde que pides cualquier medida del Código y acreditas que estás en el umbral, los intereses de demora quedan limitados: como mucho, los intereses normales del préstamo más un 2 %. Si tienes avalistas que también están en el umbral, pueden exigir que el banco cobre primero de ti antes de ir contra ellos.

3. Cuándo puede el banco reclamarlo todo

Que dejes de pagar una cuota no le da derecho al banco a pedirte el préstamo entero. Para préstamos de vivienda de una persona particular, la ley exige tres cosas a la vez (Ley 5/2019, art. 24):

- **Una cantidad mínima sin pagar.** En la primera mitad de la vida del préstamo, el 3 % del capital que te prestaron o 12 cuotas mensuales. En la segunda mitad, el 7 % o 15 cuotas.
- **Un requerimiento previo:** el banco tiene que reclamarte el pago y darte al menos un mes, avisando de que si no pagas lo pedirá todo.
- **Que sigas sin pagar** después de ese mes.

Esto vale también para las hipotecas firmadas antes de junio de 2019, salvo que el vencimiento anticipado se produjera antes de esa fecha o que la cláusula de tu contrato sea mejor para ti. Si el banco fue al juzgado sin cumplir estos mínimos, es un motivo de oposición.

4. La demanda de ejecución

Un día llega una notificación del juzgado: un auto que despacha ejecución contra la vivienda y un requerimiento de pago. No es una sentencia ni un desahucio inmediato: es el comienzo de un proceso que dura meses. Pero los plazos corren desde ese día.

- 1 **Pide justicia gratuita** ya, en ese mismo momento, y comunícalo al juzgado: así los plazos quedan en suspenso hasta que te nombren abogada. En la web tienes los dos modelos.
- 2 **Revisa la demanda.** El banco tiene que decir si es tu vivienda habitual y si es gran tenedor de vivienda, con un certificado del Registro si dice que no lo es.
- 3 **Oposición en 10 días.** En la ejecución hipotecaria solo se admiten pocos motivos, pero el más importante es este: que una cláusula del contrato sea abusiva y sea la base de la ejecución o cambie la cantidad reclamada (vencimiento anticipado, intereses de demora, cláusula suelo, comisiones...). Si el juez te da la razón, se puede archivar todo o recalcular la deuda.
- 4 **Servicios sociales.** El juzgado tiene que informarte de que puedes acudir a ellos y avisarles para que valoren tu situación.

Pagar los atrasos para cerrar el proceso

Si es tu vivienda habitual, puedes «liberar» la casa aunque el banco no quiera: pagas lo que debías cuando presentaron la demanda, las cuotas que hayan vencido después, los intereses de demora y las costas, y el proceso termina. Tienes hasta el cierre de la subasta. Esta opción solo se puede usar una vez cada tres años (LEC, art. 693.3).

¿Y si en vez del juzgado es un notario?

Si la escritura lo permite, el banco puede vender la vivienda ante notario (la «venta extrajudicial»). Las reglas de la subasta son las mismas, el notario tiene que avisar si ve cláusulas abusivas y tiene que parar la venta si acreditas que lo has llevado al juzgado. La protección de la deuda que queda (capítulo 6) también se aplica.

¿Y la mediación obligatoria?

Desde abril de 2025, antes de muchas demandas civiles hay que intentar un acuerdo (LO 1/2025). Pero la ejecución hipotecaria es una demanda ejecutiva y no lo necesita. Sí lo necesitarás tú si quieres demandar al banco en un juicio aparte, por ejemplo para anular una cláusula. Tu abogada sabe cómo hacerlo.

5. La subasta

Las subastas son electrónicas, en el Portal de Subastas del BOE. Cualquiera puede verlas y pujar.

- **El valor de subasta** es el que pone la escritura y no puede ser inferior al 75 % de la tasación.
- **Si es tu vivienda habitual**, la venta no se puede aprobar por menos del 70 % del valor de subasta. Si lo que se ofrece cubre toda la deuda, el mínimo baja al 60 %.
- **Si la mejor oferta no llega al 70 %**, tienes 10 días para presentar a otra persona que mejore el precio hasta al menos el 60 % o hasta cubrir la deuda.
- **Si nadie puja**, la reforma de 2025 cambió las reglas de la subasta desierta. Cómo se aplica en las ejecuciones hipotecarias de la vivienda habitual todavía se discute en los juzgados: pregúntaselo a tu abogada antes de que llegue ese momento.

Mientras tanto, la quita del Código de Buenas Prácticas todavía se puede pedir, y negociar una dación fuera del Código siempre es posible si el banco quiere.

6. La deuda que queda

Este es el golpe que mucha gente no ve venir: pierdes la casa y sigues debiendo. Pasa cuando lo que se paga en la subasta no llega para cubrirlo todo. Pero si era tu vivienda habitual, la ley te da una salida (LEC, art. 579.2):

- **Quedas libre si pagas el 65 %** de lo que quede pendiente en los 5 años siguientes, más solo el interés legal del dinero.
- **O el 80 %** si lo pagas en los 10 años siguientes.
- **Si el banco revende la vivienda** en los 10 años siguientes, tu deuda baja en la mitad de lo que gane con esa venta.

Si la deuda es imposible de pagar, la **Ley de Segunda Oportunidad** permite pedir que se perdone. Desde 2022 es mucho más accesible y hay una guía nuestra entera sobre eso. Y si te embargan el sueldo o la pensión, la parte que no llega al salario mínimo (1.221 euros al mes en 2026) no se puede tocar; en la web tienes un modelo para hacerlo respetar.

Impuestos después de perder la casa

Después de una dación o de una ejecución de la vivienda habitual, no tienes que pagar la plusvalía municipal ni tributar en el IRPF por esa «venta». Si te lo cobran, reclama: tienes los dos modelos en la web.

7. El lanzamiento

Después de la adjudicación, quien se quedó con la vivienda puede pedir la posesión. Si es tu vivienda habitual, el juzgado te da un mes para salir, prorrogable otro mes si hay motivo. La resolución tiene que fijar día y hora exactos: si no lo hace, recúrrela (tienes modelo).

Cuándo se puede parar

Protección	Para quién	Hasta cuándo
Ley 1/2013	Vivienda habitual adjudicada en una ejecución hipotecaria, con familia en especial vulnerabilidad (numerosa, monoparental, menores, discapacidad, en paro, víctima de violencia de género, mayor de 60...) e ingresos bajos (3 veces el IPREM, con más por cada hijo). La cuota tenía que pasar del 50 % de los ingresos y ser tu única vivienda.	15 de mayo de 2028
Alquiler social del Código	Quien tiene el lanzamiento suspendido por la Ley 1/2013, si el banco está adherido al Código: alquiler de la misma vivienda por un máximo del 3 % anual de su valor.	Hasta 5 años, prorrogable 5 más de mutuo acuerdo
Real Decreto-ley 29/2026	Si quien se adjudicó tu vivienda habitual es un fondo o una entidad que pagó claramente menos de lo que vale, y eres vulnerable y no tienes alternativa.	31 de diciembre de 2030
Comité DESC de la ONU	Si no hay alternativa habitacional, se puede pedir la suspensión mientras la Administración no la ofrezca.	Caso a caso

El decreto 29/2026 está pendiente de convalidación

Está en vigor desde el 8 de octubre de 2026, pero el Congreso tiene que convalidarlo. Antes de usarlo, comprueba en la asamblea o en nuestra guía del decreto si sigue vigente.

8. Si han vendido tu hipoteca a un fondo

- Puedes defenderte frente a quien compró tu deuda exactamente igual que frente al banco.
- Los códigos de buenas prácticas del banco siguen valiendo después de la venta.
- Está prohibido vender préstamos vencidos de personas acogidas al Código de Buenas Prácticas.
- Si venden la deuda de tu vivienda habitual, tienen que avisarte de que puedes acogerte al Código. Si demuestras que cumples los requisitos en los 6 meses siguientes, el banco tiene que recomprar el préstamo y aplicarte las medidas.

9. Lo que no debes hacer

- **Dejar las cartas sin abrir.** Los plazos corren igual.
- **Firmar en el momento.** Ninguna oferta buena caduca en una tarde.
- **Pagar a quien promete «parar el desahucio».** Hay intermediarios que cobran por hacer lo que tú puedes hacer gratis con un modelo.
- **Entregar las llaves sin papel.** Una dación sin escritura que diga que la deuda queda cancelada no es una dación.
- **Pensar que ya no hay nada que hacer.** Hasta el día del lanzamiento hay puertas. Y después también: la deuda se puede negociar y perdonar.

10. Modelos que tienes en la web

En **Recursos** → **Modelos de escritos** → **Hipoteca y banco y Desahucio y lanzamiento**, en Word, en gallego y castellano:

- Desglose de la deuda, dación en pago, quita, condonación y alquiler social al banco.
- Cargas posteriores (dos modelos), acto de conciliación y reclamación al banco.
- Suspensión del lanzamiento por la Ley 1/2013, por el decreto 29/2026 y por el Comité DESC; recurso contra la fecha abierta y aplazamiento.
- Justicia gratuita, embargos, plusvalía e IRPF.

Anexo. Para la abogada o el abogado

Tema	Precepto	Clave
Umbral de exclusión	Art. 3 RDL 6/2012	3/4/5 × IPREM 14 pagas; alteración en 4 años; cuota > 50 % (40 %). Documentación del 3.3. Avalistas: 3 bis.
Código de Buenas Prácticas	Anexo RDL 6/2012 (red. RDL 19/2022)	Reestructuración (1.b: carencia 5 años, 40 años, euríbor -0,10), quita potestativa (2), dación obligatoria en 24 meses (3), alquiler 3 % (4). Límites de precio: art. 5.2.
Intereses de demora	Art. 4 RDL 6/2012	Máximo remuneratorios + 2 % desde la solicitud acreditada.
Vencimiento anticipado	Art. 24 Ley 5/2019; art. 129 bis LH; art. 693.2 LEC	3 %/12 cuotas o 7 %/15 cuotas y requerimiento con un mes. DT 1.ª.4 para contratos anteriores.
Demanda	Arts. 685.2 y 686 LEC	Declaración de vivienda habitual y de gran tenedor con certificación registral. Requerimiento con indicaciones del 441.5.
Oposición	Art. 695 LEC	Causa 4.ª: cláusulas abusivas; suspensión y comparecencia; apelación.
Liberación del bien	Art. 693.3 LEC	Vivienda habitual: consignación sin consentimiento del acreedor; una vez cada 3 años.
Venta extrajudicial	Art. 129 LH	Control notarial de abusividad y suspensión; aplicación del 579.2 LEC.
Subasta	Arts. 682.2, 670 y 671 LEC (red. LO 1/2025); DA 6.ª LEC	Tipo ≥ 75 % de la tasación; vivienda habitual 70 %/60 %; mejora de tercero en 10 días; subasta desierta: nuevo régimen del 671.
Deuda remanente	Art. 579.2 LEC	65 % en 5 años, 80 % en 10; reducción del 50 % de la plusvalía en la reventa.
Lanzamiento	Arts. 675 y 704 LEC	Un mes + uno; día y hora exactos.
Suspensión	Art. 1 Ley 1/2013; RDL 29/2026	Hasta el 15-V-2028; adjudicaciones a fondos por debajo del 70 % hasta el 31-XII-2030.
Cesión del crédito	Art. 25 bis Ley 5/2019	Excepciones oponibles al cesionario; prohibición de cesión con RDL 6/2012; recompra en 6 meses.
Embargo de sueldo	Art. 607 LEC	Inembargable hasta el SMI (1.221 €/mes, RD 126/2026); escala y reducción por cargas familiares.
MASC	Art. 5.3 LO 1/2025	No exigible para la demanda ejecutiva; sí para el declarativo del art. 698 LEC.

Fuentes

Textos consolidados del BOE: Ley 1/2000 de Enjuiciamiento Civil (última modificación 07/10/2026); Ley Hipotecaria (03/01/2025); Real Decreto-ley 6/2012 (23/11/2022); Ley 1/2013 (15/05/2024); Ley 5/2019 de crédito inmobiliario (07/10/2026); Ley Orgánica 1/2025 (04/06/2025); Real Decreto-ley 29/2026. boe.es

IPREM: 600 euros mensuales y 8.400 en 14 pagas (Ley 31/2022 de Presupuestos Generales del Estado para 2023, disposición adicional 90.^a, vigente en 2026 por prórroga presupuestaria). Salario mínimo 2026: 1.221 euros al mes (Real Decreto 126/2026).

PAH: Libro Verde de la hipoteca (2020), que esta guía actualiza.

Comprobad siempre la versión vigente de las leyes en el BOE y hablad con vuestra abogada antes de actuar.

Créditos y licencia

Guía de la asamblea de la PAH de Pontevedra elaborada a partir de los textos consolidados del BOE y pensada para poner al día el Libro Verde de la hipoteca de la PAH (2020).

Versión del 25 de octubre de 2026. Las leyes cambian a menudo: antes de presentar nada, compruébalo con tu abogada o en la asamblea. Esta guía es orientativa y no sustituye el asesoramiento de una abogada en tu caso concreto.

Licencia Creative Commons BY-NC-SA 4.0: se puede copiar, compartir y adaptar citando a la PAH Pontevedra, sin fines comerciales y con la misma licencia.

PAH Pontevedra

A. VV. El Mirador de Monteporreiro, Rúa de Alemaña, 52, 36162 Pontevedra
pahdepontevedra@gmail.com · WhatsApp 623 17 27 37 · pahpontevedra.com