

¡El libro sobre la separación y el divorcio para todos!

Separación y divorcio

PARA

DUMMIES®

Aprende a:

- Ahorrarte gastos innecesarios y conocer las opciones más ventajosas
- Comprender la legislación española y cómo te afecta
- Ayudar a los hijos a sobrellevarlo de la mejor manera

Elisabeth Walsh

Thelma Fisher

Hilary Woodward

Revisado por Alejandro Ebrat Picart
y Roser Pallerols, *abogados*





**Elizabeth Walsh, Thelma Fisher,
Hilary Woodward, John Ventura y Mary Reed**

**Adaptación:
Roser Pallerols y Alejandro Ebrat**

Índice

¡La fórmula del éxito!

Los autores

Los adaptadores

Guía rápida

Introducción

Parte I: Problemas en el paraíso

Capítulo 1: Orientarse en la encrucijada del divorcio

Capítulo 2: Qué hacer cuando las cosas empiezan a ir mal

Capítulo 3: Mantenerse al tanto de la economía de la familia

Capítulo 4: Los fundamentos del derecho de familia

Capítulo 5: Aspectos básicos de la legislación sobre el divorcio

Capítulo 6: La separación: ¿balón de oxígeno o preludio del divorcio?

Parte II: Los preliminares del divorcio

Capítulo 7: Empezar el proceso de divorcio

Capítulo 8: Ayudar a los hijos a superar el divorcio

Capítulo 9: La importancia de tus sentimientos

Parte III: Decisiones y más decisiones

Capítulo 10: Quién se encarga de los hijos

Capítulo 11: El reparto de las posesiones

Capítulo 12: La pensión compensatoria

Capítulo 13: La pensión de alimentos para los hijos

Parte IV: Los términos del acuerdo de divorcio

Capítulo 14: Negociar por tu cuenta

Capítulo 15: El abogado

Capítulo 16: Un mediador para resolver las cosas juntos

Capítulo 17: El mejor acuerdo que un abogado pueda conseguir

Capítulo 18: El divorcio en manos del juez

Parte V: Se acabó el divorcio

Capítulo 19: Los asuntos cotidianos tras el divorcio

Capítulo 20: Los problemas más difíciles tras el divorcio

Capítulo 21: Pensar en el futuro: acuerdos prematrimoniales

Parte VI: Los decálogos

Capítulo 22: Diez formas de facilitar las cosas a tus hijos

Capítulo 23: Diez consejos para olvidarte del divorcio y salir adelante

Capítulo 24: Diez ideas para la próxima vez

Parte VII: Apéndices

Apéndice A: Glosario

Apéndice B: Organismos y recursos de ayuda



¡La fórmula del éxito!

Tomamos un tema de actualidad y de interés general, añadimos el nombre de un autor reconocido, montones de contenido útil y un formato fácil para el lector y a la vez divertido, y ahí tenemos un libro clásico de la colección Para Dummies.

Millones de lectores satisfechos en todo el mundo coinciden en afirmar que la colección Para Dummies ha revolucionado la forma de aproximarse al conocimiento mediante libros que ofrecen contenido serio y profundo con un toque de informalidad y en lenguaje sencillo.

Los libros de la colección *Para Dummies* están dirigidos a los lectores de todas las edades y niveles del conocimiento interesados en encontrar una manera profesional, directa y a la vez entretenida de aproximarse a la información que necesitan.



www.paradummies.es
www.facebook.com/paradummies
[@ParaDummies](https://twitter.com/ParaDummies)

¡Entra a formar parte de la comunidad Dummies!

El sitio web de la colección *Para Dummies* está pensado para que tengas a mano toda la información que puedas necesitar sobre los libros publicados. Además, te permite conocer las últimas novedades antes de que se publiquen y acceder a muchos contenidos extra, por ejemplo, los audios de los libros de idiomas.

Desde nuestra página web, también puedes ponerte en contacto con nosotros para comentarnos todo lo que te apetezca, así como resolver tus dudas o consultas.

También puedes seguirnos en Facebook (www.facebook.com/paradummies), un espacio donde intercambiar impresiones con otros lectores de la colección, y en Twitter [@ParaDummies](https://twitter.com/ParaDummies), para conocer en todo momento las últimas noticias del mundo *Para Dummies*.

10 cosas divertidas que puedes hacer en www.paradummies.es, en nuestra página en Facebook y en Twitter [@ParaDummies](https://twitter.com/ParaDummies)

1. Consultar la lista completa de libros *Para Dummies*.
2. Descubrir las novedades que vayan publicándose.
3. Ponerte en contacto con la editorial.
4. Suscribirte a la Newsletter de novedades editoriales.
5. Trabajar con los contenidos extra, como los audios de los libros de idiomas.
6. Ponerte en contacto con otros lectores para intercambiar opiniones.
7. Comprar otros libros de la colección.
8. Publicar tus propias fotos en la página de Facebook.
9. Conocer otros libros publicados por el Grupo Planeta.
10. Informarte sobre promociones, descuentos, presentaciones de libros, etc.

**Descubre nuestros interesantes y divertidos vídeos
en nuestro canal de Youtube:**

www.youtube.com/paradummies

**¡Los libros *Para Dummies* también están disponibles
en e-book y en aplicación para iPad!**

Los autores

Elizabeth Walsh se licenció en Derecho en la Universidad de Mánchester y fue una de las primeras abogadas en realizar las prácticas tutelada por un letrado asesor de Magistrates Courts, el equivalente en Inglaterra y Gales de los juzgados de paz españoles. Una vez completada su formación, empezó a ejercer la abogacía en un bufete privado como especialista en derecho de familia, pero acabó dedicándose a la publicación de libros para poder disfrutar de más tiempo con su joven familia, cada vez más grande. En la actualidad, Elizabeth es la directora de *Family Law*, la publicación de referencia para los profesionales británicos del derecho de familia, y de *International Family Law*, destinada a profesionales de todo el mundo. En 1993 se formó como mediadora familiar en el Institute of Family Therapy de Londres y en 1996 fundó un servicio de mediación en Buckinghamshire bajo los auspicios de la National Family Mediation, donde todavía ejerce. Fue presidenta del UK College of Family Mediators (Colegio Británico de Mediadores Familiares) de 1997 a 1999. En 1990 fue investida magistrada y en la actualidad está al frente del Central Buckinghamshire Family Proceedings Panel (equivalente al juzgado de familia de uno de los partidos judiciales del condado de Buckinghamshire). Es miembro del Thames Valley Family Mediation Council (Consejo de Mediación Familiar de Thames Valley). En 1997 escribió *Working in the Family Justice System: the Official Handbook of the Family Justice Council*, actualmente en su tercera edición. Ha colaborado en muchas otras publicaciones, como *Family Mediation: Past, Present and Future*.

Thelma Fisher fue una de las primeras abogadas del Reino Unido en aplicar el proceso de mediación familiar a las parejas en trámites de divorcio. Antes de ello, se formó y trabajó como asistente social y consejera matrimonial tras licenciarse en Lengua y literatura inglesas en el King's College de Londres. Desde 1981 promueve el ejercicio profesional de la mediación y defiende su lugar en el sistema del derecho de familia. Fundó uno de los primeros servicios de mediación familiar en Swindon y, posteriormente, colaboró en la creación de las primeras publicaciones y cursos de formación sobre mediación familiar cuando impartía clases de asistencia social en la Universidad de Bath. Uno de los aspectos que más le interesan es la influencia que la separación y el divorcio tienen sobre los niños. De 1989 a 1999 fue la directora de la red nacional de servicios del Reino Unido que más adelante se conocería como la National Family Mediation. De 2000 a 2003 fue la presidenta del UK College of Family Mediators (Colegio Británico de Mediadores Familiares). Ha impartido

conferencias sobre la mediación en numerosos países, como Canadá, Noruega, Francia, Bosnia, Croacia, Serbia y la República de Macedonia, y, por supuesto, en el Reino Unido. Ha publicado artículos sobre la mediación familiar en *The British Journal of Social Work*, *Family Mediation* y *Family Law*. Ha dirigido dos ediciones de una obra de referencia sobre la mediación familiar, *Family Conciliation within the UK*, y la edición para el Reino Unido del influyente manual estadounidense de John Haynes, *The Fundamentals of Family Mediation*. También es autora de *National Family Mediation Guide to Separation and Divorce: The complete handbook for managing a fair and amicable divorce*. En 1997 Thelma recibió la Orden del Imperio Británico y en el año 2000 tuvo el honor de convertirse en miembro del King's College de Londres. Tiene tres hijos y dos nietos.

Hilary Woodward se licenció en Sociología y Antropología en la London School of Economics and Political Science y colaboró en numerosos proyectos de investigación del Instituto de Educación de la Universidad de Londres, el Consejo de Investigación Médica y el Instituto de Psiquiatría del King's College de Londres. En 1973 empezó a trabajar para un bufete londinense, donde tomó la decisión de formarse como abogada. En enero de 1982 ingresó como miembro en la Law Society de Inglaterra y Gales (cuyo equivalente en España es el Colegio de Abogados). Fue socia y asesora en el bufete Henriques Griffiths de Bristol hasta junio de 2003, cuando dejó de ejercer en el sector privado. Hilary se formó y trabaja como mediadora familiar en Bristol Family Mediation. Fue miembro de la junta directiva y tesorera honoraria de UK College of Family Mediators (Colegio Británico de Mediadores Familiares) de 2002 a 2008. Desde 2002 ha colaborado en varios estudios de investigación sociojurídicos, primero en la Universidad de Bristol y en la actualidad en la Escuela de Derecho de Cardiff. Es coautora de varios artículos sobre derecho de familia, uno de ellos con Gillian Douglas y Julia Pearce, *A Failure of Trust: Resolving Property Disputes on Cohabitation Breakdown*.

John Ventura es una autoridad sobre los derechos de los consumidores y cuestiones financieras en Estados Unidos. Se licenció en Derecho y Periodismo por la Universidad de Houston. Ha colaborado intensamente con tres bufetes especializados en quiebras, derechos de los consumidores y daños personales en Rio Grande Valley. Autor de ocho libros sobre cuestiones legales y financieras relacionadas con los consumidores y las pequeñas empresas (entre ellos *Derecho para Dummies*); además, escribe habitualmente una columna en una revista empresarial de Texas y todas las semanas presenta un programa de radio sobre asuntos jurídicos. Ha participado en numerosos programas de televisión en canales como CNN, CNN-fn y CNBC, así como en muchos programas de radio locales y nacionales. También es colaborador habitual como experto en un sinfín

de publicaciones, como *Money*, *Kiplinger's Personal Finance Magazine*, *Black Enterprise, Inc.*, *Martha Stewart's Living*, *The Wall Street Journal* y *Newsweek*.

Mary Reed se licenció en Ciencias Políticas en el Trinity College de Washington, D. C. y cursó un máster en Empresas por la Universidad de Boston. Ha redactado para otros autores numerosos libros sobre cuestiones jurídicas y económicas, y colabora habitualmente en las revistas *Home Office Computing* y *Small Business Computing*. Es propietaria de MR_PR, una empresa de relaciones públicas y eventos especiales con base en Austin (Texas). Antes de fundar esa empresa fue vicepresidenta de marketing en una compañía estadounidense de investigación de mercados, directora de marketing y asuntos públicos de una organización de asistencia sanitaria para mujeres y relaciones públicas en una revista regional galardonada con numerosos premios.

Sandy Cartwright, abogada de Austin (Texas) especializada en derecho de familia, participó como colaboradora especial en la versión para Estados Unidos de este libro.

Los adaptadores

Roser Pallerols Vidal (1959) es abogada por la facultad de Derecho de la Universidad de Barcelona. Con despacho propio desde 1991, su especialidad es el derecho matrimonial y de familia, campo en el que ha llevado a cabo una importante labor en el seno del Colegio de Abogados de Barcelona (ICAB), donde desde 1996 es vocal de la Comisión de Relaciones con la Administración y la Justicia y, desde 2000, vocal de la sección de su propia especialidad. Entre 2004 y 2008 ocupó el cargo de secretaria del ICAB de la sección de derecho matrimonial y de familia.

Su experiencia en este campo la ha llevado también a ser profesora en los cursos que organiza el ICAB y en la Escuela de Práctica Jurídica de esta misma institución. Así mismo, es profesora del Máster de derecho de familia y de derecho procesal civil del ICAB. Colaboradora habitual en programas radiofónicos y televisivos, es coautora del libro *El proceso de familia en el Código Civil de Cataluña*, publicado en 2011.

Alejandro Ebrat Picart (Barcelona, 1958) es abogado. Su especialidad es la asesoría jurídica en materia de tributación fiscal tanto de personas como de empresas, labor que lleva a cabo desde el despacho Ebrat Abogados, del que es director. Su experiencia en la materia se ha visto reflejada en varios cursos de Derecho de Familia-tributario en el Instituto Superior de Derecho y Economía. Además, ha ejercido como ponente en el máster de Práctica Jurídica organizado por el Ilustre Colegio de Abogados junto a la Universidad de Barcelona. Fuera del ámbito pedagógico, es secretario en consejos de administración de diferentes entidades mercantiles y responsable del área fiscal en la Comisión de Relaciones con las Administraciones y la Justicia del Ilustre Colegio de Abogados de Barcelona.

Tertuliano solicitado en distintos programas radiofónicos y columnista en diarios y revistas de difusión nacional sobre cuestiones asociadas a la renta y la tributación, Alejandro Ebrat es también autor del libro *Las herencias y sucesiones en Cataluña*, un estudio que echa luz sobre los distintos problemas que la cuestión de las herencias pueden acarrear en esta comunidad autónoma, tanto de tipo familiar como asociados al fisco.

Separación y divorcio para Dummies™

Guía
rápida

Organismos y recursos de ayuda

La siguiente lista de recursos puede ser de gran ayuda a medida que avanza el proceso de divorcio. Tenla a mano (colgada en la puerta de la nevera o en la guía de teléfonos). Puedes buscar los teléfonos de los servicios propios de tu comunidad autónoma o de tu localidad y añadirlos a estas pistas.

Recursos jurídicos y de mediación

- ✓ Ministerio de Justicia – www.mjusticia.es Servicios al ciudadano. Teléfono de atención al ciudadano: 902 007 214 / 91 837 22 95
- ✓ Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad. www.mspes.es
- ✓ Servicios de orientación jurídica de los colegios de abogados
- ✓ Justicia gratuita – www.justiciagratis.es
- ✓ Guía de servicios de mediación por comunidades autónomas: www.poderjudicial.es (Consejo General del Poder Judicial/ Mediación/ Servicios de mediación y/o juzgados que ofrecen mediación)

Recursos económicos

- ✓ Ministerio de Trabajo e Inmigración. www.mtin.es
- ✓ Prestación económica por nacimiento o adopción de hijo, en supuestos de familias numerosas, monoparentales y en los casos de madres discapacitadas: www.seg-social.es//Trabajadores – Prestaciones/ pensiones de trabajadores – Normativa de prestaciones/ pensiones – normas sobre prestaciones familiares
- ✓ Ayudas a víctimas de delitos violentos. Ministerio del Interior. www.mir.es
- ✓ Consejerías que ejerzan la gestión de los servicios sociales de las comunidades autónomas
- ✓ Servicios sociales de las entidades locales

Recursos de apoyo y asesoramiento

- ✓ Webs oficiales de los ayuntamientos, municipios y pueblos de España ordenados por autonomías y por provincias www.vidauna.com/ayuntamientos

Recursos en caso de violencia de género

- ✓ Área de Igualdad del Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad. Área de igualdad/ Violencia de género: www.migualdad.es :
- ✓ Observatorio Estatal de Violencia sobre la Mujer
- ✓ Derechos y servicios:
 - Tel. 016
 - Tel. 900 116 016 para personas con discapacidad auditiva o del habla
 - Teléfonos de información de las comunidades autónomas publicados en la página web del Observatorio Estatal de Violencia sobre la Mujer:
 - Andalucía 900 200 999
 - Aragón 900 504 405
 - Canarias 900 506 968
 - Cantabria 942 214 141

¡El libro sobre separación y divorcio para todos!

Separación y divorcio para Dummies™

Guía
rápida

- Castilla-La Mancha 900 100 114
- Castilla y León 900 333 888
- Cataluña 900 900 120
- Ceuta 900 700 099
- Comunidad Valenciana 900 580 888
- Extremadura 112
- Galicia 900 400 273
- Islas Baleares 971 715 116
- La Rioja 900 711 010
- Madrid 012
- Melilla 952 699 214
- Navarra 948 206 604
- País Vasco 900 840 111
- Principado de Asturias 112
- Región de Murcia 968 357 244/620

- ✓ Web de recursos de apoyo y prevención ante casos de violencia de género (WRAP)
- ✓ Asimismo puedes encontrar más información en los centros de atención a la mujer autonómicos y locales, en las oficinas de atención a las víctimas del delito en las sedes de los juzgados y en los servicios de orientación jurídica de los colegios de abogados
- ✓ Ayudas económicas de las comunidades autónomas

El divorcio en dos palabras

Al negociar un acuerdo de divorcio te enfrentas a una serie de decisiones complicadas. En la mayoría de los casos, las preguntas básicas que tienes que hacerte son:

- ✓ ¿Dónde vais a vivir tú y tus hijos después?
- ✓ ¿Con quién vivirán los niños? ¿Te ocuparás de su atención a diario?
- ✓ Si acordáis que los niños se vayan a vivir con uno de los dos, ¿cómo mantendrán el contacto con el otro progenitor?
- ✓ ¿Se aplicará un plan de parentalidad? Si es así, ¿qué incluye?
- ✓ ¿Quién pagará la pensión de alimentos de los hijos?
- ✓ ¿Qué importe tendrá dicha pensión?
- ✓ ¿La pensión de alimentos establecida en favor de los hijos incluye cosas como la paga, el seguro médico privado, la matrícula escolar y otros extras, como las clases particulares o las clases de música?
- ✓ ¿Cuánto tiempo se debe pagar la pensión de alimentos?
- ✓ ¿Hay que pagar una pensión compensatoria? Si es así, ¿a quién y cuánto?
- ✓ ¿Cuánto tiempo se debe pagar la pensión compensatoria?
- ✓ ¿Tengo derecho a otras prestaciones de carácter económico o patrimonial?
- ✓ ¿Qué bienes tenéis?
- ✓ ¿Qué deudas tenéis?
- ✓ ¿Cómo se van a dividir los bienes (casa, coches, pensiones) y cómo se va a repartir el pago de las deudas?

¡El libro sobre separación y divorcio para todos!

Introducción



Te damos la bienvenida a la primera edición de *Separación y divorcio para Dummies*. Hoy en día es muy común que las parejas se divorcien, pero no sólo las que se han casado. Desde el año 2005, las parejas del mismo sexo pueden contraer matrimonio, aunque se habla de “disolución” en lugar de “divorcio” cuando ponen fin a su unión mediante un proceso semejante. Además, cada año son más las parejas que viven juntas sin haberse casado; llegado el caso, su separación, a pesar de no regirse por la legislación sobre el divorcio o la disolución, tendrá consecuencias emocionales y económicas no sólo para los miembros de la pareja, sino para sus hijos.

La mayoría de las personas no sabe qué hacer cuando siente que su relación se va a pique. Muchas parejas se ven desbordadas por la confusión, la ira, el temor y el resentimiento, y les entra pánico al pensar en los cambios que se producirán en su vida (y en la de sus hijos). Debido a ello, acaban cometiendo graves errores emocionales y económicos que podrían haber evitado si hubieran tenido a su alcance más información fácil de entender. Otras personas convierten lo que podría haber sido una ruptura amistosa en una lucha encarnizada; de este modo, sólo consiguen poner fin a su relación con amargura, rabia y muchos menos recursos económicos que antes, precisamente cuando menos les conviene.

Sin embargo, el divorcio (y siempre nos referimos también a separación legal y disolución de la pareja) no debe acabar necesariamente con un ganador y un perdedor, ni con una abultada factura de abogado. Este libro trata sobre lo que debes hacer antes de divorciarte, durante el proceso de divorcio y cuando ya sea efectivo. Además, muchos de los consejos y advertencias pueden aplicarse a las parejas que viven juntas, sobre todo en lo relativo a los hijos. Con la información, las herramientas y los consejos adecuados (sin olvidar una actitud positiva), tú y tu pareja podréis llegar a un acuerdo sobre las condiciones de vuestra separación con un mínimo de gastos, estrés y malestar emocional. Este libro te explicará cómo conseguirlo.

Por qué necesitas este libro

Si hojeas este libro, descubrirás lo siguiente:

- ✓ Lo que debes hacer en primer lugar para presentar una demanda de divorcio

- ✓ Los puntos básicos del derecho de familia y de la legislación sobre el divorcio (lo cual no elimina la conveniencia de consultar con un abogado)
- ✓ Los factores que debéis tener en cuenta a la hora de plantearos quién se ocupará de los niños, quién pagará su manutención o cómo os repartiréis los bienes conjuntos
- ✓ Los errores que debes evitar y las claves para negociar con éxito
- ✓ Consejos para encontrar a un abogado que no sólo sea competente, sino también asequible
- ✓ Sugerencias para mantener a raya los sentimientos y los gastos jurídicos, cómo utilizar la mediación y otros métodos pacíficos para que el proceso de divorcio sea lo más amistoso posible
- ✓ Ideas para reducir al mínimo los efectos negativos que el divorcio podría tener en tus hijos y para comenzar una vida nueva por tu cuenta
- ✓ Si perteneces al reducido grupo de personas que inician un divorcio contencioso y que deben resolver las diferencias en los tribunales, este libro te preparará para esa experiencia judicial.

Suposiciones infundadas

Dado que estás leyendo este libro, nos imaginamos que te has dado cuenta de que tu matrimonio se enfrenta a numerosos problemas que parecen irresolubles y crees que quizá divorciarte sea la mejor opción. Puede ser que ya te hayas separado y estés a punto de emprender acciones legales para poner fin a tu matrimonio. No vamos a tratar las razones por las que debes o no divorciarte, ya que es a ti a quien te corresponde tomar esa decisión. Sin embargo, te diremos por dónde debes comenzar y cómo debes llevar adelante el proceso de divorcio, de manera que puedas sortear los altibajos (algunos, no en su totalidad).

De todos es sabido que el derecho tiene una jerga muy específica e impenetrable, que a veces resulta imposible de comprender a menos que te dediques a la abogacía (y ni aun así). La legislación sobre el divorcio está plagada de palabras crípticas, pero el libro está repleto de definiciones y explicaciones. Además, al final hay un glosario al que siempre puedes recurrir. Pero no te ahorraremos los términos precisos, ya que tarde o temprano topará con ellos y es mejor que los conozcas y te familiarices con ellos. Alguien dijo en una ocasión que la primera vez que vas en barco te da vergüenza pronunciar palabras como “popa” o “estribor”, pero que acabas usándolas ya que a nadie parece sorprenderle que lo hagas. No te preocupes, tú también te acostumbrarás a estos términos jurídicos. Por otra parte, hay bastantes abogados partidarios de

utilizar un lenguaje más sencillo, lo cual es muy positivo.

La organización de este libro

Hay dos maneras de usar este libro. Puedes leerlo de cabo a rabo, sin saltarte ninguna parte, o bien puedes consultarlo cuando necesites encontrar una respuesta para una cuestión en concreto o cuando desees saber algo más sobre cierto aspecto. Para facilitarte la lectura, está organizado en seis partes.

Parte I: Problemas en el paraíso

Esta parte del libro te ayuda a prepararte para afrontar un matrimonio con graves problemas y expone las opciones de las que dispones cuando la relación hace aguas. Te explica también lo que debes hacer para recopilar información sobre las cuentas y las posesiones de la familia y mejorar tu competencia contable antes de divorciarte. Otro aspecto que se aborda en esta parte es el derecho de familia y la legislación sobre el divorcio, así como las responsabilidades de los padres hacia los hijos. Por último, se dedica un capítulo a la separación, ya sea como último recurso para salvar el matrimonio o como preludio del divorcio.

Parte II: Los preliminares del divorcio

La segunda parte de *Separación y divorcio para Dummies* te explica cómo prepararte para el proceso de divorcio. Además, no sólo incluye consejos concretos para el cónyuge que emprende los trámites, sino también para el cónyuge que recibe las malas noticias. Un capítulo entero trata sobre el doloroso trance de decirles a tus hijos que sus padres van a dejar de vivir juntos, y te indica lo que puedes hacer para que sufran lo menos posible durante el proceso de divorcio. Al final de esta parte hallarás algunos consejos que te ayudarán a asimilar los sentimientos que lógicamente experimentas y a enfrentarte a la reacción de los amigos y la familia.

Parte III: Decisiones y más decisiones

Cuando haya comenzado el proceso de divorcio o separación, tendrás que tomar decisiones muy importantes (y difíciles): ¿quién pagará y quién recibirá la pensión compensatoria?, ¿dónde vivirán los niños?, ¿cómo haréis para que mantengan el contacto con ambos progenitores ahora que vivís en domicilios diferentes?, ¿quién pagará la manutención de los hijos?, ¿cómo os repartiréis los bienes matrimoniales?... No debes tomarte a la ligera estas preguntas, pero puedes tener la tranquilidad de que te resultará más fácil responderlas después de leer los capítulos de esta parte.

Parte IV: Los términos del acuerdo de divorcio

Esta parte del libro es de lectura obligada, tanto si tú y tu cónyuge negociáis entre vosotros las condiciones del divorcio como si contratáis cada uno a un abogado que se encargue de hacerlo. Aquí descubrirás las ventajas y los inconvenientes de negociar el divorcio por vuestra cuenta y entenderás por qué aconsejamos recurrir a la mediación para resolver las discrepancias. También trataremos el asunto de encontrar a un abogado con honorarios asequibles y lo que debes esperar de él, así como lo que el abogado espera de ti. Si recurrís a los tribunales para negociar el divorcio, el último capítulo de esta parte os dirá lo que puede suceder antes del juicio, durante la vista y después de que el juez dicte sentencia y queden establecidas las condiciones.

Parte V: Se acabó el divorcio

Una vez finalizado el proceso de divorcio, todavía quedarán pendientes ciertas cuestiones económicas y de papeleo. Además, de ahora en adelante tendrás que arreglártelas por tu cuenta. Podría surgir algún problema relacionado con el acuerdo de divorcio, o quizá tu cónyuge incumpla el mandato judicial, o incluso se niegue a pagar la pensión compensatoria o la manutención de los hijos. Esta parte te sugiere lo que debes hacer ante estos y otros contratiempos que suelen producirse tras el divorcio. Por último, hay un capítulo que explica la importancia de los acuerdos prematrimoniales y posmatrimoniales, para que lo tengas en cuenta en caso de que vuelvas a casarte.

Parte VI: Los decálogos

El primer capítulo de esta parte te explica lo que debes hacer para ayudar a tus hijos a asimilar las consecuencias del divorcio. El segundo te ofrece consejos prácticos para dejar atrás el divorcio y seguir adelante con tu vida y, por último, el tercero te ayuda a establecer y mantener con tu ex cónyuge una relación que os satisfaga a ambos.

Parte VII: Apéndices

A medida que avances en la lectura de este libro, encontrarás varios términos que quizá no conozcas, por lo que incluimos al final un práctico glosario de fácil consulta. Asimismo, te proporcionamos una lista con páginas web o direcciones o teléfonos que puedes consultar para encontrar más información o ayuda.

Iconos utilizados en este libro



Este icono hace referencia a algo especialmente útil que puede ahorrarte tiempo, dinero o energía durante el proceso de divorcio.



Toma nota de lo que te indique este icono, ya que llama la atención sobre algún punto que tendrás que tener presente a medida que avances en el proceso de divorcio.



Detente y lee esta información para evitar los errores y riesgos más comunes del divorcio.



Si eres de las personas que disfrutan informándose a fondo sobre un tema, presta atención a los datos a los que apunta este icono.



Este icono hace referencia a situaciones reales, comentadas incluso en las noticias, que harán que te des cuenta de que no eres la primera persona que pasa por esto.

Y ahora, ¿qué?

No es fácil superar el proceso de divorcio, pero hemos hecho todo lo que estaba en nuestras manos para proporcionarte la información que necesitas con el objetivo de que sea lo más llevadero posible. Sin embargo, igual que sucede con cualquier cuestión jurídica, debes hablar con un abogado antes de tomar una decisión importante, ya que las leyes cambian con el paso del tiempo y necesitas disponer de información actualizada.

Parte I

Problemas en el paraíso



—ES MI MUJER... ¡QUIERE DIVORCIARSE!

En esta parte...

Si tu matrimonio está pasando por un mal momento y crees que la única salida es ponerle fin, encontrarás aquí todas las indicaciones necesarias para saber cómo prepararte para el proceso de divorcio. Dado que algunas personas no pueden considerar la opción de divorciarse, tratamos también ciertas cuestiones relacionadas con el matrimonio. Además, incluimos información sobre lo que debes hacer si eres víctima de violencia doméstica.

Te proporcionamos consejos muy útiles para poner en orden tu economía (tanto si te divorcias como si no) y un resumen de tus derechos y obligaciones legales durante la tramitación. También hallarás información básica sobre el derecho de familia, en general, y sobre la legislación y el proceso de divorcio, en particular. Esta parte finaliza con un capítulo sobre la separación, a la que puedes recurrir como último recurso para salvar el matrimonio o bien como preludio (o alternativa) al divorcio.

Capítulo 1

Orientarse en la encrucijada del divorcio

En este capítulo

Requisitos legales básicos

El cuidado de los hijos

Decisiones sobre la vivienda, el dinero, las pensiones y las posesiones

Quién puede ayudarte

Tu nueva vida después del divorcio

La palabra “divorcio” significa literalmente ‘girar’, ‘dar la vuelta’. Quizá contemples la posibilidad de “darte la vuelta” para alejarte de tu cónyuge o te enfrentes a las consecuencias de que tu pareja haya tomado esta decisión. No sería disparatado considerar el divorcio como un reflejo negativo del matrimonio. Divorciarse significa desmontar, pieza por pieza, todas las cosas que tú y tu cónyuge construisteis durante vuestros años juntos. En el divorcio, se llevan a cabo las mismas acciones que al casarse pero a la inversa: desdecirse de las promesas, comunicar a los familiares una noticia desagradable, materializar el fin y no el principio de la relación, quizá vender la casa que comprasteis con tanto esfuerzo y compartir el cuidado de los hijos que concebisteis con tanta ilusión.

Sin embargo, puedes analizar tu situación desde un punto de vista más positivo. Piensa que sujetas entre tus manos un espejo durante una gran crisis vital. Con este espejo ante ti y este libro al alcance, podrás ver cómo la expresión de tu cara cambia de la incertidumbre a la determinación y la confianza. Para superar un divorcio enfrentándote al menor número de dificultades posible, necesitas contar con información clara y una actitud optimista. Creemos que este enfoque resume las páginas que hemos escrito. Sin embargo, no te negaremos que el divorcio podría afectarte profundamente, razón por la que en el [capítulo 9](#) mencionamos varias formas para que te cuides a medida que avanzas por sus diferentes etapas.

El divorcio es un proceso

Al igual que la mayoría de las crisis, un divorcio es un proceso, no un acontecimiento. Tiene un principio, un desarrollo y, afortunadamente, un

desenlace. Este libro es una especie de mapa para que te orientes en la encrucijada del divorcio, desde el momento en que decides que tu relación está en peligro hasta el momento en que finalmente te has divorciado, con ejemplos para que te enfrentes a los cambios que se producirán en tu nueva vida. Como cada persona es un mundo, planteamos varios caminos diferentes. Este capítulo te permite contemplar el paisaje a vista de pájaro para que elijas por dónde deseas comenzar.

No siempre evitaremos las palabras más técnicas (consulta el glosario incluido al final del libro si no entiendes el significado de algún término) y tampoco te ocultaremos los obstáculos a los que te enfrentarás y las difíciles decisiones que deberás tomar. No obstante, te explicamos cómo evitar los problemas innecesarios y te advertimos sobre los dilemas que se encuentran ante ti. Por mucho que intentes evitarlo, siempre llegará un momento en que tengas que tomar una decisión, y debes saber a lo que te enfrentas.

En los casos en que sea posible, te aconsejamos que optes por un divorcio de mutuo acuerdo, pero sabemos que en ocasiones es difícil y puedes acabar en los juzgados con un divorcio contencioso (consulta el [capítulo 5](#)). Una de nuestras abogadas preferidas es una excelente mediadora, pero si representa a una persona en un juicio puede ser implacable. Por esta razón, al hablar de tu divorcio, no somos ni superficiales ni cínicos, sino que intentamos ser realistas por lo mucho que significa para ti.

Lo más importante: la legislación

Las consecuencias legales del matrimonio y del divorcio cambian tu estado civil. Para el Estado, cuando contraes matrimonio, dejas de ser una persona soltera y te conviertes en una persona casada, pero con el divorcio cambias de nuevo tu condición. No obstante, sólo un juez puede revertir tu estado civil de casado a divorciado o a soltero. Dado que contrajiste una serie de responsabilidades al casarte, la legislación determina una serie de procedimientos judiciales establecidos y numerosos documentos que garantizan que aportarás al juez toda la información necesaria para que el divorcio se lleve a cabo en los términos más justos para ti y para tu cónyuge. En caso de que tengáis hijos, la ley también los protege, por lo que la legislación sobre el divorcio está vinculada al derecho de familia.

La legislación sobre el divorcio

En el año 2005 se reformó la ley española del divorcio de tal manera que ahora es mucho más ágil todo el procedimiento para poner fin a un matrimonio. Eso lo hace más rápido y más barato, que también es importante.

Desde esa reforma (julio de 2005), para solicitar la separación judicial o el divorcio basta con que hayan transcurrido tres meses desde la celebración del matrimonio, de modo que ya no es necesario (como antes) solicitar la separación judicial primero y esperar para obtener el divorcio.

No obstante, si se da una situación de violencia del cónyuge o de los hijos, no se exige ni siquiera ese plazo de tres meses para poder solicitar la separación o el divorcio.

Por otro lado han desaparecido las causas de separación, o de divorcio, de manera que ya no es necesario justificar ninguna causa para acometerlos, sino que es suficiente que tú o tu cónyuge queráis separaros o divorciaros. Recuerda: no tienes que justificarte ni dar buenas razones.

Los [capítulos 4 y 5](#) exponen en detalle los aspectos legales del matrimonio y del divorcio.

Lo más importante son los hijos

Aunque una pareja se separe, se divorcie o ponga fin a la convivencia, sus miembros nunca dejarán de ser padre o madre para sus hijos. No olvides que tus hijos tienen unos derechos y unas necesidades básicas, como son la alimentación, el vestido y la higiene, el alojamiento, el cuidado de su salud, la educación y la continuidad de la relación con sus progenitores. No tienen por qué perder esos derechos a causa de los problemas de sus padres, ni siquiera si llegáis a separaros o divorciaros.

La unión estable de pareja

Matrimonio y unión estable de pareja son dos realidades diferentes desde el punto de vista legal . En consecuencia , las leyes no ofrecen las mismas obligaciones ni los mismos derechos a las personas que han optado por el uno o la otra; tampoco cuando la relación se rompe.

Si no estáis casados sino que formáis una pareja estable (registrada como tal) podéis poner fin a vuestra unión recurriendo a los juzgados, mediante un proceso semejante al divorcio.

En España no existe una ley común que regule las uniones estables de pareja, sino que esta regulación se lleva a cabo por las diferentes comunidades autónomas. En la actualidad, son doce las comunidades autónomas que han aprobado una ley sobre parejas estables: Andalucía, Aragón, Asturias, Baleares, Canarias, Cantabria, Cataluña, Extremadura, Madrid, Navarra, País Vasco y Valencia, si bien todas las comunidades autónomas disponen de un registro de parejas estables.

En la actualidad, ya no se habla de los “derechos de los padres”, sino de las “responsabilidades de los padres”. Las responsabilidades sobre vuestros hijos,

de las que no podréis desentenderos tras el divorcio, y que son el principal motivo de discordia en el proceso, están por encima de vuestros derechos como padres. La ley va en la dirección de que cuando se produce una separación o divorcio sean los progenitores los que decidan por sí mismos cómo van a continuar ejerciendo la responsabilidad parental sobre sus hijos, el lugar en el que vivirán (*su domicilio*), la forma en la que mantendrán contacto con el progenitor con el que no vivirán y el modo en que los progenitores atenderán las necesidades de los hijos comunes. Si tú y tu cónyuge no sois capaces de alcanzar un acuerdo sobre cómo seguiréis tras el divorcio compartiendo las responsabilidades sobre vuestros hijos, será el juez quien decidirá —en beneficio de los hijos menores de edad y en función de lo que establezca la ley— cómo se ejercerán tras el divorcio esas responsabilidades.

Separarse cuando no ha habido matrimonio

Puede que hayas decidido consultar este libro porque crees que tu relación es un matrimonio de hecho, es decir, que aunque tú y tu pareja no os habéis casado, la circunstancia de convivir durante mucho tiempo y tener hijos es semejante a un matrimonio, y que si os separáis las consecuencias serán las mismas. Sin embargo, la ley no lo ve así. Desde el punto de vista legal, no tenéis los mismos derechos y responsabilidades que las personas casadas. A pesar de ello, los hijos reciben el mismo tratamiento tanto si estáis casados como si no, y muchos capítulos de este libro te ayudarán a resolver tus dudas. Puedes consultar en el capítulo 4 todas las cuestiones relativas a la unión de pareja estable o recurrir a un abogado experto en el tema para recibir consejo.

Las consecuencias, tanto personales como patrimoniales, de formar una pareja estable se pueden determinar por acuerdo entre los miembros de la pareja, ya sea de forma verbal o en documento privado o público. Y en esos acuerdos se pueden incluir tanto aspectos relacionados con la convivencia como aquellos relacionados con la separación; no obstante, nunca se puede acordar algo que vaya contra las leyes ni renunciar a derechos establecidos.

Diferencias en las leyes españolas

Debes saber que si bien el procedimiento judicial para solicitar la separación, el divorcio o la nulidad es común en todo el territorio español, las comunidades autónomas tienen potestad para legislar en materia de derecho de familia, de tal modo que, si bien las cuestiones que deberán tratarse en caso de tu separación o divorcio son las mismas, en términos generales, sea cual sea la comunidad autónoma en la que vivas, existen particularidades en los diferentes territorios. Cualquier abogado especializado en separaciones y divorcios conocerá esos detalles y sabrá explicarte en qué te afectan.

Comenzar el proceso de divorcio

Lo más probable es que si hubieras podido salvar tu matrimonio, lo habrías

hecho. Si no tienes la plena seguridad de que lo que deseas (o de que lo único que puedes aceptar) es divorciarte o separarte, te conviene empezar a leer desde el [capítulo 2](#). En él encontrarás algunos consejos útiles para intentar mejorar tu relación si todavía puedes salvarla, o por lo menos para asegurarte por completo de que su fin es inevitable. Verás que hay alternativas al divorcio, como la separación; pero no tomes decisiones apresuradas; es importante que recuerdes que, salvo que existan malos tratos, no debes abandonar el hogar sin antes tener muy claras las consecuencias; puedes conocerlas mejor leyendo el [capítulo 6](#).

Los [capítulos 4](#) y [5](#) recogen las cuestiones legales previas a emprender el divorcio. Y si ya has llegado a la conclusión de que tu relación ha acabado, de que no hay marcha atrás y de que deseas emprender acciones legales para poner fin al matrimonio, lee a fondo el [capítulo 7](#), que te encauzará en el proceso, con consejos que van desde cómo decirle a tu cónyuge que todo ha terminado hasta cómo echar cuentas para determinar la situación económica de la familia y saber cómo se verá afectada por la separación.

Te aconsejamos que te preocupes por la seguridad de todos. Cuando una relación se deteriora, puede ser la consecuencia o el origen de malos tratos. En cualquiera de los dos casos, lo primero es tu seguridad, la de tu cónyuge y la de tus hijos. El [capítulo 2](#) te indica cómo y dónde encontrar ayuda cuando en tu hogar se corre el riesgo de sufrir malos tratos. Atrás han quedado los días en que lo que sucedía en la intimidad del hogar sólo era asunto de la familia. En la actualidad, la policía trata la violencia de género y doméstica como un delito y se lo toma muy en serio.

El fin de tu relación puede desencadenar sentimientos muy intensos, como resentimientos y miedo ante la posible desaparición de tu seguridad, y hacer que tu estado de ánimo se des controle. Tus hijos probablemente se darán cuenta de lo que está sucediendo aunque no sean el blanco de tus accesos de ira. El [capítulo 2](#) te indicará los pasos que debes dar para protegerte a ti y a tus hijos.

Orientarse en el proceso de divorcio

Una vez que le hayas comunicado a tu cónyuge cómo están las cosas, que te hayas informado sobre vuestra situación económica y hayas establecido las expectativas que ambos albergáis para después del divorcio, tu cónyuge y tú debéis decidir cómo deseáis separar vuestras vidas. Las cosas más importantes que debéis repartiros se clasifican en las siguientes cuatro categorías:

- ✓ **El dinero**, y eso incluye las deudas
- ✓ **La vivienda, u otros inmuebles** si las tenéis en propiedad

- ✓ **Las posesiones**, desde el coche hasta los discos
- ✓ **Los hijos**, si tenéis

Trataremos en detalle cómo abordar estas cuestiones, aunque no nos explayaremos con las posesiones (como cuadros o discos). Cuando repartáis estos objetos podrías sentir que se te desgarran el corazón, pero a la larga siempre te queda la opción de sustituirlos. Quizá tengáis otros objetos de valor, como coches, un negocio u otras propiedades. Si tu régimen económico matrimonial es el de gananciales, todo lo que poseyerais conjunta o separadamente durante el matrimonio se considera propiedad de ambos. Si tu régimen económico matrimonial es el de separación de bienes, pertenecen a cada cónyuge los bienes que tuvieses en el momento de casarte y los que después hayas adquirido por cualquier título. Así pues debéis tenerlo en cuenta al realizar vuestros cálculos. El [capítulo 3](#) te ayuda a determinar lo que tenéis y lo que debéis; y el [capítulo 11](#) te aconseja sobre cómo repartir vuestras posesiones.

El lado económico del divorcio

Cuando te propongas determinar tu situación económica, no debes considerar cada elemento por separado. Incluimos sueldos, pensiones, viviendas, hipotecas, activos y deudas en apartados diferentes, ya que las opciones de las que disponéis para repartirlos son diferentes, pero debes considerarlos en su conjunto cuando los analices en el marco de vuestra situación económica. Toda la información que recojas sobre lo que ganáis, lo que poseéis y lo que debéis te ayudará a formarte una idea general sobre lo que tenéis que contar o no a la hora de hacer el reparto. La información que encontrarás en el [capítulo 11](#) te permitirá hacerte una idea muy precisa de tu situación económica. El [capítulo 12](#) trata sobre la pensión compensatoria y si es aplicable a vuestra situación en concreto y, en caso de que así sea, quién la pagará, quién la recibirá y su importe.



No olvides estas cuestiones cuando consideres la posibilidad de separar vuestros recursos financieros:

- ✓ Piensa en tu capacidad futura para correr con los gastos de la casa antes de decidir qué hacer con ella.
- ✓ Piensa en tu nivel de ingresos futuro antes de llegar a un acuerdo sobre las pensiones.
- ✓ Recuerda tener en cuenta tus deudas y compromisos al considerar tus

ingresos actuales.

- ✓ Tómate tu tiempo para sopesar la repercusión de tus decisiones sobre la pareja y sobre tus ingresos y piensa en cuánto dejarás de percibir cuando dejéis de estar juntos.

Los [capítulos 7, 11, 14, 16 y 17](#) te indican cómo combinar los diferentes elementos que definen tu situación económica para obtener una idea general de tus finanzas antes del divorcio y después de él. El 14, además, te orienta sobre cómo negociar con sentido común con tu cónyuge para reducir los gastos en ayuda profesional.



Si tras el divorcio tus ingresos disminuyen mucho, puedes recibir ayuda del Estado en forma de prestaciones y subvenciones (consulta los [capítulos 7 y 15](#)). También puedes recibir asistencia letrada durante el proceso de divorcio. El [capítulo 15](#) te indica lo que cubre y los requisitos que debes cumplir para solicitarla.

El cuidado de los hijos

Si tenéis hijos que todavía no han llegado a la edad adulta, no pienses que el fin del matrimonio significa el fin de la familia. Los niños pequeños pueden seguir pensando en su familia tal como era antes del divorcio y soñar que todavía estáis juntos aunque no sea así. En la década de los setenta, se creía que el divorcio afectaba negativamente a los hijos. No obstante, cientos de estudios fidedignos sobre los efectos del divorcio y la separación en los hijos han demostrado que “todo depende”.

En líneas generales, las investigaciones indican que los hijos están más expuestos a sufrir daños en su bienestar, autoestima, felicidad y perspectivas de futuro si presencian continuamente vuestras disputas, sobre todo si no lográis resolver las discrepancias y los niños piensan que es culpa suya. Si tú y tu cónyuge podéis colaborar manteniendo una relación afectuosa con los hijos, los informáis adecuadamente sobre lo que sucede, los escucháis y los apoyáis lo mejor que podáis en cuestiones prácticas y económicas, a pesar de toda la tensión que estáis sufriendo, conseguiréis que éstos salgan adelante. No se sentirán especialmente felices mientras las cosas están cambiando (a nadie le gustan los cambios que están fuera de su control), pero podrán superarlo.

Lo que piensan los niños

Como ya hemos dicho, a los hijos les afectará más o menos el divorcio según cómo lo llevéis tú y tu cónyuge. A continuación verás dos ejemplos muy diferentes de lo que pensaban varios niños sobre su nueva vida, en el marco de un estudio realizado por Carol Smart en la Universidad de Mánchester:

- ✓ Una adolescente de 15 años que se fue a vivir con su madre tras el divorcio declaró lo siguiente: "Me imagino lo que es tener unos padres geniales... pero no es el caso de mi familia. Es muy estresante, porque no nos llevamos bien". Al contar que vive con su madre, su nueva pareja y el hijo que han tenido juntos, afirma: "Ella no me escucha y él se mete conmigo", y finaliza diciendo: "Soy una persona más en la casa, como una inquilina".
- ✓ En cambio, un niño de 8 años relata lo siguiente sobre su familia separada: "Me lo paso bien, siempre nos estamos riendo. Ahora tenemos un gato y un jardín. Mi madre está mucho más contenta y mi familia es como cualquier otra. Estuvo bien que mis padres se separaran, porque solían pelearse mucho. Es mucho mejor ahora, muchísimo mejor. Me lo paso bien con mi madre y con Mel, y a mi padre lo veo en Londres y nos llama por teléfono a menudo".



Si te preocupas porque constatas que tus hijos se sienten desconcertados, infelices y divididos entre tú y tu cónyuge, puedes proponerles que hablen con alguien ajeno a la familia durante el divorcio. Consulta en el [capítulo 8](#) las formas en que puedes ayudar a tus hijos mientras dure el proceso.

Los [capítulos 8](#), [10](#) y [13](#) te brindan información sobre cómo tomar decisiones cuando afectan a los hijos, así como lo que tú y tu cónyuge podéis hacer si no sois capaces de llegar a un acuerdo satisfactorio sobre vuestros hijos y debéis ir a juicio. En estas circunstancias, un miembro del equipo técnico judicial podrá ayudar al juez a tomar una determinación sobre los asuntos que afectan a los niños. Consulta en el [capítulo 18](#) cómo llevar adelante el divorcio siguiendo los procedimientos judiciales.

La educación de los hijos es muy cara. El [capítulo 13](#) trata sobre la manutención de los hijos, aunque todos los factores asociados al dinero y a las propiedades les afectan. Esforzaos por aprovechar al máximo vuestros recursos para el beneficio de los niños en lugar de gastarlo todo enfrentándoos. Si tenéis siempre en cuenta los intereses de vuestros hijos durante el divorcio podréis protegerlos, en la medida de lo posible, de situaciones de precariedad.

La ayuda que necesitas

Hay muchísimas personas dispuestas a echarte una mano para que salgas

adelante, por ejemplo:

- ✓ **Mediadores de familia.** El trabajo de un mediador consiste en trabajar conjuntamente con los dos cónyuges. La característica específica de la mediación es que mantiene abiertas las vías de comunicación entre la pareja. Si todavía sois capaces de comunicaros, podréis resolver juntos el problema. Conseguiréis mejores condiciones si, en lugar de subir el puente levadizo y lanzaros aceite hirviendo, decidís colaborar.

Al resolver los problemas conjuntamente no sólo reduciréis los gastos en abogados, sino que, si tenéis hijos, podréis seguir manteniendo una relación de padres. Muchas veces, las discusiones acaloradas sobre los hijos pueden resolverse en una sola sesión de mediación, ya que es probable que te des cuenta de que las palabras de tu cónyuge reflejan tus propios miedos, como “Temo perder a los niños”. El [capítulo 16](#) te explica lo que hacen los mediadores, cómo pueden ayudarte y cuándo no es recomendable recurrir a ellos. La mediación es eficaz para ayudar a que las parejas en trámites de divorcio lleguen a un acuerdo rápidamente reduciendo los enfrentamientos al mínimo.

- ✓ **Abogados.** A los jueces especializados en derecho de familia no les suelen gustar los abogados belicosos. Los [capítulos 15](#) y [17](#) te ayudan a elegir a un abogado y a colaborar para conseguir un divorcio lo más justo y ecuánime posible, centrado en las necesidades de los hijos, en caso de que tengáis.

El trabajo de tu abogado consiste en darte asesoramiento legal personalizado, por lo que debe representarte un abogado diferente del de tu cónyuge. También debe guiarte por las distintas etapas, pero siempre respetando tus deseos a lo largo del proceso de divorcio. Tu abogado debe proporcionarte toda la información y asesoramiento necesarios para que decidas tu futuro, pero eres tú quien toma la decisión final. Asimismo, te indicará otras formas de ayuda si te hace falta y, en caso necesario, te preparará y te apoyará si vais a juicio. El [capítulo 18](#) te explica lo que debes hacer si lleváis vuestro caso a los tribunales.

- ✓ **Equipo técnico judicial.** Si tenéis hijos y lleváis el divorcio a los tribunales, es probable que entréis en contacto con el equipo técnico judicial. Los miembros que integran este equipo son profesionales que estudian las necesidades de los hijos e informan al juez al respecto para ayudarlo en la toma de decisiones. Es probable que el juez os ponga en contacto con un miembro del equipo técnico judicial si desea conoceros mejor a vosotros y a vuestros hijos antes de llegar a una conclusión. El [capítulo 18](#) contiene más información sobre esta fase del divorcio.
- ✓ **Jueces.** Cualquier tipo de juez tiene en la actualidad formación específica

en derecho de familia. Probablemente te habrás imaginado a los jueces de mil maneras diferentes, pero por lo general son muy comprensivos y cuentan con una amplia experiencia y conocimientos sobre el tema. No obstante, también pueden ser tajantes y severos cuando se encuentran ante un caso de malos tratos o violencia. El [capítulo 18](#) te explica la función que desempeña un juez en el proceso de divorcio.

Nuevos horizontes

Una vez que se haya emitido la sentencia de divorcio, empieza una nueva etapa de tu vida. El [capítulo 19](#) te explica cómo retomar las riendas de ésta, quizá buscando otro trabajo, descubriendo una nueva afición o pasando más tiempo con tus hijos. Sin embargo, aunque la sentencia sea definitiva, es posible que todavía tengas que emprender algunas acciones para poner en práctica tus decisiones. El [capítulo 20](#) te explica todos los detalles, incluida la manera de resolver los problemas constantes que surgen tras el divorcio.

Tu vida no se acaba si tu matrimonio se rompe, por lo que en cierto momento podrías plantearte la posibilidad de comenzar una relación. Quizá te asuste la idea porque crees que, como tu matrimonio no funcionó, eres incapaz de mantener una relación. Sin embargo, nada más lejos de la realidad. Consulta la [parte V](#) cuando sientas que es el momento de pasar página. El [capítulo 22](#) te ayudará a conseguir lo mejor para tus hijos. Si buscas consejo sobre cómo seguir adelante tras el divorcio y evitarlo la próxima vez, consulta los [capítulos 23 y 24](#). Si te planteas casarte de nuevo, el [capítulo 21](#) te ayuda a poner por escrito tus expectativas (en la forma de acuerdos prematrimoniales y posmatrimoniales).

Conseguir que todas las piezas de tu nueva vida familiar encajen unas con otras puede parecerte una tarea abrumadora, sobre todo si en tu nuevo hogar se juntan hijos de dos (o más) matrimonios anteriores. Tampoco es fácil encontrar una expresión que defina tu nueva vida, como “de nuevo soltero o soltera”, “familia monoparental” o incluso “familia reconstituida”, aunque ninguno de estos términos refleja todas las posibilidades. Sin embargo, tu nueva vida poco a poco irá cobrando forma y al final acabarás pensando “¿Cómo conseguí superarlo?”, porque eso es lo que habrás hecho.

Prepararse para el divorcio

Y ahora, ¿cuál es tu principal preocupación? ¿Quieres pedirle a tu cónyuge que se vaya de casa? ¿Necesitas desesperadamente a alguien con quien hablar? ¿Es el dinero, o su falta, lo que más te importa? ¿Todavía no tienes claro si el divorcio es el camino que debes tomar? Róble un poco de tiempo a tu rutina

diaria para analizar con calma tu situación. Sea cual sea el problema que te inquieta, ése será tu punto de partida. La guía rápida que hallarás al principio del libro te proporciona los detalles de varias organizaciones que pueden ayudarte, ya sea para encontrar a un abogado o terapeuta que hable contigo o con tus hijos. También puedes utilizar este libro para decidir qué debes hacer en primer lugar. Sobrevivirás al divorcio, pero para eso necesitas ayuda.

Capítulo 2

Qué hacer cuando las cosas empiezan a ir mal

En este capítulo

Determinar si debes preocuparte
¿Quedarse o marcharse?
Medidas para mejorar el matrimonio y evitar el divorcio
¿Separarse o divorciarse?
Cuando hay malos tratos o violencia

Rara vez los matrimonios fracasan de la noche a la mañana. Por lo general, es algo que sucede poco a poco, con el paso del tiempo. Si tu matrimonio está pasando por grandes dificultades y las conversaciones, la colaboración o los acuerdos son imposibles, tu única salida podría ser ponerle fin directamente, a veces en contra de los deseos de tu cónyuge.

Con el fin de aportar un poco de objetividad y sentido común a tu situación, de modo que puedas darte cuenta de lo mal (o no tan mal) que están las cosas, este capítulo recoge algunos de los indicios de que un matrimonio está en crisis y expone las opciones que tienes para abordar los problemas de la relación. Asimismo, te indicamos los pasos que debes dar en caso de que las tensiones lleven a tu cónyuge a recurrir a los malos tratos o la violencia.

Indicios de los problemas

Cuando tu matrimonio está pasando por dificultades, lo más normal es que te preguntes si se está poniendo a prueba tu amor “en la prosperidad y en la adversidad”, tal y como proclaman los votos matrimoniales, o si tu relación de verdad se va a pique.

Aunque no hay una prueba científica que te permita saber si tus problemas son reacciones típicas a la tensión que todos los matrimonios sufren tarde o temprano, o bien si apuntan a problemas más graves, todas las parejas en crisis suelen presentar ciertas características. Comprueba si alguna de las siguientes afirmaciones se aplica a tu matrimonio.

- ✓ Todo lo que hace tu cónyuge está mal.
- ✓ Os peleáis o discutís a menudo.
- ✓ Habéis perdido la capacidad o el deseo de solucionar vuestros problemas maritales.
- ✓ La paciencia y el amor han dejado paso al resentimiento y al desprecio.
- ✓ Habéis dejado de ser amantes para convertirlos en compañeros de piso.
- ✓ Tú, tu cónyuge o ambos tenéis una aventura con otra persona.
- ✓ Evitáis encontraros y, cuando estáis juntos, no tenéis nada de que hablar.

No te dejes llevar por el pánico si te das cuenta de que tu matrimonio presenta alguna de las anteriores características, ya que esto no indica necesariamente que vayáis a divorciaros. Sin embargo, es motivo de preocupación y tanto tú como tu cónyuge, primero por separado y después juntos, debéis valorar vuestras opciones y decidir qué hacer a continuación.



Los problemas maritales pueden producir depresión, sentimientos de vulnerabilidad, impotencia e ira y trastornos del sueño, lo que te impedirá pensar con claridad y tomar decisiones acertadas. Un psicólogo puede socorrerte para tratar estos trastornos para ayudarte a salir adelante. (Puedes buscar en la Federación Española de Asociaciones de Psicoterapeutas, www.feap.es; y también en el Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos de España, www.cop.es.)

¿Quedarse o marcharse?

Muchas parejas prefieren seguir casadas aunque su relación no funcione, como quizá sea vuestro caso. Esto puede deberse a que valoran la importancia de que sus hijos crezcan en un hogar con los dos progenitores, que no pueden permitirse un divorcio en ese momento o que la familia o los amigos los presionan para que sigan juntos. Otra posibilidad es que su religión prohíba el divorcio o que hayan llegado a un acuerdo para llevar vidas separadas bajo el mismo techo. Quizá es el temor a lo que les espera si ponen fin a la convivencia, ya que el miedo a lo desconocido puede llevar a algunas personas a tolerar una situación que para otras sería insoportable.



Si tu hogar está cargado de tensión e ira por vuestros problemas maritales, al continuar juntos sólo conseguís haceros daño a vosotros mismos y a vuestros hijos. Según las recientes modificaciones de la legislación, los menores que presencian, aunque sea por casualidad, escenas de violencia doméstica sufren daños y esta experiencia se tiene en cuenta en los juzgados penales y de familia.

Nunca aguantes en tu matrimonio si tu cónyuge amenaza con maltrataros físicamente a ti o a tus hijos, o si ya lo ha hecho. Como mínimo, sepárate y dale la oportunidad de buscar ayuda profesional. Consulta el apartado “Qué hacer en caso de malos tratos o violencia” más adelante en este capítulo.

Para intentar arreglar las cosas

Si decides seguir adelante con tu matrimonio, tienes básicamente dos opciones: puedes procurar mejorar la relación, o bien puedes apretar los dientes, guardarte tus sentimientos y aguantar las cosas tal como están. La primera alternativa es siempre la mejor. Para intentar salvar vuestra relación, podéis tomaros un descanso o recurrir a un terapeuta matrimonial. Como no se trata de opciones excluyentes, podéis probar con ambas.

Un pequeño descanso en la relación

Cuando no puedes más y tienes los sentimientos a flor de piel, a veces lo único que necesitas es descansar de tu pareja, ya sea durante un par de días, un fin de semana largo o incluso unas vacaciones. Una vez hayas descansado, es probable que adoptes otra actitud con respecto a la relación y sientas un mayor compromiso.



Utiliza este tiempo para sosegar los sentimientos, valorar la situación y analizar los problemas maritales con objetividad. Piensa si le das a tu cónyuge la atención y el afecto que se merece. Intenta descubrir por qué ya no os lleváis bien y si parte de las dificultades se deben a ti. Reflexiona sobre vuestras peleas (sobre qué discutís, con qué frecuencia y cuándo) para descubrir si comparten un patrón.

Si decides tomarte este descanso en compañía, por ejemplo con un familiar o un

amigo íntimo, elige a la persona con cuidado. Evita a quienes no les caiga bien tu cónyuge o a aquellos que se hayan sentido contrariados con tu matrimonio. Si deseas recibir consejo durante tu período de descanso, elige a un amigo o familiar imparcial cuya opinión valores.

Ayuda profesional: la terapia de pareja

Por desgracia, es probable que para salvar tu matrimonio te haga falta algo más que un descanso de tu cónyuge (¡ojalá siempre fuera tan fácil!). Necesitaréis restablecer o mejorar la comunicación para mantener un diálogo productivo sobre lo que ha salido mal en la relación, y por qué, y sobre lo que podéis hacer para arreglar las cosas.



Es muy importante actuar en el momento adecuado si el matrimonio no va bien. No esperes a que las cosas no tengan solución para solicitar ayuda profesional.

Buscar un terapeuta profesional

Un terapeuta adecuado puede ayudarte a salvar tu matrimonio, además de ahorraros a ti y a tu cónyuge los angustiosos meses o incluso años que podéis pasaros decidiendo cómo resolver los problemas de vuestra relación.

Elige con cuidado el profesional que quieres que te ayude. Pregúntales a tu médico y a otros profesionales relacionados con la salud, o recurre a organizaciones profesionales o a tus amigos. También puedes buscar en las páginas amarillas o en internet escribiendo “terapia de pareja (o terapeutas matrimoniales o terapia familiar) en la ciudad (x) o en la provincia (x)”. Muchos terapeutas tienen una web, que te permite enviar un correo electrónico para que puedas permanecer en el anonimato y, por esa vía, solicitar información concreta sobre tu problema.



Asegúrate de que tanto tú como tu cónyuge os sentís cómodos con la persona que habéis elegido, ya que tendréis que compartir información íntima o dolorosa.

Si tu cónyuge se niega a acudir contigo a un terapeuta matrimonial, puedes ir sin que te acompañe. Descubrirás cosas sobre tu personalidad que desconocías y

adquirirás nuevas habilidades que te ayudarán a mejorar tu matrimonio actual o a prepararte para otra relación o matrimonio futuros.

Sentirse a gusto en la consulta del terapeuta

Algo que no debes olvidar y que te ayudará a sentirte más a gusto a la hora de hablar sobre tus problemas es que todo lo que le cuentes a tu terapeuta es confidencial. Cuando un matrimonio se ha deteriorado, es difícil valorar con objetividad lo que está sucediendo y decidir qué cambios deben hacerse. Un terapeuta experimentado y de confianza os será de gran apoyo, e incluso podrá facilitar el diálogo y la comprensión entre vosotros. También puede ayudaros a entender vuestros problemas, mediar para que lleguéis a un acuerdo sobre cómo superar las dificultades y hasta enseñaros nuevas técnicas de gran utilidad para el matrimonio.



El hecho de que tu cónyuge se niegue a asistir contigo a las sesiones del terapeuta de pareja puede ser un indicio de que no quiere cambiar o de que ya no le importa vuestro matrimonio.

Cuándo quedarse no es una alternativa

Quizá rechaces por poco realista la posibilidad de proseguir la convivencia mientras intentáis resolver vuestras diferencias y salvar el matrimonio, y prefieras optar por la separación o por vivir en otro domicilio durante una temporada.

Separarse antes de tomar una decisión definitiva

Una separación puede brindaros la oportunidad de descubrir cómo os sentís al vivir en casas diferentes, pero dejando la puerta abierta a una posible reconciliación. Sin embargo, en muchos casos la separación es también el preludio del divorcio.



Antes de separarte, protégete acudiendo a un abogado especializado en derecho de familia, sobre todo si quieres recibir una pensión compensatoria o de manutención para tus hijos durante la separación. Además, te servirá para saber lo que debes evitar para no poner en peligro tu posición si finalmente decidís optar por el divorcio.

Puedes recurrir a uno de los siguientes tipos de separación temporal, con acuerdo de separación o sin él:

- ✓ **La separación sin un acuerdo significa que simplemente ya no vivís juntos.** Cuando tú y tu cónyuge sepáis con seguridad que la separación es temporal y que acabaréis reconciliándoos, ésta es la mejor opción. No obstante, es recomendable que formalicéis un acuerdo privado en el que dejéis establecido cómo se regirán durante ese período de separación temporal las cuestiones relativas a vuestros hijos, si los tenéis, así como los asuntos económicos, tanto respecto a los hijos como entre vosotros.

Debes tener en cuenta que mientras no acudas al juzgado para legalizar la separación, se mantiene el régimen económico matrimonial. Eso significa que si el régimen económico por el que se rige vuestro matrimonio es el de gananciales, aunque hagáis vidas independientes, seguís teniendo una relación económica; sobre todo recuerda que las deudas que contraiga cada uno por su cuenta pueden afectar al patrimonio común (el que habéis conseguido mientras estabais juntos).

Otra cosa que debes tener en cuenta es que si has abandonado el domicilio conyugal sin contar con el consentimiento de tu cónyuge, estás en una separación de hecho y dispones de treinta días para presentar una demanda de separación ante el juzgado. Es importante formalizar la demanda porque abandonar el domicilio conyugal puede ser un delito, ya que se puede acusar al que se va de que ha abandonado a su familia, es decir, de que no cumple con los deberes que conlleva ejercer la patria potestad o contribuir a las necesidades del sustento de los hijos o del cónyuge.

- ✓ **La separación con un acuerdo formalizado en un convenio regulador** se aconseja en caso de que consideréis esta situación como el primer paso hacia el divorcio y no tengáis previsto reconciliaros, o bien para el caso de que, por motivos de fe, no queráis que vuestro matrimonio sea declarado disuelto. Vuestros abogados os ayudarán a formalizar la separación y a poner por escrito las condiciones acordadas. Es aconsejable que los abogados de uno y otro miembro de la pareja sean distintos (e independientes); ya que si se incumple alguna de las condiciones acordadas y los dos tenéis el mismo abogado, no podrá hacerse cargo de la defensa de ninguno de los dos.

En general, es mejor optar por un acuerdo formalizado de separación por cuestiones legales y económicas:

- ✓ Os permite formalizar las condiciones, incluida la eventualidad de que un cónyuge ayude económicamente al otro durante la separación, el lugar de

residencia de los hijos, la frecuencia con la que verán al progenitor con el que no viven y los requisitos de su manutención. Si pensáis modificar vuestra situación financiera o vuestro domicilio, el acuerdo también puede contemplar estos cambios.

- ✓ Podéis especificar al detalle todas las cuestiones para evitar cualquier conflicto mientras estáis separados. Un acuerdo también es una protección que evita que un cónyuge actúe de forma independiente en detrimento, a largo plazo, del otro cónyuge, por ejemplo vendiendo objetos de valor propiedad de los dos o aprovechándose de una cuenta bancaria conjunta.

Si ese acuerdo de separación, llamado *convenio regulador*, no se presenta en el juzgado, estaréis separados de hecho, pero no legalmente. Para que se declare la separación es necesario presentar el convenio en el juzgado. El juez lo aprobará si cree que los intereses de los hijos están protegidos; entonces dictará una sentencia en la que se declarará que estáis separados y aprobará el convenio regulador. Del trámite ante el juzgado se encarga el abogado. (Para saber más sobre el convenio regulador, ve al [capítulo 14](#).)

- ✓ Hecho el paso anterior, puedes acudir a los tribunales para exigir el cumplimiento del acuerdo de separación si tu cónyuge incumple sus condiciones, ya que es un contrato que habéis formalizado entre vosotros. Pero si no lo presentasteis, ahora es el momento. El abogado tendrá que interponer una demanda judicial y el acuerdo que firmasteis entre vosotros servirá de antecedente, pero el juez no está obligado a aprobarlo si considera que lo que acordasteis acerca de vuestros hijos no protege debidamente sus intereses. Para saber qué pasa si desde que firmasteis el convenio y lo guardasteis en un cajón ha cambiado sustancialmente la vida de uno de los dos, consulta en el [capítulo 14](#) todo lo referente al convenio regulador.
- ✓ Si al final os divorciáis, ya habréis tomado muchas de las decisiones más importantes. El juez tiene siempre la última palabra, pero es mucho más probable que respete vuestro acuerdo si los dos demostráis que habéis recibido asesoramiento legal independiente y que os habéis comunicado con sinceridad vuestra situación económica.

En el [capítulo 6](#) encontrarás más información sobre los acuerdos de separación. Consulta en el [capítulo 5](#) otros aspectos básicos sobre el divorcio.

Separarse definitivamente sin intención de divorciarse

En la actualidad, pocas veces se recurre a la separación judicial, sobre todo por razones económicas. El proceso para obtener una sentencia de separación es igual al del divorcio. Tú y tu cónyuge podéis negociar las cláusulas de la

separación y decidir las condiciones aplicables a los hijos, su manutención, el reparto de vuestras propiedades y la pensión compensatoria o en su caso compensación por razón del trabajo, que uno de vosotros podría tener que pagar. Podéis acudir a un abogado para estipular este acuerdo según los procedimientos judiciales para la separación y llevar este acuerdo a los tribunales. La principal diferencia entre una separación judicial y un divorcio es que, una vez finalizado el proceso, si simplemente os habéis separado seguís estando casados, la separación sólo os exime del deber de vivir juntos; además, a partir de ese momento ya no podéis vincular bienes de vuestro cónyuge para atender los gastos ordinarios de la familia.

Recuerda que separarse (o divorciarse) de mutuo acuerdo (uno lo pide y el otro consiente) siempre es la forma más rápida, económica y sencilla de conseguir la separación judicial. El procedimiento de mutuo acuerdo no exige la celebración de juicio y vuestros hijos, si los tenéis, se ahorrarán el mal trago de tener que acudir al juzgado. Es suficiente con que el abogado presente la demanda, junto con el convenio regulador (acuerdo) que habéis firmado los dos, y vosotros sólo tendréis que ir una vez al juzgado para ratificar lo que ya habéis acordado.

Una anulación legal no equivale a una anulación religiosa

Las anulaciones legales y las anulaciones religiosas son cosas completamente diferentes. Si vuelves a casarte después de divorciarte, algunas religiones no reconocerán tu nuevo matrimonio hasta que anules religiosamente el anterior.

Las anulaciones religiosas suelen estar asociadas a la Iglesia católica. Por motivos religiosos, es posible que tengas que tramitar la anulación religiosa, además de divorciarte siguiendo el procedimiento civil.

En cuanto a la pensión de viudedad, tanto en el caso de separación como en el de divorcio, sólo tendrás derecho a percibirla si en las condiciones aprobadas por el juez se te concedió una pensión compensatoria (que desaparece al fallecer quien la pagaba).

Obtener la nulidad matrimonial

Una *declaración de nulidad* es un acto que o bien invalida tu matrimonio o proclama que en ningún momento fue legal (como si nunca se hubiera celebrado), o bien lo declara anulable. En otras palabras: el matrimonio se considera nulo a partir de la fecha de la declaración de nulidad. Si han nacido hijos como resultado de esta relación, la declaración de nulidad no modificará ni

cancelará vuestras responsabilidades como padres hacia ellos. Para conseguir una declaración de nulidad, debes demostrar que tu matrimonio es nulo o anulable.

Tanto el matrimonio civil como el matrimonio canónico son contratos y como tales deben cumplir una serie de requisitos para ser válidos. La falta o incumplimiento de esos requisitos dará lugar a la nulidad. Ahora bien, el matrimonio canónico católico además de ser un contrato es también un sacramento y por este motivo tiene unas propiedades esenciales, que son la unidad y la indisolubilidad que también deben asumirse y cumplirse. En caso contrario el matrimonio será nulo.

Cuando tú o tu cónyuge no aceptáis estas propiedades esenciales, o bien no sois capaces de cumplirlas, no contraéis en realidad matrimonio canónico y éste resulta nulo.

La nulidad civil

La nulidad civil del matrimonio es la declaración emitida por un juez (mediante una sentencia), de que el matrimonio nunca existió, a pesar de su apariencia formal. Sólo se concede la nulidad matrimonial si existen causas justificadas que hubieran invalidado el matrimonio de haberse conocido en el momento de su celebración.

Pero ¿qué es el consentimiento matrimonial?

El consentimiento es el elemento esencial del matrimonio (tanto civil como canónico) y de él depende su validez; por eso está íntimamente ligado al tema de la nulidad matrimonial. Según el Código Civil, no hay matrimonio sin consentimiento matrimonial.

A efectos legales, sólo se considera que el consentimiento matrimonial es auténtico si los contrayentes, sean de igual o distinto sexo, persiguen con su enlace matrimonial fundar una familia y asumir los derechos y obligaciones prefijados por la ley. Para que exista un consentimiento verdadero y suficiente se requiere que el acto de prestación del consentimiento sea consciente y libre, es decir, que quien se casa sepa lo que hace y quiera hacerlo.

Diferencia entre la nulidad y el divorcio

Una sentencia de divorcio nunca conlleva que el matrimonio no fuera válido, únicamente implica que ese matrimonio ha quedado disuelto por la voluntad de uno o ambos cónyuges, mientras que un matrimonio declarado nulo comporta

que nunca existió, anulando todos sus efectos, tanto en el presente como en el futuro, salvo en las obligaciones referentes a los hijos y frente al cónyuge de buena fe.

En el caso de que tu matrimonio se declare nulo, si tú actuaste de buena fe y tu pareja lo hizo con mala fe, tienes derecho a percibir una indemnización a cargo de la persona con quien contrajiste matrimonio para compensarte los perjuicios que te haya ocasionado ese matrimonio nulo.

La tramitación del procedimiento judicial en los casos de nulidad es muy similar al de separación o divorcio (cuyos detalles están en el [capítulo 6](#)). Igual que en ese caso, mientras se toma una decisión definitiva, el solicitante puede pedir que se adopten medidas provisionales.

Quién puede pedir la nulidad

La nulidad matrimonial pueden solicitarla los cónyuges, el ministerio fiscal y cualquier persona que tenga un interés directo en el asunto. En el caso de que se trate de un matrimonio que se contrajo bajo coacción, amenazas o miedo grave, sólo podrás solicitar la nulidad si eres la víctima, pero has de tener en cuenta que únicamente tienes un año a partir de la boda. El derecho de pedir la anulación caducará si vives con tu cónyuge durante un año después de haber finalizado la causa del miedo, las amenazas, el error o la coacción. Si la causa de nulidad es que uno de los dos era menor, mientras siga siéndolo sólo pueden pedir la nulidad los padres, tutores o guardadores y el ministerio fiscal. Si una persona se casó siendo menor puede pedir la nulidad al alcanzar la mayoría de edad, pero en el transcurso de un año de convivencia tras ese momento.

La nulidad no puede pedirla uno por su cuenta, sino que es preceptiva la intervención de un abogado y de un procurador.

Causas de nulidad civil

En términos generales, según el Código Civil, un matrimonio civil puede ser declarado nulo si:

- ✓ Se celebró sin el consentimiento de ambos cónyuges.
- ✓ Uno de los cónyuges fue coaccionado o amenazado para hacerlo.
- ✓ Uno de los cónyuges no tenía capacidad legal para contraerlo por ser menor de edad no emancipado, por estar previamente casado o por tener relación de parentesco con el otro cónyuge unido (parientes en línea recta o por consanguinidad o colaterales hasta el tercer grado; parientes en línea

recta por adopción).

- ✓ No se celebró ante un juez, alcalde o funcionario, o se hizo sin testigos.
- ✓ Se contrajo creyendo uno de los cónyuges que se estaba casando con otra persona (error de identidad o error en sus cualidades personales que, por su entidad, hubieren sido determinantes de la prestación del consentimiento); por ejemplo, si alguien se casa con una persona con el pleno convencimiento de que es médico, cuando lo cierto es que es auxiliar de enfermería.

Divorciarse

Tu última opción si la relación no funciona es el divorcio, que pone fin a tu matrimonio y a la mayoría de derechos y responsabilidades hacia tu cónyuge. Todos los capítulos de este libro ofrecen información que te orientará para que el proceso de divorcio sea lo menos doloroso posible.

Qué hacer en caso de malos tratos o violencia

En ocasiones, cuando un matrimonio se ha deteriorado, uno de los cónyuges puede llegar a amenazar con violencia a su pareja o incluso agredirla físicamente. Si esto es lo que sucede en tu relación, no te tomes a la ligera las amenazas o la violencia. Si ignoras la situación, tu vida puede correr peligro.

Comprender el significado de la violencia de género

Por lo general, se suele creer que los malos tratos o la violencia de género sólo hacen referencia a los daños físicos. No obstante, en la actualidad, se considera violencia de género algo más que los daños físicos.

Según el Código Penal, la violencia de género se produce no sólo cuando se dan agresiones físicas, sino también cuando el esposo, ex esposo, pareja, ex pareja, novio, ex novio (no hace falta que exista o haya existido convivencia) ejerce violencia psicológica que suponga un agravio para tu persona. Y constituye un delito.

Si te han maltratado psicológica o verbalmente y, como resultado, has perdido la autoestima o sientes que vives en un entorno amenazador, ya conoces sus consecuencias, así que no te lo tomes a la ligera. Ignorar estas conductas puede convertirse en un grave problema e incluso puede poner en riesgo tu vida. No aguantes en silencio ni seas tolerante con tu agresor.

También debes tener en cuenta que una situación de violencia puede afectar a

tus hijos. Vivir en una familia en la que la madre es maltratada significa estar expuesto a situaciones de opresión y control y a un modelo de relación basada en el abuso de poder y la desigualdad. Ocultar la situación para no perjudicar a los hijos nunca es la mejor opción.

Ante una posible agresión o ataque

- ✓ Si tu cónyuge te hace daño o amenaza con hacerlo, llama a la policía. (Policía local 092, Cuerpo Nacional de Policía 091, Guardia Civil 062.)
- ✓ Así enviarán al menos a un agente para que hable contigo y redacte un atestado. Lo primero es tu seguridad, de modo que, si es necesario, márchate, acude a la comisaría de policía más cercana a tu domicilio. Busca a familiares o a algún vecino o vecina que puedan ayudarte.
- ✓ Si es patente que has sufrido malos tratos, el agente de policía arrestará en ese mismo instante a tu cónyuge y lo llevará a comisaría.

Una pequeña minoría de agentes opina que la violencia de género no es asunto de la policía, sino una cuestión privada que deben arreglar los cónyuges. Sin embargo, incluso un agente de policía puede ser destituido si se le halla culpable de violencia de género. Por ello, si llamas por teléfono a la comisaría para pedir ayuda y acuden agentes que parecen reacios a redactar un atestado, exígeles con tranquilidad que lo hagan e infórmate de sus nombres y números de placa. Si los agentes siguen negándose, necesitarás esta información cuando te pongas en contacto con sus superiores. La política oficial de la policía es tratar la violencia de género con tanta severidad, o incluso más, que cualquier otro delito.

Obtener una orden de protección

Con la denuncia se iniciará un procedimiento en el juzgado que puede acabar con una sentencia en la que se condene a tu agresor como autor de un delito de violencia de género.

No olvides que cuando denuncias tienes derecho a pedir una orden de protección, de modo que si consideras que la necesitas no dudes en solicitarla en la policía o en el juzgado. Se trata de una orden dictada por un juez, que prohibirá a tu agresor acercarse a menos de cierta distancia al domicilio familiar o a tu lugar de trabajo. Si tu agresor incumple esta orden será detenido y deberá rendir cuentas ante el juez.

Si la solicitas puedes obtener que el juez le prohíba a tu agresor acercarse a ti o a tus hijos y que, con carácter provisional y hasta tanto no se dicte sentencia definitiva, se adopten las siguientes medidas:

- ✓ La guarda y custodia de tus hijos menores de edad
- ✓ Un régimen de visitas de los menores con el progenitor no custodio
- ✓ Atribución del uso de la vivienda familiar
- ✓ Determinación de una pensión de alimentos para los hijos y en su caso para ti

En la vista, el juez decidirá si conceder dicha orden tras leer vuestras declaraciones, escuchar vuestros testimonios bajo juramento y examinar los informes médicos o policiales acerca de vuestra situación. Para tomar una decisión sobre la necesidad de decretar la orden tendrá en cuenta los daños potenciales para cada uno de vosotros o para vuestros hijos.

Asimismo la orden de protección te dará derecho a acceder al Programa de Teleasistencia Móvil para Víctimas de Violencia de Género.

Si consigues que emitan una orden que prohíba la entrada de tu cónyuge en la vivienda, no cedas a la tentación de dejarle acceder de nuevo. El juez valorará muy negativamente que le hayas permitido incumplir la orden y podría pensarlo dos veces a la hora de concederte protección otra vez si tras su regreso los problemas vuelven a empezar.

En ocasiones, el tribunal le aconseja al cónyuge, pareja o ex pareja violento o maltratador que participe en un programa de rehabilitación.

Si consigues unas medidas provisionales, una orden de alejamiento o ambas, pero tu cónyuge se niega a cumplirlas, llama inmediatamente a la policía y a tu abogado. De este modo, si se trata del incumplimiento de la orden de alejamiento arrestarán a tu agresor y se iniciarán acciones judiciales. La policía puede en escasos minutos comprobar si tienes concedida una orden de protección; no obstante, es aconsejable que lleves siempre contigo una fotocopia compulsada del mandato judicial.

Puedes solicitar a un juez que emita una orden de protección en caso de que tu marido te persiga, te espere siempre a la puerta de casa, te amenace o acose por teléfono o tenga un comportamiento que te intimide o te asuste.

Acudir a una casa de acogida

Si te da miedo permanecer en tu hogar a pesar de haber obtenido una orden de alejamiento contra tu cónyuge o una orden de adjudicación de la vivienda, puedes acudir a una casa de acogida. Si tienes hijos pequeños, podrás llevarlos contigo. Por motivos de seguridad, las casas de acogida no publican su

dirección, pero podrás consultar su número de teléfono en la comisaría de policía, la guía de teléfonos, el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad (www.msps.es) o en los servicios sociales de tu localidad.

La Secretaría de Familias ofrece una serie de servicios y de recursos de atención a las mujeres que sufren situaciones de violencia de género y a sus hijos e hijas. El teléfono 900 900 120 atiende a las mujeres en situación de violencia. Funciona todos los días del año durante las 24 horas, es un servicio gratuito y confidencial que informa, asesora y facilita la expresión o la denuncia de los casos de violencia contra las mujeres, sea cual sea su forma de expresión.

Otras medidas de seguridad

Además de tener a mano el número de teléfono de la policía y de la casa de acogida más cercana, puedes tomar otras medidas para protegerte si has sufrido malos tratos por parte de tu cónyuge y temes que vuelva a hacerte daño, o si es la primera vez que te amenaza:

- ✓ Guarda en un escondrijo un juego de llaves, algo de dinero y ropa por si debes abandonar tu domicilio de inmediato.
- ✓ Ten siempre presente un lugar seguro al que puedas acudir y que tu cónyuge no conozca.
- ✓ Si tus hijos son lo suficientemente mayores para entenderlo, explícales que cuando digas una “contraseña” deben correr a casa de unos vecinos o llamar a la policía.
- ✓ Coméntales esta situación de malos tratos a tus familiares y amigos. En ocasiones, al compartir esta información con otras personas, es posible debilitar el poder de un cónyuge violento.
- ✓ Asóciate a un grupo de apoyo. De este modo, quizá logres reunir el coraje necesario para enfrentarte a la situación con firmeza.
- ✓ Testifica contra tu cónyuge ante el tribunal.

Capítulo 3

Mantenerse al tanto de la economía de la familia

En este capítulo

Conocer las posesiones de la familia
Aspectos de la gestión económica familiar
La importancia de ser titular de los créditos
Mantenerse en el mercado laboral

Todos queremos creer que los juramentos nupciales del tipo “hasta que la muerte nos separe” son una garantía de que el matrimonio durará para siempre. Pero la realidad de hoy en día es que uno (o más) de cada tres matrimonios acaba en divorcio. Por esta razón, todas las personas casadas o a punto de casarse deben estar preparadas no sólo para la posibilidad de que su matrimonio acabe en divorcio, sino para sus consecuencias económicas. Para prepararte, debes hacer como mínimo lo siguiente:

- ✓ Familiarizarte con las finanzas del hogar
- ✓ Descubrir cómo gestionar correctamente el dinero
- ✓ Esforzarte por mantener un historial de crédito positivo a tu nombre
- ✓ Conservar y aumentar tus habilidades profesionales para asegurar tu competitividad en el mercado laboral

Es lógico que te parezca un acto de cinismo casarte pensando que la sombra del divorcio se cierne sobre vuestra feliz unión, pero cuando comprendas lo mucho que os puede afectar a ti y a tus hijos la falta de preparación en caso de que la relación se deteriore, serás consciente de que los consejos que te damos para reducir al mínimo el impacto del divorcio en tu vida son muy sabios (aunque poco románticos).

Ten en cuenta que tu falta de previsión podría obligarte a aguantar un matrimonio infeliz porque no dispones de los recursos económicos suficientes para independizarte. Además, si no te preparas adecuadamente, podrías estar en desventaja a la hora de negociar los detalles económicos de vuestra ruptura y

cuando recuperes tu soltería te verás en aprietos para volver a llevar una vida segura desde el punto de vista del dinero.

Este capítulo te aconseja sobre cómo protegerte contra las secuelas económicas del divorcio y cómo prepararte para ganarte la vida o aumentar tus ingresos tras la ruptura. Si durante tu matrimonio te dedicas a las tareas del hogar o aparcas tu carrera profesional, debes prestar una atención especial a esta información.



Si vislumbra el divorcio en el horizonte, cuanto antes pongas en práctica los consejos de este capítulo, mejor será tu previsión financiera y legal para tu futura vida en solitario.

A continuación verás algunos datos que quizá te animen a actuar. El desconocimiento de las finanzas familiares por parte de una mujer casada puede costarle muy caro a la hora de divorciarse. En el año 2008, el Instituto Británico de Investigación Socioeconómica (ISER) llegó a la conclusión de que las madres que se separan de sus cónyuges experimentan un descenso considerable de sus ingresos (aunque inferior al de una década atrás). A pesar del progreso de las condiciones para las mujeres con hijos, dadas las mejores perspectivas de empleo, la brecha entre los hombres y las mujeres que se separan todavía es muy grande en lo que respecta a los ingresos a corto plazo.

El estudio del ISER también analizó las consecuencias a más largo plazo de las rupturas matrimoniales y reveló que, aunque los ingresos familiares de las mujeres se recuperan no alcanzan los niveles previos a su separación. Cinco años después del divorcio, sus ingresos siguen siendo como media inferiores en el 10 % al nivel del que gozaban antes de separarse. Las mujeres que encuentran trabajo o pareja (o ambos) son las que mejor se recuperan económicamente. En cambio, aquellas que no lo consiguen no constatan una mejoría en sus ingresos. Además, es posible que carezcan de los conocimientos financieros, la confianza o la información bancaria sobre sus cuentas que les hace falta para garantizar su seguridad económica tras el divorcio.

Administrar bien (o mal) el dinero es cosa de dos

No confíes exclusivamente en tu cónyuge para pagar las facturas del hogar, hacer cuadrar las cuentas, decidir las inversiones, etc. Debéis compartir estas responsabilidades entre los dos. Como mínimo, debes saber qué facturas hay que pagar, cuánto dinero tenéis en la cuenta y en qué habéis invertido el dinero. Las razones son las siguientes:

- ✓ **Tu cónyuge puede considerar que carga con todas las responsabilidades de gestionar las finanzas de la familia.** Este resentimiento podría traer problemas a vuestra relación.
- ✓ **A tu cónyuge podría no dársele bien la gestión de vuestro dinero.** Como resultado, tú y vuestros hijos os veréis afectados por las malas decisiones de tu cónyuge. Además, su mala gestión económica podría afectar no sólo a su solvencia, sino también a la tuya.
- ✓ **Tú o tu cónyuge podríais quedar incapacitados por una enfermedad o un accidente graves, en cuyo caso quien se encargue de gestionar las finanzas de la familia se sentirá perdido.** Esto podría conllevar numerosos errores financieros.
- ✓ **Tendréis menos discusiones sobre el dinero.** Si ambos conocéis a la perfección vuestra situación financiera, tendréis menos motivos por los que pelearos.
- ✓ **Podrás detectar antes cualquier fuga en vuestros recursos.** En el peor de los casos, si tu cónyuge tiene una aventura extramatrimonial, frecuente webs de pago en internet o sufre una adicción al juego, la bebida o las drogas (actividades que resultan muy caras), obtendrá el dinero de alguna parte. Si eres consciente de vuestra situación económica, es más probable que descubras con precisión la razón por la que desaparece el dinero.
- ✓ **Podrás tomar decisiones más sensatas si tú y tu cónyuge negociáis vuestro propio acuerdo de divorcio.**
- ✓ **El divorcio te saldrá más caro si no conoces vuestra situación económica.** Si no iniciáis un divorcio de mutuo acuerdo y tu abogado no dispone de la información que necesita para tramitarlo, deberá obtenerla a través de los medios probatorios que permite el proceso contencioso, lo que de entrada lo situará en desventaja. De este modo se garantiza que las dos partes del divorcio tengan a punto sus datos para las acciones legales, con el fin de que no cojan por sorpresa al otro cónyuge.
- ✓ **El hecho de que tu cónyuge tenga el control absoluto de las finanzas de la familia puede perjudicarte.** Así, por ejemplo, puede dilapidar vuestro dinero y vuestro patrimonio, u ocultarlos, para que no se incluya en las negociaciones de divorcio.
- ✓ **Tras el divorcio, podrías encontrarte sin la información y los recursos financieros necesarios para empezar una nueva vida.** Sigue de cerca las cuentas de tu familia para controlar al mismo tiempo tus propios recursos.

Los fundamentos de la economía: qué debes hacer primero

Para desempeñar una función activa y responsable en la gestión de las finanzas familiares, debes disponer de cierta información sobre vuestra economía, así como de habilidades básicas de administración y otros recursos importantes para tu bienestar económico. Consulta los consejos de los [capítulos 7](#) y [11](#) para comprender y gestionar tu situación económica después del divorcio.

Descubrir lo que tienes y lo que debes

No hace falta cursar un máster en contabilidad para conocer la situación económica familiar. Sólo tienes que descubrir las deudas y los activos de la familia. Las *deudas* son todo lo que debes, como la hipoteca, la factura de la tarjeta de crédito o los plazos del coche, además de los 20 euros que le pediste prestados a tu mejor amigo. Los *activos* son todas las cosas de valor. En función del tipo de activo, puedes utilizarlo para comprar otra cosa, venderlo u ofrecerlo como garantía para un préstamo. Los activos pueden ser tangibles (como dinero en efectivo, propiedades, vehículos, antigüedades, joyas u obras de arte) o intangibles (como acciones, obligaciones o pensiones). Utiliza un cuaderno y haz una lista de lo siguiente:

- ✓ Los ingresos totales del hogar y la fuente o fuentes de dichos ingresos
- ✓ Los números de la cuenta de ahorro y la cuenta corriente que tú y tu cónyuge utilizáis, así como la entidad bancaria en la que las habéis abierto
- ✓ Los principales activos de la familia y el valor aproximado de cada uno. Por lo general, los más importantes suelen ser la vivienda y los sueldos o pensiones (el [capítulo 7](#) incluye una hoja de cálculo que facilita la gestión de los activos).
- ✓ La forma en que los bienes inmuebles están registrados o escriturados. El Registro de la Propiedad es público y puedes realizar la consulta sobre la titularidad de los inmuebles y sus cargas. Está en www.registradores.org
- ✓ Las deudas de tu familia. Cuánto debéis y a quién.
- ✓ El lugar en el que están guardados los documentos legales y financieros importantes para la familia, como extractos bancarios, declaraciones de la renta, testamentos, derechos de propiedad y escrituras, hipotecas, contratos de préstamo, pólizas de seguro, documentación asociada a las inversiones, acciones, obligaciones y fondos de inversión y cualquier documento relacionado con vuestros planes de pensiones (consulta el [capítulo 11](#) para obtener más detalles).
- ✓ Los préstamos o instrumentos de créditos comunes, los tuyos y los de tu cónyuge

- ✓ Los nombres, direcciones y números de teléfono de vuestro abogado, banco, contable, asesor financiero y agente de bolsa, si los tenéis.
- ✓ Información básica sobre los negocios de tu cónyuge, si trabaja por cuenta propia, incluida su forma jurídica, activos y pasivos. Puedes consultar también en el Registro Mercantil (www.registradores.org).

Comprométete con tu cónyuge a compartir toda la información financiera de la familia y a guardar los documentos importantes en un lugar al que ambos tengáis acceso.

Elabora un plan de gastos y cúmplelo

Es fundamental que gestiones bien tus activos y pasivos para disponer del dinero suficiente para pagar las facturas cada mes, no endeudarte demasiado y aprovechar al máximo el dinero que te queda. Para gestionar adecuadamente tus recursos financieros, haz lo siguiente:

- ✓ **Crea y sigue un plan de gastos para el hogar.** Consulta el apartado “Las bases de un presupuesto” más adelante para entender los planes de gastos. Puedes utilizar como ejemplo la tabla 3-1, diseñada para que lleves un seguimiento de tus finanzas.
- ✓ **Controla los movimientos de tus cuentas y tu saldo.** Si no controlas cuánto efectivo hay en tu cuenta registrando todos los cheques que extiendes, los depósitos y los reintegros, y después cuadrando las cuentas cada mes con los extractos bancarios, podrás perder dinero en caso de que rechacen alguno de tus cheques.
- ✓ **Recurre al crédito con moderación.** Aunque te permite adquirir bienes indispensables que de otro modo no podrías permitirte, tendrás problemas si compras a crédito con demasiada frecuencia o si no te informas sobre las condiciones antes de solicitar una tarjeta de crédito o un préstamo en un banco, cooperativa de crédito o sociedad financiera.
- ✓ **Realiza inversiones seguras con las acciones, obligaciones, fondos de inversión, propiedades, etc.** Aunque cuentas con la ayuda de profesionales (agentes de bolsa, asesores financieros y agentes de la propiedad inmobiliaria) para llevar a cabo las operaciones más importantes, te conviene conocer bien tus inversiones para poder valorar su consejo.

Utiliza las siguientes tablas de ejemplo para calcular cuánto gastas al mes. Para saber cómo elaborar y utilizar un presupuesto, puedes buscar en internet páginas web especializadas en presupuestos para el hogar.

Tabla 3-1: Ejemplo de plan de gastos y ahorro para el hogar

<i>Gastos mensuales fijos</i>	<i>Importe (€)</i>
Alquiler o hipoteca	
Seguro del hogar	
Seguros de salud	
Plazos del coche	
Otros contratos financieros	
Otros seguros	
Asignaciones / actividades de los hijos	
Cuidado de los hijos	
Suscripciones a servicios de televisión e internet	
Otros gastos mensuales	
Total	
<i>Gastos mensuales variables*</i>	<i>Importe (€)</i>
Alimentos	
Servicios (agua, gas, electricidad, etc.)	
Teléfono (incluidos móviles)	
Gasolina / gasóleo	
Ropa	
Cargos de la tarjeta de crédito	
Médico, dentista, oculista	
Libros y revistas	
Donaciones a oenegés o entidades religiosas	
Gastos personales (peluquería, etc.)	
Ocio (incluidos deportes y restaurantes)	
Varios	
Total	
<i>Gastos periódicos*</i>	<i>Importe (€)</i>
Educación	
Seguro del coche	
Otros seguros	

Impuestos
Reparaciones en la vivienda
Regalos de cumpleaños y vacaciones
Ocio
Suscripciones
Total
<i>* Calcula los gastos periódicos de todo el año y divídelos entre 12 para obtener la cantidad mensual.</i>
Gastos mensuales totales del hogar (la suma de los tres totales anteriores)
Ingresos mensuales netos del hogar
Superávit o déficit (ingresos mensuales netos menos gastos mensuales totales)
Superávit destinado al ahorro
Superávit destinado a la inversión

Crea una hoja de ingresos para el hogar

Te conviene registrar las ganancias procedentes de todas las fuentes para asegurarte de que con el plan de gastos no dilapidas los ingresos. Además, el dinero que sobre a final de mes puede servir para reducir las deudas a medida que se materializa la realidad del divorcio. La hoja de ingresos debe incluir todos los elementos indicados en la tabla 3-2. Ayúdate del [capítulo 7](#) para determinar el valor de los activos y los pasivos.

Tabla 3-2: Ejemplo de hoja de ingresos para el hogar
<i>Salario bruto anual</i>
Jornada completa
Jornada reducida
Subtotal (A)

<i>Deducciones anuales</i>
Seguridad social
IRPF
Aportaciones a la pensión
Otras deducciones (sindicatos, donaciones a oenegés, seguro médico)
Subtotal (B)
<i>Cálculo de los ingresos netos disponibles</i>
Subtotal (A)
Menos el subtotal (B)
Ingresos netos disponibles
<i>Ingresos adicionales derivados del trabajo</i>
Pagas extras / comisiones (no incluidas previamente)
Otros incentivos laborales, como asignaciones para gastos de transporte o para la instalación de un ordenador o la oficina en el hogar
<i>Prestaciones del Estado</i>
Prestación por hijo a cargo
Prestaciones por incapacidad
Desgravaciones fiscales
<i>Otras fuentes de ingresos</i>
Rendimientos por arrendamiento de propiedades
Fondos de inversión
Dividendos
Honorarios
Pagos esporádicos
Pensión compensatoria o manutención para los hijos pagadas por un cónyuge anterior
Total*
<i>* Divide el total entre 12 para calcular los ingresos mensuales.</i>

Vivienda en propiedad

Si tenéis hijos, el juez considerará la vivienda como un hogar para vosotros y vuestros hijos, no como un mero activo financiero. Consulta los consejos del [capítulo 11](#) sobre lo que debéis hacer con vuestra casa cuando os divorciéis.

Registra tu derecho sobre la vivienda

Consulta si en todas las escrituras de la vivienda y de las demás propiedades que poseáis aparecen los nombres de los dos. En caso de que tu nombre no conste en las escrituras y el régimen económico que rija tu matrimonio sea el de gananciales, la vivienda pertenece a los dos aunque únicamente figure en el Registro de la Propiedad a nombre de tu cónyuge, siempre que se haya adquirido después de haber contraído matrimonio. Si tu régimen económico matrimonial es el de separación de bienes, la vivienda familiar aunque se haya comprado durante el matrimonio pertenecerá a quien figure como titular registral, si bien, cuando es el domicilio conyugal, ese titular no podrá venderla ni hipotecarla sin contar con el consentimiento de su cónyuge.

Infórmate sobre la hipoteca

Es posible que hayáis contratado una o más hipotecas sobre vuestra vivienda. A la hora de decidir lo que vais a hacer con la casa, debéis saber cuánto debéis, a cuánto asciende cada pago y a qué plazo. Si no dispones de esta información, ponte en contacto con tu acreedor (la entidad que te ha dado la hipoteca).

Si uno de vosotros se queda con la casa, el otro cónyuge deberá procurar eliminar su nombre de la hipoteca para liberarse de su responsabilidad y poder solicitar otra hipoteca. Es probable que el banco acceda a eliminar el nombre del que se marcha si tiene un buen historial y si la persona a cuyo nombre quedan las escrituras dispone de los ingresos suficientes, o en caso de que el valor real de la casa sea suficiente. El [capítulo 11](#) te explica en detalle cómo abordar la cuestión de la hipoteca al divorciarse.

Qué es justo

Durante el proceso de divorcio, podéis decidir vosotros mismos cómo distribuir equitativamente vuestros activos e ingresos ([capítulo 14](#)), aunque también podéis recurrir a un mediador que proponga las condiciones económicas del divorcio ([capítulo 16](#)) o a un abogado que negocie en vuestro nombre ([capítulo 17](#)). Como último recurso, podéis dejar el asunto en manos del juez (consulta el [capítulo 18](#) para saber qué sucede al acudir a los tribunales).

Para tomar una decisión, el juez dará prioridad a las necesidades de los hijos y tomará en consideración una serie de factores. Entre los criterios más habituales para saber a quién le corresponde cada cosa destacan los siguientes:

- ✓ Cuánto ingresa cada uno de vosotros, o cuánto podría ingresar en el futuro, y otros recursos económicos
- ✓ Vuestras necesidades, obligaciones y responsabilidades económicas actuales

y futuras

- ✓ Vuestro nivel de vida actual
- ✓ El valor de vuestras propiedades
- ✓ La contribución que cada uno de vosotros hizo al matrimonio (y, por supuesto, lógicamente cuenta si alguno de vosotros se dedicaba exclusivamente a las tareas del hogar o al cuidado de los hijos)
- ✓ La pensión que os corresponde a cada uno de vosotros
- ✓ La duración del matrimonio
- ✓ Vuestra edad y vuestro estado de salud

Descubre lo que necesitas saber

Si al leer la anterior lista de elementos básicos de las finanzas que necesariamente debes conocer te das cuenta de que no estás al tanto de la mayoría de ellos, no te preocupes, ya que puedes ponerte al día de varias formas. En primer lugar, habla con tu cónyuge. Pídele que te explique detalladamente las cuentas de la familia, que te enseñe dónde guardáis los documentos y escrituras más importantes y que responda a tus preguntas.

Si tu cónyuge considera tu repentino interés por la economía familiar como una amenaza, procura que se tranquilice explicándole por qué deseas conocer los pormenores. Aclárale que, de este modo, compartiréis la carga que supone gestionar todos vuestros recursos económicos. Además así podrás tomar decisiones más acertadas para la familia en caso de que tu cónyuge enferme o fallezca.

Examina todos los documentos, incluida la información guardada en el ordenador (en muchos hogares es habitual utilizar algún programa informático para la gestión económica de la familia). Si no sabes dónde están guardadas las declaraciones de la renta y tu cónyuge se niega a decírtelo, solicita una copia a la Agencia Tributaria, si bien si hacéis la declaración de la renta separada, sólo te darán una certificación de tus declaraciones de renta.

Una buena forma de aumentar tus conocimientos contables es realizar cursos de gestión del capital y economía doméstica. Probablemente encontrarás cursos a buen precio en algún centro de enseñanza. Asimismo, algunas sociedades de inversiones y asesores financieros ofrecen seminarios de inversión para atraer a nuevos clientes o diversificar sus actividades habituales. Estos seminarios suelen ser gratuitos y no es necesario realizar ninguna compra. Sin embargo, estos asesores a menudo dan por supuesto que los participantes tienen conocimientos

de inversión superiores a la media, además de más recursos que invertir. Puedes preguntar en el ayuntamiento de tu población sobre los cursos de formación.

En las librerías encontrarás numerosos libros sobre economía doméstica e inversiones. Aunque sea la primera vez que entras en contacto con el mundo de la economía, hallarás numerosos títulos escritos para personas como tú.

Aunque estos asesores o seminarios informan sobre las ventajas y las desventajas de las diferentes alternativas para gestionar los recursos, tú y tu cónyuge podríais discrepar en varios puntos, por ejemplo en la cantidad que debéis gastar y ahorrar o en el límite adecuado para la tarjeta de crédito. Si tenéis un gestor de confianza o un asesor fiscal podría ayudaros a superar vuestros desacuerdos. Las discrepancias sobre el dinero pueden afectar a la calidad y la estabilidad financiera de vuestro matrimonio y seguir perjudicándoos mucho tiempo después del divorcio.

Mantente al día en el mercado laboral

Aunque lo más habitual en la sociedad de hoy en día es que ambos cónyuges trabajen, muchas mujeres, y cada vez más hombres, deciden dedicarse a tiempo completo a las tareas del hogar y al cuidado de los hijos, al menos en algún momento del matrimonio. Si eres una de esas personas, ten en cuenta que, en este mundo que evoluciona con tanta rapidez, tus conocimientos y capacidades pronto se anquilosan o incluso se vuelven obsoletos, lo que podría hacerte perder muchos contactos profesionales.

Para protegerte mientras no estás en el mercado laboral, esfuérzate al máximo en mantener actualizados tus conocimientos y adquiere otros nuevos, si es posible, aunque no planees trabajar fuera de casa a corto plazo. También puedes intentar prepararte para acceder a otro sector profesional. Los centros de enseñanza, las instituciones de educación superior y los departamentos de formación continua de las universidades son fuentes de formación y educación. Como mínimo, aprende a utilizar un ordenador, si es que todavía no sabes hacerlo, ya que la mayoría de trabajos actuales dan por supuesto que cuentas con conocimientos básicos de informática.

No dejes que tu matrimonio te absorba hasta el punto de hacerte creer que tus necesidades van después de las de la familia. En absoluto debes pensar que al preocuparte por tus necesidades y evolucionar como persona actúas de forma egoísta. En realidad, así adquieres la confianza y los recursos (mentales y financieros) que te permiten salvar un matrimonio a la deriva, poner fin a un matrimonio desastroso o velar por tus intereses en caso de que enviudes. En otras palabras, mantén los dedos cruzados pero sin bajar la guardia.

Otra opción para conservar y aumentar tus conocimientos y contactos profesionales es trabajar a tiempo parcial, pues te permite hacer currículum. Además, con el dinero que ganes podrás abrir una cuenta de ahorro a tu nombre, contribuir al pago de las facturas del hogar o financiar la educación de tus hijos.

Dado que en la actualidad es poco frecuente recibir una pensión compensatoria durante toda la vida, te conviene procurar reincorporarte al mundo laboral en cuanto te sea posible, por ejemplo cuando tus hijos hayan empezado a ir a la escuela. Cuanto antes encuentres un buen trabajo y te ganes la vida, mejor te sentirás.

Las bases de un presupuesto

No es difícil desarrollar un plan de gastos, basta con que registres los gastos mensuales del hogar, los hagas cuadrar y los compares con los ingresos mensuales del mismo. Para hacerte una idea general de los gastos del hogar, comprueba el talonario de cheques, los extractos bancarios (incluidas las transferencias y las domiciliaciones), los importes retirados de la cuenta corriente y los recibos y facturas de compra. Para hacerte una idea más concreta de los gastos, examina la información de varios meses. Es conveniente analizar el gasto de los últimos doce meses.

Algunos gastos son fijos, mientras que otros cambian de un mes a otro o incluso se producen de forma periódica a lo largo del año. Para incluir en el presupuesto los gastos periódicos, divide entre 12 el importe anual total de cada elemento. De este modo, obtendrás un importe mensual con el que ya podrás trabajar. Para incluir los gastos variables, suma los gastos de algunos meses (por ejemplo, los alimentos), o, mejor, los de un año en el caso de los servicios (como teléfono, agua, gas y electricidad), y divide el resultado entre el número de meses para obtener una media.



Los ingresos mensuales netos del hogar son la cantidad real de dinero disponible para gastar (ingresos brutos menos impuestos y otras deducciones). En estos ingresos se incluyen los sueldos, los beneficios derivados de inversiones y la manutención de los hijos. Si te pagan cada semana, recuerda multiplicar la cifra por 52 y dividirla entre 12 para obtener la cantidad mensual exacta.

Utiliza las tablas 3-1 y 3-2 para registrar los ingresos y los gastos. Si el total de los gastos mensuales supera los ingresos mensuales totales del hogar, debes reducir los gastos o aumentar los ingresos para no verte en graves aprietos.

Si tu presupuesto muestra un superávit de ingresos al final de cada mes, podrás saldar antes tus deudas, aumentar la cantidad destinada a la cuenta de ahorro o a las inversiones, o, incluso, gastar algo de dinero en cosas que tu familia necesite de verdad.

Un último comentario sobre los planes de gastos: no son difíciles de elaborar, pero pueden hacerte la vida muy ardua si no tienes auto-control. Al final, un plan de gastos sólo es tan bueno y útil como el grado de disciplina con que lo sigues.

Los bienes de los cónyuges

Los bienes de los cónyuges están sujetos al levantamiento de las cargas del matrimonio, que son aquellos gastos necesarios para el mantenimiento de la familia (alimentos, gastos derivados del domicilio familiar, gastos de previsión de salud, de educación de los hijos...) con la adecuación a los usos y el nivel de la vida familiar. Si uno de los cónyuges incumple su deber de contribuir al levantamiento de estas cargas, el juez, a petición del otro, dictará las medidas cautelares que estime necesarias a fin de asegurar su cumplimiento y proveer a las necesidades futuras.

De las deudas que se hayan contraído para atender a las cargas familiares, responderán solidariamente los bienes que los cónyuges tengan en común y los del cónyuge que contraiga la deuda y sólo si este último no tiene bienes privativos y tampoco los hay comunes, se responderá con los bienes del otro cónyuge, pues aunque no haya sido él el que ha contraído la deuda, el destino del gasto ha sido para atender a las necesidades familiares.

Si siempre te has dedicado al cuidado de la familia y de los hijos, debes saber que esa dedicación se considera como una contribución a las cargas del matrimonio.

Capítulo 4

Los fundamentos del derecho de familia

En este capítulo

El derecho de familia

Aspectos legales de las obligaciones matrimoniales

El papel de los abogados, los procuradores y el sistema judicial

Responsabilidades de los padres

Las reglas de juego del matrimonio, la separación o el divorcio, así como las aplicables a las relaciones entre los padres y los hijos, constituyen el *derecho de familia*. Entre otras cosas, esta rama del derecho establece las normas básicas que determinan la legalidad de un matrimonio o un divorcio, las obligaciones de un cónyuge hacia otro y las responsabilidades de los padres hacia los hijos, como la manutención, así como los derechos económicos de los consortes incluso después del fin del matrimonio.

Este capítulo proporciona un resumen de las leyes aplicables para dar comienzo y fin a un matrimonio, así como una breve perspectiva histórica sobre la evolución de dichas leyes para adaptarse y reflejar los nuevos valores de la sociedad.

Nuevas leyes para nuevos tiempos

En las últimas décadas se han producido cambios radicales en el estilo de vida, los valores y las actitudes de la sociedad, lo que se ha reflejado en la aparición de la unión estable de parejas homosexuales, el aumento de la cohabitación y la regulación del matrimonio entre personas del mismo sexo. El mayor acceso al mundo laboral de las mujeres, que están abandonando su papel tradicional en el hogar, es uno de estos cambios más significativos. Como resultado, los hombres han empezado a comprometerse más activamente en el cuidado y la educación de los hijos. Esto ha llevado a los legisladores y los especialistas en derecho de familia a reconsiderar los acuerdos aplicables a los hijos y la pensión compensatoria entre los cónyuges (incluido el caso de las uniones estables de pareja).

Nadie tiene la culpa



Puedes conseguir el divorcio sin echarle la culpa a tu cónyuge. Con la reforma operada por la ley del divorcio (en el año 2005), ya no es necesario alegar ninguna causa para poder solicitar la separación o el divorcio. Además se puede solicitar directamente el divorcio sin necesidad de que antes os hayáis separado legalmente, así que si la ley ya no te lo pide, no pierdas el tiempo en buscar culpables.

Los derechos de los hijos

Ya en 1959, la Declaración Universal de los Derechos del Niño estableció que “El interés superior del niño debe ser el principio rector de quienes tienen la responsabilidad de su educación y orientación”. Además, la Convención de los Derechos del Niño (aprobada en 1990 por la Asamblea de las Naciones Unidas) reconoce el derecho de los niños a expresar su opinión sobre todo lo que les afecte.

Mientras que antes se hacía hincapié en los derechos de los padres con respecto a los hijos, en la actualidad lo que se tiene en cuenta son las responsabilidades de los padres hacia ellos. Este cambio radical se debe en parte a una mayor concienciación sobre los daños que sufren los menores cuando se ven envueltos en las disputas de sus progenitores o cuando pierden el contacto con uno de ellos.

Conseguir manutención para los hijos

El aumento del número de familias monoparentales en la última mitad del siglo pasado ha conllevado un incremento de las solicitudes al Estado de apoyo económico.

El Estado, a través de la Seguridad Social, concede una serie de prestaciones para las situaciones en las que el padre o la madre tienen que atender solos a menores por divorcio, por abandono del hogar o por decisión propia, y además se encuentran en situación de grave carencia económica, a cuyo efecto existe el Programa de Apoyo a Familias Monoparentales (www.seg-social.es/prestaciones).

Acordar la pensión compensatoria del cónyuge

También la actitud hacia la pensión compensatoria del cónyuge ha cambiado en las últimas décadas, puesto que van siendo más las mujeres que tienen sus propios ingresos. Cada vez es menos frecuente que un cónyuge tenga que pagar una pensión compensatoria, y los jueces están obligados por ley a valorar si deben rechazar una petición de este tipo.

En la actualidad, salvo casos excepcionales, si se fija una pensión compensatoria suele ser temporal, por lo general con un máximo de cinco años, salvo que concurran circunstancias muy concretas que permitan prever que el desequilibrio económico que produce en uno de los cónyuges el cese de la convivencia matrimonial va a perdurar de modo irreparable. El [capítulo 12](#) explica todos los detalles de la pensión compensatoria del cónyuge y la manutención de los hijos.

Convivir sin haberse casado

No existe el matrimonio de hecho, por mucho tiempo que lleve conviviendo una pareja. No obstante, las relaciones de dos personas que conviven y mantienen una relación análoga a la matrimonial es una realidad social y la mayor parte de nuestra sociedad la admite. Alrededor del 50 % de las personas que cohabitan creen que su relación se puede calificar de matrimonio de hecho, pero no es así.

Si vivís en pareja y creéis que tenéis los mismos derechos, obligaciones y protección que las parejas casadas si se separan, estáis equivocados. No obstante, son ya bastantes las comunidades autónomas que han regulado los derechos y las obligaciones de las parejas estables y la tendencia es que esa regulación se asemeje a la regulación de las uniones matrimoniales. Además, los hijos nacidos de una convivencia de ese tipo (se llama *more uxorio*) tienen los mismos derechos que los hijos nacidos de una unión matrimonial y sus progenitores tienen las mismas responsabilidades; pero es cierto que los derechos y obligaciones que tienen entre sí los miembros de la pareja no son idénticos a los de las personas que contraen matrimonio.

Si no os habéis casado y queréis poner fin a vuestra convivencia, para regular las cuestiones que afectan a vuestros hijos deberéis seguir un proceso similar al de una separación. Pero la posibilidad de reclamar prestaciones económicas depende de la regulación de vuestra comunidad autónoma.

Si cuando iniciasteis la convivencia redactasteis un documento para regular vuestras relaciones (personales y económicas), y en él habéis previsto qué pasará si se rompe la unión, este documento os será de gran utilidad, pues, en definitiva, se trata de un contrato y siempre que los pactos acordados no sean contrarios a las leyes, podréis hacerlos valer.

Tenéis que saber que aunque dos personas hayan convivido toda la vida como si fueran un matrimonio, en caso de que uno muera, el otro no tiene ningún derecho de heredar. La única posibilidad es que el fallecido hubiera hecho testamento y dejara algún bien a su pareja. A pesar de ello, la mayoría de las comunidades autónomas reconocen en su legislación determinados derechos hereditarios. Puedes consultar con un abogado o en la web de tu comunidad autónoma, donde encontrarás toda la legislación.

Contraer matrimonio

La mayoría de las personas identifica el matrimonio con una relación romántica, que es como suele empezar. Sin embargo, también es una relación económica y legal. De hecho, estos dos aspectos siguen vigentes cuando el romanticismo desaparece y cobran una especial importancia en caso de que decidáis separaros legalmente o divorciaros.

Obtener el certificado de matrimonio

Si estás leyendo este libro, lo más probable es que ya hayas contraído matrimonio y que contemples la posibilidad de divorciarte, por lo que no te importan lo más mínimo las responsabilidades matrimoniales y sólo quieres que vayamos al grano. Sin embargo, podrás comprender mejor tus responsabilidades tras el divorcio si estás al tanto de tus responsabilidades durante el matrimonio.

El Estado te obliga a notificar tu intención de casarte para garantizar que no haya ninguna objeción, como un matrimonio anterior sin disolver (por eso, si quieres volver a casarte, asegúrate de finalizar primero el proceso de divorcio). Dicha notificación puede adoptar varias formas, según el lugar en el que vaya a celebrarse la ceremonia:

- ✓ **En el Registro Civil.** Si planeáis casaros en el Registro Civil, debéis avisar con antelación al funcionario encargado de inscribir los matrimonios.
- ✓ **En la iglesia.** La persona que celebre vuestra ceremonia religiosa os comunicará si también está autorizada para inscribir el matrimonio en el Registro Civil, lo que os evitaría realizar este trámite.
- ✓ **En otro lugar autorizado.** Si pensáis casaros por lo civil en otro lugar que no sea el registro (por ejemplo, en un hotel autorizado), el organizador os dirá qué debéis hacer para informar al registro.

En todos estos casos, debéis presentar documentos que certifiquen vuestra edad, identidad y domicilio. Si alguno de los dos ya ha estado casado previamente, deberá aportar pruebas que demuestren que el anterior matrimonio ya no existe,

como los papeles del divorcio o el certificado de defunción del cónyuge.

No podrás casarte legalmente en las siguientes circunstancias:

- ✓ Si eres menor de 18 años. En caso de que tengas menos de 18, deberás haber obtenido la emancipación y si tienes más de 14, necesitarás una dispensa del juez, quien deberá también oír a tus padres o guardadores.
- ✓ Si pretendes casarte con un familiar cercano, como un progenitor, hermano, abuelo, hijo, nieto, tío, sobrino (y sus femeninos, claro).
- ✓ Si ya has contraído matrimonio y ese matrimonio no ha sido disuelto por sentencia de divorcio (lo que se convertiría en bigamia).
- ✓ Si tú o la persona con la que quieres casarte ha sido condenada como autor o cómplice de la muerte intencionada del cónyuge, te hará falta una dispensa del ministro de Justicia.

Después de casaros, recibiréis una copia auténtica de vuestro certificado de matrimonio que demuestra que estáis legalmente casados. En caso de que no dispongas de una copia y la necesites para tu divorcio, solicítala en el Registro Civil, ya que es donde se conserva el certificado de matrimonio original.



En la actualidad, muchas parejas deciden vivir juntas sin casarse. La legislación que regula la unión estable de pareja es diferente de la que se aplica al matrimonio. Encontrarás más información sobre la unión estable de pareja en el anterior apartado titulado “Convivir sin haberse casado”.

Los derechos y las responsabilidades matrimoniales

Una vez que se haya celebrado la ceremonia del matrimonio, tú y tu cónyuge estaréis unidos mediante un contrato matrimonial vinculante. Conforme a este contrato, habéis acordado asumir una serie de importantes obligaciones legales y económicas mutuas. Asimismo, el contrato también os confiere determinados derechos legales como cónyuges. Entre estos derechos y obligaciones, destacan los siguientes:

- ✓ Estáis obligados a apoyaros económicamente.

La ley no establece cómo proporcionar este apoyo ni a cuánto debe ascender. Además, si te dedicas a realizar las tareas del hogar, cuidar de los hijos o sustentar la carrera profesional de tu pareja, los tribunales

considerarán que tu contribución al matrimonio es equivalente a la contribución económica de tu cónyuge.

- ✓ Estáis obligados a respetaros el uno al otro.
- ✓ Estáis obligados a proporcionar sustento económico y de otro tipo a vuestros hijos.
- ✓ Tenéis derecho a elegir dónde, cuándo y cómo cumplir con vuestras obligaciones legales con respecto a vuestros hijos, dentro de unos límites.

Por ejemplo, a las autoridades no les importa si decidís educar a vuestros hijos como vegetarianos, pero intervendrán en caso de que crean que están malnutridos, e incluso podrían retiraros su custodia. Además, aunque tenéis el derecho de elegir médico, las autoridades pueden intervenir si consideran que estáis privando a vuestros hijos de un tratamiento que podría salvarles la vida.

- ✓ Tenéis la obligación de compartir las responsabilidades domésticas y el cuidado y atención de vuestros descendientes, ascendientes y otras personas que tengáis a vuestro cargo.
- ✓ Estáis exentos de testificar en contra del cónyuge en los tribunales.
- ✓ Tenéis derecho a suceder a vuestro cónyuge en el arrendamiento de la vivienda.
- ✓ Tenéis derecho a percibir una pensión de viudedad, siempre que vuestro cónyuge hubiera cotizado a la Seguridad Social.

Acordar las condiciones antes de casarse

Podría interesaros aumentar o reducir vuestras obligaciones matrimoniales con respecto al cónyuge firmando un acuerdo o pacto prematrimonial antes de casaros.

Un *pacto prematrimonial* os permite contemplar de manera realista vuestra relación y regularla según vuestras aspiraciones, intereses y valores, que pueden no coincidir con lo que se ha establecido en las leyes que regulan la separación y el divorcio. Por ejemplo, si uno tiene una empresa, antes de casaros podéis decidir que el otro no va a tener ningún derecho económico relacionado con esa empresa (ni obligaciones). Los acuerdos prematrimoniales son bastante frecuentes entre las personas maduras que se casan por segunda vez (la experiencia de discutir por no haber dejado claro qué quería cada uno enseña cómo hacer las cosas a la segunda).

La ley española común no regula esos acuerdos prematrimoniales; en la

actualidad sólo hay normativa sobre ellos en las comunidades autónomas de Cataluña y de Valencia. A pesar de ello, en la práctica se suele reconocer la validez de tales pactos sea cual sea la relación civil de la pareja que lo ha acordado. Piénsalo bien y redacta un acuerdo prematrimonial, cuando todo es bonito, de esta manera evitarás sentir luego que te están quitando la vida que deseaste. Intenta blindar tu situación económica y patrimonial, ya que si llega el momento de la separación o del divorcio, lo que hayáis acordado os hará más fácil el trago: serán menores los costes tanto económicos como emocionales de la ruptura conyugal. El [capítulo 21](#) explica más detalles de este tipo de acuerdos.

Casarse por la Iglesia

Aunque no es obligatorio celebrar una ceremonia religiosa para estar legalmente casados, hay mucha gente que opta por este tipo de unión. Los ritos de matrimonio religioso reconocido actualmente en España son el católico, el evangélico, el islámico y el judío.

Sin embargo, un enlace religioso sólo es legal si el clérigo que preside la ceremonia y el lugar en el que se celebra están autorizados para ello. En caso contrario, deberéis acudir también al Registro Civil para celebrar el enlace por lo civil. Por ello, si sólo habéis celebrado una ceremonia religiosa en un lugar no autorizado, podríais no estar legalmente casados.

Si os casáis en el extranjero, lo más frecuente es que vuestro matrimonio también se reconozca en España, siempre y cuando cumpla las normas del país en el que os casasteis. Para informarte sobre el matrimonio en el extranjero, consulta el apartado que aparece más adelante con el título “El matrimonio y el divorcio en el extranjero”.

Uniones estables de pareja

En España cada vez es mayor el número de parejas, tanto hetero-sexuales como homosexuales, que deciden convivir sin casarse. Podéis hacer que vuestra relación constituya una *unión estable de pareja*. La única condición es que ambos debéis ser solteros, viudos o divorciados, o haber obtenido la nulidad matrimonial o estar separados judicialmente. La mayoría de las comunidades autónomas reconocen las uniones estables de pareja entre personas del mismo sexo.

Hay dos vías para constituir la unión estable:

- ✓ Ir al notario, quien otorga una escritura. En ella podéis pactar tanto las relaciones económicas entre vosotros mientras dure la relación de

convivencia, como las que se adoptarán en caso de ruptura.

- ✓ Inscribiros como unión estable de pareja en el registro que exista en vuestra población. Al igual que cuando se celebra un matrimonio, la pareja debe firmar en el registro en presencia del funcionario encargado de las uniones de pareja estable y de dos testigos.

No podrás constituirte legalmente como unión estable de pareja:

- ✓ Si no eres mayor de edad o si eres menor y no tienes una declaración judicial de emancipación
- ✓ Si tienes una sentencia judicial por la que se determina que no tienes capacidad para tomar decisiones
- ✓ Si pretendes formar pareja estable con un familiar cercano, como un progenitor, hermano, abuelo, hijo, nieto, tío o sobrino (y sus femeninos, claro)
- ✓ Si tienes registrada otra unión estable con otra persona y no la habéis extinguido en el registro correspondiente

En el caso de que estés conviviendo con tu pareja y no estés inscrito en el registro de uniones de pareja ni hayas otorgado escritura pública de constitución, si no tenéis hijos comunes y necesitáis probar que sois pareja de hecho puedes acreditarlo por los siguientes medios:

- ✓ Contrato privado que hayas firmado con tu pareja
- ✓ Contratos de apertura de cuentas corrientes conjuntas, suscripción de tarjetas de crédito o débito con cargo a una misma cuenta, etc.
- ✓ Contrato de arrendamiento en el que figuréis los dos como inquilinos
- ✓ Cartilla de la Seguridad Social y designación de uno de los convivientes como beneficiarios
- ✓ Si tu pareja ha fallecido, puedes ir al notario con testigos y otorgar una acta de notoriedad; podrás pedirle al notario que adjunte los documentos que constituyan pruebas de esa convivencia.

Similitudes y diferencias de la unión estable de pareja y el matrimonio

Hay dos aspectos muy importantes en los que el matrimonio y la unión estable de pareja son equivalentes:

- ✓ Las personas que conviven tienen derecho a percibir **indemnizaciones** en

caso de **fallecimiento** de su pareja; también por los **perjuicios económicos** y morales derivados, por ejemplo, de un accidente de tráfico, o de un accidente laboral.

- ✓ El derecho a la **asistencia sanitaria** se reconoce a la pareja con la que conviva el titular del derecho. En estos casos será necesario acreditar un período mínimo de convivencia de un año con el titular del derecho.

A continuación puedes ver las principales diferencias entre las uniones estables de pareja y los matrimonios.

- ✓ A una unión no se le aplican automáticamente los regímenes económicos propios del matrimonio. Las relaciones económicas entre los miembros de la pareja se regirán por los pactos que acuerden mientras dure la convivencia.
- ✓ Se acaba la convivencia por:
 - La muerte de uno de los convivientes
 - Mutuo acuerdo, que tendrá que constar en escritura pública si la pareja estable se constituyó con esta formalidad, o deberá ser notificada al registro de uniones de pareja si constaba su inscripción
 - Decisión de uno de ellos

No todas las comunidades autónomas que tienen regulación sobre las uniones estables de pareja reconocen derechos en caso de muerte de uno de los convivientes. La Tesorería General de la Seguridad Social exige, además de los requisitos ordinarios, otras tres circunstancias para reconocer el derecho a obtener la pensión de viudedad en las relaciones de convivencia de hecho:

- ✓ Que haya existido una relación de convivencia
- ✓ Que cuando fallece uno de los miembros fuera legalmente a contraer matrimonio
- ✓ Que el fallecimiento se haya producido con anterioridad a la fecha de la entrada en vigor de la ley de divorcio (1981)

La pensión de viudedad concedida por convivencia se pierde si el beneficiario se casa.

- ✓ Como hemos dicho, el Código Penal reconoce el derecho del conviviente a percibir indemnizaciones en los casos que dicta la ley.
- ✓ De igual manera, tanto el cónyuge como la pareja con la que conviva el titular tiene derecho a la asistencia sanitaria en los términos establecidos.

Si tu relación es una unión estable de pareja, ten en cuenta que aunque no estéis casados ambos debéis contribuir al sostenimiento de los gastos derivados de la convivencia, tales como el pago de los suministros de luz, agua, teléfono, compra de comida, etc. Si no habéis pactado al inicio de la relación cómo os distribuiréis esos gastos, se entiende que cada uno contribuirá en proporción a sus recursos económicos. Y también se considera (como en un matrimonio) que dedicarse a cuidar la casa y los hijos es una forma de contribuir a los gastos.

El fin de la unión estable de pareja

Para poner fin a una unión estable de pareja sin hijos, no es necesaria una declaración judicial (ni, por lo tanto, el procedimiento correspondiente). La excepción es la comunidad autónoma de Cataluña, donde desde el 1 de enero de 2011 los efectos de esas rupturas siguen el mismo procedimiento que el de las rupturas matrimoniales.

El término que se aplica para definir el fin de una unión estable de pareja es “extinción”, y el proceso es semejante al del divorcio, pero los derechos económicos que se pueden reclamar no son exactamente los mismos.

Cuando una pareja estable pone fin a la convivencia sin acuerdo y no hay hijos, los principales problemas suelen tener relación con la vivienda, ya sea ésta propiedad de los dos, de uno solo o bien sea de alquiler. Si no tenéis hijos y no os ponéis de acuerdo, el juez no se pronunciará respecto a quién se queda con el uso de la vivienda. Pueden darse, entre otros, los siguientes casos:

- ✓ Que sea propiedad de uno. Se considerará como un bien propio de quien la adquirió y seguirá perteneciendo a éste, sin que el otro adquiera ningún derecho sobre ella.
- ✓ Que sea propiedad de los dos y ambos queráis quedaros con ella. No podréis hacerlo y tendréis que recurrir a un abogado para que interponga una demanda a fin de que se extinga ese *condominio* que tenéis sobre la vivienda.
- ✓ Que sea de alquiler. Obviamente el titular del alquiler puede quedarse. Y el otro, también; puede subrogarse en las mismas condiciones y derechos que tenía el titular, siempre que la relación de convivencia haya durado al menos **dos años** o si existen **hijos comunes**. Hay que avisar al propietario.

Los hijos

Por supuesto, los hijos nacidos de parejas no unidas por matrimonio tienen los mismos derechos que los hijos de personas casadas. Si tu hijo ha nacido de una

relación esporádica y el padre se niega a reconocerlo, puedes reclamar judicialmente que se determine la paternidad de tu hijo.

Además, en España hay una ley específica para proteger los derechos de los hijos menores de edad (ley orgánica 1/1996, de 15 de febrero, de protección jurídica del menor).

Secuestro de menores

Es un delito llevarse a un menor que está al cuidado de una persona sin que ésta dé su consentimiento. Si secuestran a tu hijo, ponte en contacto de inmediato con tu abogado, sobre todo si crees que detrás de ello está tu actual o futura ex pareja y que podría llevarse al menor fuera del territorio nacional.

Toda la legislación europea establece que las decisiones sobre la custodia deben tomarse en el país en el que el menor residiese antes de ser secuestrado. Por tanto, si tú y tu hijo vivís en España pero tu ex cónyuge lo secuestra y se lo lleva a otro país, tendrán prioridad las decisiones tomadas en España sobre el cuidado y el lugar de residencia del menor.

Responsabilidades como padres

La responsabilidad legal hacia los hijos no depende de si estáis casados o no. Cualquiera que tenga un hijo está obligado a preocuparse por su salud física, psicológica y moral. Esta responsabilidad implica que debes:

- ✓ Suministrar a los hijos alimentos, ropa, cuidados médicos y un lugar donde vivir.
- ✓ Procurarles educación y formación integral. No es obligatorio que cursen una educación superior, pero sí deben cursar la educación básica obligatoria.
- ✓ Velar por su salud y bienestar.
- ✓ Asegurarte de que reciben una educación básica en una escuela pública o privada o en el hogar.
- ✓ Mantener contacto directo y relaciones personales con los hijos si no estáis viviendo juntos.
- ✓ Actuar como legal representante de los menores.
- ✓ Escuchar la opinión de vuestros hijos en todas aquellas decisiones que les afecten, sobre todo si tienen más de 12 años de edad.

Las obligaciones permanecen en vigor hasta que los hijos alcanzan la mayoría de edad (18 años). Tienes muchos más detalles en el [capítulo 10](#).

Hogar, dulce hogar

Como padres, durante el proceso de separación, divorcio o ruptura de unión estable de pareja deberéis determinar el domicilio de vuestros hijos mediante acuerdos que establezcan en qué lugar y con quién vivirán. Tenéis dos opciones:

- ✓ **Domicilio único.** Los hijos viven con uno de sus progenitores. Por ejemplo, se instalan con su madre.
- ✓ **Domicilio compartido.** Los hijos dividen su tiempo entre las casas de sus padres. Por ejemplo, pasan una semana en la casa de su padre y la semana siguiente, en la de su madre.



Los estudios realizados demuestran que los hijos suelen ser más felices si viven con ambos padres, sea como sea. Si te ves en la necesidad de tener que tomar la decisión de poner fin a la convivencia, debes pensar por encima de todo en el interés de tus hijos.

El contacto con los hijos

Si te has separado de tu pareja y vuestros hijos viven contigo, debes permitirles mantener cierto tipo de contacto con ésta. Sólo cuando el contacto de los hijos con el progenitor que no tenga su custodia suponga un riesgo grave para su estabilidad física o psíquica deja de existir ese derecho a relacionarse. En estos casos se puede establecer un contacto supervisado, de modo que los niños se relacionen con el progenitor no custodio en un punto de encuentro familiar, que es un espacio neutral donde se facilita el encuentro del menor con el progenitor no custodio, con el fin de cumplir el régimen de visitas, en aquellos casos en que las relaciones son conflictivas; de este modo se garantiza el derecho de los niños a relacionarse con ambos progenitores, así como su seguridad.

Se ha comprobado que para garantizar su desarrollo emocional y bienestar, los menores no deben perder el contacto con ninguno de sus progenitores, por lo que lo ideal es que mantengan contacto directo con su padre y su madre.

La prioridad son los hijos

Tanto si estáis casados como si no, la ley establece que debéis dar prioridad a las necesidades de vuestros hijos cuando toméis decisiones importantes que les afecten. Por tanto, su bienestar debe ser siempre vuestra principal preocupación.

Cuando un juez examine los acuerdos a los que habéis llegado sobre el domicilio de los hijos y el contacto que mantendrán con los padres, si considera que esos acuerdos no protegen en la debida medida los intereses de vuestros hijos no los aprobará (y puede hacerlo).

Si no habéis sido capaces de poneros de acuerdo, el juez antes de tomar una decisión respecto a los hijos considerará unas cuantas cosas:

- ✓ Los deseos y los sentimientos de cada hijo, en función de su edad y su entendimiento
- ✓ La capacidad de los padres de satisfacer las necesidades de los hijos
- ✓ Las necesidades físicas, afectivas y educativas de los hijos
- ✓ Los daños que los hijos hayan sufrido o puedan sufrir, si se da el caso
- ✓ El principio de no separación de hermanos
- ✓ El tiempo de que dispone cada uno de los progenitores para atenderlos
- ✓ La edad de vuestros hijos, así como cualquier otro rasgo que el juez considere importante

Mientras estéis en el proceso de separación o de divorcio, el juez puede ofreceros que os sometáis a mediación. Este principio de intervención mínima del tribunal se basa en la idea de que son los padres los que mejor conocen a sus hijos y, por ello, están más capacitados que el tribunal para tomar una decisión que vele por los intereses de los menores.

La función de los abogados y los procuradores

Cuando pongas en marcha un proceso judicial de separación, divorcio o ruptura de unión estable de pareja, tendrás que valerte de los servicios de dos tipos de profesionales del derecho. En España es obligatorio que ambos miembros de la pareja que se separa, sea de mutuo acuerdo o no, estén representados por un procurador de los tribunales y dirigidos por un abogado. En los [capítulos 15 y 17](#) hallarás consejos sobre cómo encontrar y trabajar con abogados y procuradores. Las diferencias entre estos dos tipos de profesionales del derecho son básicamente las siguientes:

El procurador es un licenciado en derecho. Se encargará de representarte. Su función es ser el nexo de unión entre los tribunales y los abogados, y viceversa: recibe las resoluciones que vayan dictándose en el proceso, se las entrega a tu abogado, recoge los escritos del abogado y los presenta en el juzgado.

Es muy recomendable que si estás pensando en poner fin a tu matrimonio o unión estable de pareja, elijas a un abogado que esté especializado en derecho de familia. (La mayoría de los colegios de abogados tienen un listado de sus colegiados por especialidades.)

Los sistemas judiciales

Si quieres separarte legalmente, divorciarte o regular los efectos de la extinción de tu unión estable de pareja, deberás acudir a los tribunales, tanto si el procedimiento es de mutuo acuerdo, como si es contencioso.

En España se ocupan de estos asuntos los juzgados de lo civil; no obstante, en las poblaciones grandes existen juzgados dedicados exclusivamente a estos procedimientos. A pesar de que en la mayoría de las comunidades autónomas cuentan con un derecho foral específico que regula los efectos derivados de la separación, la nulidad, el divorcio o la extinción de unión estable de pareja, el trámite procesal que deberá seguir tu litigio es el mismo sea cual sea la comunidad en la que residas, pues está regulado por una ley estatal.

Tu litigio puede llegar a pasar por tres tribunales:

- ✓ **Juzgados de primera instancia.** El primero que conocerá tu proceso. No puedes escoger el juzgado que quieras, sino que tu demanda irá al juzgado decano del partido judicial que te toque por el lugar donde vives. Ahí le asignan un juzgado civil, o de familia si existe en esa población.
- ✓ **Juzgado de violencia sobre la mujer.** Será el que conozca en primera instancia tu litigio si se ha interpuesto una denuncia por violencia de género.
- ✓ **Audiencias provinciales.** Si alguna de las partes recurris la sentencia que dicte el juzgado de primera instancia, el procedimiento irá a la audiencia provincial. Este tribunal revisa qué ha pasado, delibera y dicta sentencia, que puede confirmar o modificar la sentencia anterior.
- ✓ **Tribunales superiores de justicia.** Cada comunidad autónoma cuenta con un Tribunal Superior de Justicia. Si se dan los requisitos legalmente establecidos puede recurrirse la sentencia que dicte la Audiencia Provincial y remitirse el procedimiento al Tribunal Superior de Justicia, que tras revisar de nuevo las actuaciones anteriores, dictará sentencia. Es poco frecuente que se llegue a este nivel.
- ✓ **Tribunal Supremo.** En el supuesto de que un litigio se haya regido por el derecho civil común (y no por el derecho foral de la comunidad autónoma), y si se dan los requisitos para recurrir la sentencia de la Audiencia Provincial, será el Tribunal Supremo quien verá el recurso y lo resolverá.

El matrimonio y el divorcio en el extranjero

Puede ocurrir que un ciudadano español se case con una persona de otro país, también que se case en el extranjero y viva en España y, al revés, que se case en España y viva fuera. Esas situaciones pueden hacer que surjan problemas a la hora de divorciarse y de llegar a acuerdos sobre los hijos. Si estás en alguno de esos casos, la complejidad será mayor.

Habrà que ver si los tribunales españoles son competentes en tu procedimiento. Además, podrían aplicarse normas internacionales al proceso de ruptura de la pareja, también a las medidas que afecten a los hijos. Así, si entra en juego un componente internacional, en cuanto penséis en separaros debéis tener en cuenta también en qué lugar debería tramitarse el divorcio. Ni que decir tiene que en este caso aún necesitarás más de los conocimientos de un abogado especialista.

Capítulo 5

Aspectos básicos de la legislación sobre el divorcio

En este capítulo

Requisitos básicos para divorciarse

Los dos tipos básicos de divorcio

Qué sucede si el divorcio llega a los tribunales

Concluir el divorcio

El divorcio podría suponer tu primer encuentro con el sistema legal. Es lógico que te asuste la idea de enfrentarte con abogados, tribunales y la terminología legal.

No obstante, la mejor manera de superar este miedo y evitar consecuencias difícilmente reparables en el futuro es decidir informarse debidamente sobre las leyes aplicables al divorcio y a los procedimientos y trámites asociados.

Con esta idea de informarse antes y prevenir los efectos posteriores, este capítulo expone un resumen de los fundamentos de la legislación sobre el divorcio y las principales decisiones que deberás tomar para cumplir los requisitos que establecen las leyes que rigen estos procedimientos.

En este sentido, lo primero que necesitas saber son los requisitos legalmente establecidos para solicitar el divorcio. Desde la entrada en vigor de la reforma del Código Civil, en julio de 2005, el único requisito para poder divorciarse es que hayan transcurrido más de tres meses desde la celebración del matrimonio. Esa condición deja de regir si hay malos tratos para uno de los cónyuges o para los hijos.

Recuerda que si quieres divorciarte no es necesario que antes te hayas separado ni tienes que alegar una causa (y que si tu pareja quiere divorciarse tampoco debe hacerlo, claro). Otra cosa es que para justificar cuáles quieres que sean los términos del divorcio (económicos, visitas de los hijos, etc.) tengas que exponer ante el juez el funcionamiento de la familia mientras ha durado el matrimonio, la forma de operar respecto al cuidado de los hijos y la dedicación al hogar familiar, y otras informaciones relativas a vuestra vida.

Acordar los puntos principales del divorcio

Tú y tu cónyuge debéis tratar ciertas cuestiones fundamentales durante el proceso de divorcio. Aunque existe la posibilidad de modificar las medidas que se adopten si al cabo del tiempo se produce una variación sustancial de las circunstancias respecto al momento del divorcio, es aconsejable regular lo más detalladamente posible todo lo que se derive de vuestra ruptura matrimonial; se trata de evitar procedimientos posteriores.

Vuestras decisiones deberán resolver los siguientes aspectos:

- ✓ **El domicilio y el contacto con los hijos** (si tenéis hijos a vuestro cargo). Probablemente estos asuntos serán los más delicados del divorcio. Algunos padres temen que, si no se convierten en el progenitor custodio, dejarán de ser una figura importante para sus hijos; en cambio, otros aprovechan las disputas por su custodia para vengarse de su cónyuge u obtener pronunciamientos favorables en relación con cuestiones económicas o patrimoniales. Puedes intentar lo que quieras, pero el juez siempre actuará bajo la premisa de que la prioridad es el interés de los hijos. Si os divorciáis de mutuo acuerdo, el ministerio fiscal se ocupará de que vuestros acuerdos garanticen los intereses de los menores. El [capítulo 10](#) explica cómo tomar decisiones sobre los acuerdos que afectan a los hijos.
- ✓ **La manutención de los hijos.** Este concepto es amplio y abarca, además del gasto de alimentos en sentido estricto, todo lo que es indispensable para el sustento, habitación, vestido y asistencia médica. También incluye la educación e instrucción de los hijos menores y aun después si no han acabado la formación por causa que no le sea imputable. En el [capítulo 13](#) podrás leer los gastos y complicaciones que os pueden surgir al decidir cómo repartir la manutención de los hijos.
- ✓ ¿Pagará uno de los cónyuges una **pensión compensatoria** al otro? En caso de que sea así, ¿a cuánto ascenderá cada pago y durante cuánto tiempo tendrá vigencia? Para que nazca el derecho a ser beneficiario de una pensión compensatoria, tiene que haberse producido, como consecuencia de la ruptura matrimonial, un desequilibrio en uno de los cónyuges con relación al otro, que signifique un empeoramiento respecto a la situación vigente el matrimonio. Puedes leer sobre las pautas y las consecuencias de la pensión compensatoria en el [capítulo 12](#).
- ✓ ¿Cómo vais a repartiros vuestras **propiedades, pensiones y deudas**? Ésta es una cuestión que podéis regular vosotros mismos en un procedimiento de mutuo acuerdo, en el que podéis acordar el reparto de los bienes, cómo pagar las deudas, compensaciones entre uno y otro, etc. No obstante, en un

procedimiento contencioso, no siempre es posible solicitar la división de los bienes. Por ejemplo, la legislación catalana permite solicitarlo en el propio procedimiento, pero en el derecho civil común no se prevé dicha opción. Si tú y tu cónyuge podéis alcanzar un acuerdo para resolver estas cuestiones, el divorcio será mucho más rápido y económico. En caso de que os resulte imposible alcanzarlo, o de que el divorcio incluya factores más complejos (por ejemplo, cuantiosas propiedades o deudas), es aconsejable que solicitéis la intervención de un abogado. No dejes de leer con atención el [capítulo 11](#), porque este asunto suele ser la principal fuente de discusión.

Un objetivo (y dos vías para alcanzarlo)

El objetivo de un divorcio es siempre poner fin a un matrimonio. Sin embargo, existen varios medios para alcanzar dicho objetivo. Puedes colaborar con tu cónyuge para que el proceso sea lo más fácil y económico posible, o bien puedes convertirlo en una costosa lucha llena de resentimientos, peticiones poco razonables y actitudes intransigentes.

El divorcio es un proceso, no un acontecimiento. El camino que decidáis seguir depende de ti y de tu cónyuge; para alcanzar un acuerdo es evidente que ambas partes deberéis ser flexibles y ceder en algunas cuestiones. Hay dos vías básicas y optar por una u otra es decisión vuestra:

- ✓ El divorcio de mutuo acuerdo. Tú y tu cónyuge acordáis las condiciones por las que se regirán todos los efectos derivados del divorcio, que deberán ser recogidas en un convenio regulador. También podéis recurrir a un mediador o a un abogado, o incluso contratar a ambos profesionales, para decidir de forma amistosa los acuerdos que queráis que rijan vuestro divorcio y con ello evitar ir a juicio.
- ✓ El divorcio contencioso. En este caso, y ante la imposibilidad de llegar a un acuerdo sobre las cuestiones que hay que regular derivadas de vuestro divorcio, las medidas serán decididas por un juez, tras un procedimiento judicial en el que cada una de las partes expondrá las medidas que solicita y deberá razonar los hechos que las justifican.

Vuestro divorcio podría ser una combinación de las dos opciones mencionadas, pues puede ocurrir que exista acuerdo en alguna de las cuestiones y no en otras; las primeras se regirán por vuestros acuerdos y sobre las segundas deberá decidir un juez.

Muchas parejas deciden también recurrir a la mediación para estructurar las negociaciones del divorcio y reducir la conflictividad que puede darse tras la ruptura, en la que suelen mezclarse muchos sentimientos. (Consulta el [capítulo](#)

16 si crees que la mediación podría ser una solución para vuestro caso.)

El divorcio de mutuo acuerdo



Un *divorcio de mutuo acuerdo* es la opción más económica, la que menos desgaste emocional produce y la que requiere menos tiempo en su tramitación.

Si decidís encauzar vuestro divorcio por los trámites del mutuo acuerdo, a la demanda de divorcio deberá acompañarla una propuesta de convenio regulador de los efectos que queréis que se deriven de vuestro divorcio. La demanda será un simple escrito en el que solicitaréis la disolución del matrimonio por divorcio y la aprobación de la propuesta que adjuntáis.

¿Cuándo un divorcio no es un divorcio?

Un divorcio civil podría no ser suficiente para tu Iglesia o comunidad religiosa si quieres casarte de nuevo siguiendo los rituales de una confesión. Por ejemplo, una persona católica divorciada que desea volver a casarse por la Iglesia debe conseguir primero la anulación religiosa de su matrimonio.

El proceso canónico de anulación se tramita ante la autoridad eclesiástica y tiene sus propias normas (puedes consultar el capítulo 2 si quieres saber en qué consiste la nulidad eclesiástica). Para que tenga validez en el ámbito civil, una vez obtenida la nulidad canónica hay que solicitar que se le dé efectividad civil, mediante un procedimiento que está previsto en la legislación procesal civil española.

Si practicas la religión judía, tu matrimonio seguirá siendo válido según el dogma judío hasta que obtengas el divorcio religioso, más conocido como get. En el caso de la doctrina musulmana, necesitarás obtener el divorcio religioso de acuerdo con la sharia para volver a casarte. Infórmate en tu co-munidad religiosa sobre los requisitos del divorcio si quieres poner fin a tu matrimonio cumpliendo los preceptos establecidos por tu religión.

El *convenio regulador* (lee el [capítulo 14](#)) es el documento en el que se plasman y se da forma jurídica a los acuerdos alcanzados en vuestro divorcio, tanto aquellos que se refieren a los hijos, como los relativos a las cuestiones patrimoniales entre los cónyuges.

En este caso, una vez presentada la demanda, junto con la documentación necesaria (certificado de matrimonio, certificado de nacimiento de los hijos, si los tenéis, y propuesta de convenio regulador), tan sólo tendréis que comparecer en el juzgado el día y hora que os citen para ratificar el contenido del convenio regulador, sin que se celebre ninguna vista.

En los casos en que hay hijos menores o incapacitados, será necesaria la intervención del ministerio fiscal, pues se recabará su informe sobre los acuerdos que constan en el convenio relativos a los hijos.

Si no se estima necesario oír a los hijos menores, a las partes del procedimiento o al equipo técnico judicial (como ocurre en la mayoría de los casos de mutuo acuerdo), después de la ratificación se dictará una sentencia en la que se acordará el divorcio y el juzgado se pronunciará sobre el convenio regulador.

El divorcio contencioso

El divorcio contencioso es, evidentemente, más costoso, tanto en el plano emocional como en el económico, y es más prolongado en el tiempo. Además, requiere de una tramitación mucho más extensa y dificultosa que cuando se da el mutuo acuerdo. Por ese motivo se puede suponer un agotamiento psicológico y un desgaste también económico, extremos que tampoco ayudan a superar la animadversión que, muy a menudo, se desencadena con posterioridad a la ruptura, lo cual tampoco ayuda a favorecer vuestra relación posterior y a largo plazo.

Las principales cuestiones que pueden ser objeto de controversia en un procedimiento contencioso son las siguientes:

- ✓ Las cuestiones relativas a los hijos. Régimen de guarda y custodia de los menores, régimen de visitas con el progenitor que no tiene la guarda, aspectos relacionados con las decisiones relativas a la educación y salud de vuestros hijos, etc.
- ✓ Los acuerdos relativos a la pensión de alimentos a favor de los hijos
- ✓ La atribución a uno u otro cónyuge del uso del domicilio conyugal
- ✓ Las cuestiones patrimoniales entre los cónyuges (pensiones, compensaciones económicas, reparto de los bienes, etc.)



Si al final, los efectos derivados del divorcio se regulan judicialmente, es probable que más tarde sea necesario revisar las medidas que se acuerden. Eso también puede ocurrir en el caso de haber alcanzado un acuerdo; pues la ley prevé que si varían de manera sustancial las circunstancias que se daban en el momento del divorcio, las medidas acordadas o adoptadas judicialmente pueden revisarse y modificarse.

Las reglas básicas que contemplará el tribunal

La legislación proporciona el marco y establece los límites para resolver las cuestiones básicas que hay que decidir cuando un matrimonio se separa o divorcia, o cuando una unión estable de pareja pone fin a su convivencia. En otras palabras: las leyes son bastante flexibles, de modo que si optáis por resolver las cuestiones de vuestro divorcio de mutuo acuerdo, tendréis una considerable libertad para decidir; no obstante, como es lógico, no podéis adoptar acuerdos que sean contrarios a la ley ni, por supuesto, aquellos que puedan perjudicar los intereses de vuestros hijos. Por ello, el juez revisará que los acuerdos a los que lleguéis respeten las normas y los derechos de vuestros hijos. Por ejemplo, sería contrario a la norma un acuerdo que estableciera que renuncias a que tu cónyuge o pareja pase una pensión de alimentos para vuestros hijos, porque la ley establece que ese derecho es irrenunciable.

En segundo lugar, a pesar de que los jueces sólo deben aplicar la ley, tienen un margen considerable en la forma de interpretarla, de modo que analizarán las circunstancias concretas de cada caso y en función de ellas resolverán. Como resultado, los enfoques pueden variar ligeramente de un tribunal a otro, o incluso de un juez a otro en el mismo tribunal. Seguro que tienes un familiar o conocido a quien, durante el proceso de divorcio, el juez estableció la obligación de pasar, por ejemplo, 500 euros como pensión de alimentos para su hijo y le negó la guarda y custodia compartida. No pienses que porque tu procedimiento se encuentre en ese mismo juzgado, la sentencia va a ser igual.

Puedes apelar la decisión de un juez, pero ten en cuenta que puede ser arriesgado. Habla con tu abogado, que te exponga claramente las posibilidades de éxito del recurso, la demora que supondrá y los gastos que comportará recurrir la sentencia. La ley no resuelve la ira, la culpa, el miedo o la tristeza que puedas sentir. Tenlo en cuenta para evitar la decepción y la frustración cuando el proceso de divorcio se haya terminado.

Iniciar los trámites de divorcio

Si no existe posibilidad de tramitar el divorcio de mutuo acuerdo, se iniciará el procedimiento judicial con la presentación, por uno de los cónyuges, de una demanda de divorcio ante los tribunales. En caso de que la demanda la presentes tú, se te considerará *parte demandante* y a tu cónyuge, *parte demandada*.

En la demanda deberás exponer los hechos y los fundamentos de derecho en los que basas tus pretensiones; esto es, los efectos que solicitas que acuerde el juez, así como si pides que sea la otra parte quien corra con las costas del procedimiento. No obstante, debes saber que son muy escasos los

procedimientos de divorcio en los que el juez impone las costas a una de las partes, por lo que, en general, cada uno pagará los honorarios de su abogado.

En el caso de que tu situación económica no te permita contratar a un abogado, y siempre que cumplas los requisitos establecidos en la ley de asistencia jurídica gratuita, puedes solicitar un letrado del turno de oficio.

Documentos necesarios para presentar la demanda de divorcio

Los datos imprescindibles que tendrás que consignar en la demanda son:

- ✓ Tu nombre y apellidos y tu domicilio
- ✓ El nombre del procurador que te representa
- ✓ El nombre del abogado que te defiende
- ✓ La fecha de celebración del matrimonio
- ✓ La fecha de nacimiento de los hijos
- ✓ El régimen económico matrimonial que rige tu matrimonio

A la demanda de divorcio deben acompañarla algunos documentos:

- ✓ Certificado literal de matrimonio
- ✓ Certificado de nacimiento de los hijos, si tienes, expedido por el Registro Civil
- ✓ Todos aquellos documentos en que fundéis vuestras pretensiones
- ✓ Documentos que acrediten la situación económica y patrimonial de cada una de las partes (por ejemplo, nóminas y declaraciones de IRPF), en el caso de que solicites medidas de carácter patrimonial. Si no los tienes por tratarse de documentos privativos de la otra parte, tu abogado se encargará de solicitar los medios de prueba que crea oportunos, bien sea con la demanda o más adelante durante la tramitación del procedimiento, para determinar dicha situación.

Al efecto de resolver cuestiones relativas a la guarda y custodia de los menores, al régimen de visitas y a la pensión de alimentos, tendrás que acreditar, entre otras, las siguientes cuestiones mínimas:

- ✓ El contacto y la relación que han mantenido con cada progenitor durante la convivencia matrimonial y la propuesta de guarda y custodia y régimen de visitas para el no custodio

- ✓ Dónde han residido durante la convivencia conyugal y con quién solicitas que residan tras el divorcio
- ✓ La escuela a la que acuden
- ✓ Los gastos relativos a la educación, derivados de actividades extraescolares, médicos, de vestido y calzado, de necesidad habitacional, de alimentos en sentido estricto y cualquier otro que puedan tener

La presentación de la demanda (o su recepción)

Si quieres divorciarte, debes tener una demanda de divorcio firmada por un abogado y por un procurador. Este último presentará la demanda en el juzgado decano del partido judicial que te corresponda.

Una vez que la demanda haya sido adjudicada a un juzgado concreto, tu cónyuge recibirá una notificación del juzgado junto con el escrito de demanda. Deberá contestar a la demanda en veinte días hábiles y por escrito, por lo que también necesitará la intervención de un abogado y un procurador. Además, si quiere que el divorcio tenga algún efecto que tú no has solicitado podrá formular una *demanda reconventional*, que el juzgado te mandará a ti. Entonces tú tendrás diez días hábiles para contestar.

Negociar para salir de un punto muerto

En cualquier momento del proceso de divorcio, tú y tu cónyuge podéis llegar a un acuerdo sobre las cuestiones que estáis tratando. De hecho, si vuestros abogados son buenos, intentarán constantemente ayudaros de forma activa para alcanzar un convenio negociado. Cuantas más cuestiones podáis resolver, menos tiempo y dinero malgastaréis y más satisfactoria será la resolución de vuestro divorcio.

Otra opción consiste en acudir juntos a mediación para intentar resolver los problemas. Lo bueno de este recurso es que si das con un buen mediador, suele funcionar y te permite solventar todas o alguna de las cuestiones que os enfrentan. El capítulo 16 te proporciona más información sobre la mediación.

Lógicamente, si es tu cónyuge quien presenta la demanda, cambiará el sujeto de todos esos pasos.

Medidas provisionales previas (o derivadas de la admisión de la demanda de divorcio)

Si antes de presentar la demanda no se han adoptado medidas provisionales, se hace en el momento de presentarla. La idea es obtener pronto unas pautas (en espera de la sentencia definitiva) para resolver cuestiones que no pueden

esperar; por ejemplo, el reparto del tiempo que los hijos pasarán con cada progenitor, la atribución del uso de la vivienda familiar y la contribución a los gastos familiares, entre algunos otros.

Para ello se convoca a ambos cónyuges a una vista en la que deberán estar con sus respectivos procuradores y abogados. Esa vista de medidas provisionales suele ser un preludio de lo que será la vista principal de divorcio.

Cuando es urgente separarse

Si tú o tus hijos necesitáis protección porque tu cónyuge os somete a malos tratos o violencia y corréis un peligro real e inminente de sufrir daños, puedes solicitar al tribunal una orden de alejamiento o de adjudicación de la vivienda. Una orden de este tipo os protege a ti y a tus hijos contra las amenazas, el acoso o los malos tratos de tu cónyuge, e incluso podría obligarlo a abandonar el hogar familiar o permitirte a ti regresar. Las medidas que se adopten en la orden de alejamiento o protección sólo tienen vigencia durante treinta días, por lo que para evitar que caduquen y se puedan prorrogar habrá que interponer, antes de que finalice ese plazo, la correspondiente demanda civil, ya sea de separación, de divorcio o de medidas provisionales previas. Por lo general, tiene una vigencia de seis meses (lee el capítulo 2).

En esa vista, el demandado contesta a las medidas solicitadas por el otro de forma oral (para la resolución definitiva del divorcio se contesta por escrito). Ambas partes debéis acudir con todas las pruebas que creáis necesarias para sustentar vuestras pretensiones, sobre todo la parte demandada, ya que el demandante ya habrá acompañado gran parte de la prueba junto con su escrito de demanda.

Después de la contestación oral del demandado, se proponen las pruebas y se realizan aquellas que hayan sido admitidas. Es habitual que ambos cónyuges sean interrogados por los abogados. El juez y el ministerio fiscal podrán plantearles a los dos las preguntas que crean oportunas. Además de las partes, también pueden declarar, si el juez así lo ha acordado, testigos y peritos.

Puede ser que algunos medios de prueba que se hayan acordado no se puedan practicar en el mismo acto de la vista y que su resultado se obtenga más tarde. Eso ocurre cuando se acuerda remitir un oficio a determinadas entidades. Si se obtienen todas las pruebas en ese momento, los abogados de ambas partes ya pueden formular sus conclusiones: “Como hemos probado esto y lo otro, queremos que se repartan los hijos de tal manera, y que el piso sea para mi cliente y que el otro pague aquello...”.

La resolución de medidas provisionales es la primera resolución del divorcio y es de obligatorio cumplimiento desde que se dicta: además no se puede recurrir.

Seguirán vigentes hasta que se dicte en el procedimiento de divorcio la sentencia definitiva, que la sustituirá.

Vista principal de divorcio

Una vez contestada por escrito la demanda de divorcio y que el demandante haya respondido, el juez cita a ambos cónyuges a una vista a la que deben acudir con sus abogados y procuradores respectivos. También comparecerá el ministerio fiscal si hay hijos menores o incapacitados.

Para entonces, ambas partes habrán formulado por escrito sus alegaciones (uno en la demanda y el otro en la respuesta). Si desde que se firmó la demanda no ha habido cambios relevantes, ambas partes se ratificarán en sus escritos. Entonces la vista se desarrollará de forma similar a la de medidas provisionales: proposición, admisión y realización de pruebas, interrogatorios y conclusiones.

La decisión del juez: la sentencia

Una vez celebrada la vista y si quedan pruebas pendientes de practicar, el juez dictará sentencia. En ella se declara la disolución del matrimonio por divorcio (ya estáis legalmente divorciados) y se definen las medidas que regirán para ambos cónyuges (las obligaciones y los derechos de cada uno). La sentencia se inscribe en el Registro Civil.

Si uno de los dos no está de acuerdo con la sentencia dictada, puede apelar ante la Audiencia Provincial. Para ello se prepara un escrito en el que se explica con qué no se está de acuerdo y por qué, y se presenta ante el mismo juzgado que ha dictado la sentencia, en el plazo de cinco días hábiles.

Se pueden recurrir las medidas derivadas del divorcio, pero no la declaración de divorcio; o sea que no puedes impugnar que ahora ya estáis divorciados; sólo qué obligaciones y derechos tenéis cada uno de los dos a partir de ese momento.

El momento de testificar

Aunque es probable que desees no testificar, y puedes acogerte al derecho de no declarar, lo más seguro es que tu abogado te aconseje que lo hagas para convencer al juez de la necesidad de que dicte la orden que necesitas. A continuación encontrarás unos consejos sobre cómo comportarte en esta situación:

- ✓ Di siempre la verdad, aunque sea dolorosa.
- ✓ Si te hacen una pregunta que no entiendes, pide que la repitan.
- ✓ Limitate a responder sin entrar en detalles innecesarios. Tu caso podría verse perjudicado si aportas más información de la que te piden.

✓ Comportate con educación y no discutas con el abogado de tu cónyuge.

✓ Dirige tus respuestas al juez. Éste tendrá en cuenta tu testimonio y lo valorará para tomar una decisión.

Tu abogado estará presente mientras testifiques. Si protesta cuando te hacen una pregunta y el juez acepta su protesta, no contestes. Lo más seguro es que tenga sus razones legítimas y tácticas para desear que permanezcas en silencio.

El equipo técnico judicial en los procedimientos de familia

Si no alcanzáis un consenso sobre la guarda y custodia de vuestros hijos o sobre el régimen de visitas, el juez puede decidir, bien por decisión propia o bien porque se lo haya solicitado tu abogado o el de tu pareja, que intervenga el equipo técnico judicial.

El *equipo técnico judicial* es un órgano formado por psicólogos, asistentes sociales y educadores. Su función es auxiliar y prestar asesoramiento técnico a los juzgados de familia, aunque también interviene en las causas penales si afectan a los intereses de menores.

Pese a que no existe una regulación específica de los equipos técnicos judiciales, la legislación española establece que el juez puede recabar un informe del equipo técnico judicial si hay controversia para adoptar una decisión sobre la guarda y custodia de los hijos o sobre el régimen de relaciones de los menores con el progenitor que no tenga la custodia; y es muy frecuente la intervención de estos profesionales.

Estos equipos citan a cada uno de los progenitores por separado, escuchan sus preocupaciones e intereses; ven a los menores si tienen suficiente edad; se ponen en contacto con los centros escolares a los que acuden y, en su caso, con los psicólogos que atienden a los menores, o a cada uno de los progenitores (si es que están asistiendo a terapia). A partir de toda esa información, emiten un informe, que remiten al juez, en el que valoran la forma en que debe atribuirse la guarda de los hijos o determinarse el régimen de visitas con el progenitor no custodio.

Si bien dicho informe no vincula al juez, en la práctica los pronunciamientos de las sentencias relativos a la atribución de la guarda y custodia o al régimen de visitas se basan en ese análisis profesional, que se considera objetivo y que prevalece por encima de los informes que hayan podido aportar cada una de las partes. De ahí, la importancia de que mantengas una actitud colaboradora si alguno de los profesionales del equipo técnico judicial quiere entrevistarte.

El juez también puede solicitar el apoyo del equipo técnico judicial al

entrevistarse con los menores, a fin de que un profesional de dicho equipo pueda detectar si lo que le dice el niño al juez corresponde realmente a su verdadera y madura voluntad o, por el contrario, la voluntad del niño está siendo manipulada por uno de sus progenitores.

Capítulo 6

La separación: ¿balón de oxígeno o preludio del divorcio?

En este capítulo

El significado de separarse

Ventajas e inconvenientes de la separación

Diferentes opciones de separación

Intentar una reconciliación

Separarse es algo más que residir en una vivienda diferente de la del cónyuge. Se trata de un paso muy importante con consecuencias legales, económicas y afectivas que debe darse después de mucha reflexión. La separación puede ser el principio del fin de tu matrimonio o el comienzo de una unión más sólida que nunca. Pero, sea lo que sea, no tomes una decisión precipitada.

Antes de separarte, debes saber en qué forma afectará a tu vida un cambio semejante. Tú y tu cónyuge o pareja estable debéis ser sinceros y reconocer hacia dónde creéis que os llevará la separación, es decir, la reconciliación o el divorcio. De lo contrario, acabaréis decepcionados y con el corazón todavía más roto.

Todavía casados (en cierto modo)

La separación es el equivalente al limbo matrimonial. Ya no vives con tu cónyuge y crees que has recuperado tu soltería, pero aún estáis casados. Todas las “ventajas” formales del matrimonio, como la herencia, las pensiones y las indemnizaciones por fallecimiento, permanecen intactas durante la separación. Sin embargo, la relación ha cambiado. Al vivir separados, os veis con menos frecuencia y no tenéis que rendir cuentas sobre vuestras idas y venidas, o sobre lo que hacéis o dejáis de hacer en casa. Una vez separados, tú y tu cónyuge podríais intentar salir juntos para volver a encender la chispa de vuestro matrimonio, o bien evitar cualquier tipo de contacto a menos que sea estrictamente necesario.



¡Atención a todo lo que hagas y digas en ese período! No es que vaya a llevarte a la ruina ni a la cárcel, claro, pero los pasos que ambos deis durante el lapso de tiempo en el que estéis separados servirán de antecedente probatorio si finalmente tú o tu cónyuge o pareja decidís regular legalmente vuestra separación. Debes tener en cuenta que durante la separación de hecho subsisten los deberes inherentes al matrimonio. Si te has separado de hecho, valora la conveniencia de consultar con un abogado y anticipar las posibles consecuencias ante cualquier desenlace de la situación.

Razones para la separación

Las parejas se separan por muchos motivos. En ocasiones, es el resultado de la reflexión y la lógica, pero otras veces puede ser consecuencia del miedo y una vana esperanza. Quizá sea la única alternativa que os queda a ti y a tu pareja. Entre las causas más comunes para separarse, destacan las siguientes:

- ✓ Quieres descubrir lo que se siente al vivir por tu cuenta.
- ✓ Necesitas tiempo para valorar lo que significa para ti tu matrimonio, sin las responsabilidades y el estrés cotidianos de la relación.
- ✓ Quieres transmitirle a tu cónyuge un mensaje inequívoco para que entienda que las cosas deben cambiar para poder seguir casados. (Por ejemplo, tu cónyuge consume estupefacientes pero no quiere enfrentarse a su problema.)
- ✓ Tu cónyuge quiere divorciarse pero tú no, de modo que le propones la separación para intentar retrasar o evitar el fin del matrimonio.
- ✓ Quieres asegurarte un divorcio de mutuo acuerdo pero te resulta imposible desde el punto de vista afectivo seguir viviendo con tu cónyuge mientras el divorcio no es oficial.
- ✓ Tú y tu cónyuge os habéis distanciado y ya no podéis seguir viviendo bajo el mismo techo.
- ✓ Tu cónyuge ha ejercido violencia física contra ti y temes por tu seguridad o por la de tus hijos.
- ✓ Tu religión te impide divorciarte.

Los inconvenientes de la separación

Aunque no cabe duda de que la separación tiene sus ventajas, también puede

tener inconvenientes. Por eso, antes de separaros, debéis consultar a un abogado experto en derecho de familia que ya haya llevado casos de divorcio y separación (consulta en el [capítulo 15](#) cómo elegir a un abogado). Piensa también si alguna de las siguientes situaciones puede aplicarse a tu caso:

- ✓ Tus gastos de manutención y alojamiento aumentarán tras la separación.
- ✓ Tu nueva casa, si te trasladas, no será tan lujosa como la anterior.
- ✓ A tus hijos les costará entender que “papá y mamá van a vivir separados durante un tiempo”.
- ✓ No tienes suficiente dinero para vivir por tu cuenta porque no dispones de una fuente propia de ingresos.
- ✓ Podríais acabar pagando dos veces ciertos gastos si os separáis legalmente y al final os divorciáis.
- ✓ Seguirán tratándoos como a una pareja casada en lo que respecta a las pensiones, los seguros de vida y las obligaciones contractuales. Os conviene redactar un acuerdo de separación con ayuda de un abogado especializado en derecho de familia para resolver estas cuestiones.



Si tu cónyuge se compromete a saldar ciertas deudas mientras estáis separados pero no lo hace, los acreedores podrían exigirlos el pago a cualquiera de los dos. Además, si tu cónyuge contrae más deudas mientras estáis separados, tú también podrías ser responsable incluso si habéis redactado un acuerdo escrito que estipule lo contrario. En caso de que finalmente debas pagar sus deudas, puedes reclamarle que te las reembolse más adelante.



Todos los activos que adquieras tras la separación de hecho se podrían considerar activos comunes cuando pretendas legalizar tu separación o solicitar el divorcio; es decir, tu cónyuge podría reclamarlos aunque no haya contribuido a ellos de ninguna manera. Consulta a un abogado especializado en derecho de familia para conocer todas las ventajas e inconvenientes de la separación en vuestro caso en particular.

Antes de separaros, las cosas claras

Tú y tu cónyuge debéis hablar sobre los motivos de vuestra separación

(suponiendo que podáis mantener una conversación tranquila y productiva). Intenta no hacerte muchas ilusiones sobre el resultado de la separación. De este modo, podrás centrarte en conseguir los objetivos que te has marcado. Si tú y tu cónyuge no estáis seguros de que la separación sea la alternativa más adecuada en vuestro caso, un terapeuta matrimonial os ayudará a decidir qué es lo mejor para los dos; el [capítulo 2](#) puede serte útil, y también podrán informarte en la Federación Española de Asociaciones de Terapia Familiar www.feاتف.org. Por su parte, un abogado especializado en derecho de familia os asistirá en las cuestiones legales.

Iniciar la separación



Tanto si firmáis un acuerdo de separación formal (consulta más adelante el apartado “Aunque sea informal, es una separación”) como si os separáis informalmente, intentad acordar las condiciones antes de dejar de vivir juntos. Toma nota de la fecha en la que tú o tu cónyuge abandonáis el domicilio común. Incluso en el caso de que viváis separados bajo el mismo techo, debes apuntar el día en el que entren en vigor los nuevos acuerdos. Esta fecha podría ser importante más adelante (consulta el [capítulo 5](#)).

Por lo general, la persona que quiere separarse es la que se va del domicilio familiar. No obstante, si tu cónyuge suele encargarse de vuestros hijos, quizá deberías ser tú quien abandone la vivienda para que los niños sufran un mínimo de cambios en su vida. Nunca debes anteponer tus intereses a los de tus hijos.

Aunque sea informal, es una separación



Podéis separaros de manera informal o bien podéis establecer por escrito las condiciones en un acuerdo de separación. Este acuerdo será vinculante en todo aquello que haga referencia a las relaciones económicas y patrimoniales entre vosotros. Sin embargo, por muy de acuerdo que estéis en los asuntos que afectan a vuestros hijos (la patria potestad, guarda y custodia, el régimen de visitas, la manutención, etc.) el juez no tiene que respetar vuestros pactos y decidirá lo que considere mejor para los menores.

Aunque optéis por una separación informal, debéis establecer unas reglas básicas

para la temporada que paséis separados; y debéis incluirlas en un acuerdo escrito, fechado y firmado por ambos. (Asegúrate de que cada uno de vosotros conserva una copia del acuerdo final firmado.) Este documento os ayudará a protegeros en caso de que una separación o divorcio de mutuo acuerdo salga mal. Así que si tenéis previsto acordar cuestiones de carácter económico o patrimonial, como renunciar a una pensión compensatoria o a una indemnización por el trabajo doméstico realizado, es recomendable que lo penséis bien (y aún mejor, que consultéis con un abogado especializado en derecho matrimonial y de familia), pues una vez firmada una renuncia será prácticamente imposible recuperar el derecho a través del procedimiento de separación o divorcio.

Identificad todas las cuestiones que podrían perturbar vuestra paz mientras estéis separados y estableced con antelación la forma de resolverlas. Si buscáis de antemano una solución para los problemas que podrían afectaros, reduciréis al mínimo los desacuerdos y los malentendidos durante la separación.



A continuación te damos unos consejos prácticos que te conviene tener en cuenta cuando uno de los dos abandone el domicilio familiar, para no perder tiempo y dinero en el futuro, y evitar cualquier inconveniente:

- ✓ Solicita una lectura de los contadores de gas, agua y electricidad, y consulta el consumo del teléfono para que más adelante cada uno pague la parte de las facturas que le corresponde. En caso de que la separación vaya a durar bastante tiempo, poned las facturas a nombre del cónyuge que se queda en el domicilio familiar.
- ✓ **Si eres tú quien se va, llévate contigo todos los documentos personales de valor.** No olvides la tarjeta de la Seguridad Social y el pasaporte.
- ✓ Haz una fotocopia o apunta todos los detalles de los documentos que podrían ser necesarios en caso de que os demandéis. Por ejemplo, necesitas saber el número de la cuenta asociada a la hipoteca y tener fotocopias de las pólizas conjuntas (consulta en el [capítulo 7](#) la lista de los documentos que podrían hacerte falta durante el proceso de divorcio).
- ✓ Decide cómo vais a gestionar vuestras cuentas bancarias conjuntas. Ve con tu cónyuge o pareja al banco para firmar que sólo sea posible retirar dinero con vuestra firma conjunta.
- ✓ Haz un inventario con la ayuda de tu cónyuge de las cosas más valiosas

que contiene la casa. Es imposible recordar todo lo que poseéis y, llegados a cierto punto, podríais tener que decidir cómo repartiros vuestros bienes. Este inventario también es útil en caso de que algo desaparezca.

- ✓ Habla con tu abogado para saber si debes dar algún otro paso para protegerte. Las circunstancias de cada persona son diferentes.

Formalizar el acuerdo de separación

Cuanto más tiempo viváis separados, más probable es que vuestra relación empeore. Por ejemplo, es posible que uno de los dos inicie una relación amorosa con otra persona, lo que daría al traste con cualquier plan de reconciliación, o podría resultaros cada vez más difícil colaborar a medida que pasa el tiempo. En estos casos, un acuerdo de separación escrito evitará el deterioro irreparable de la relación. Un convenio regulador que establezca las condiciones de la separación puede resultar de enorme utilidad en las siguientes situaciones:

- ✓ Os habéis distanciado tanto que la comunicación y la colaboración son imposibles.
- ✓ No confías en que tu cónyuge cumpla las promesas que hace de palabra.
- ✓ Necesitas el soporte económico de tu cónyuge mientras vivís separados.
- ✓ Tenéis hijos a vuestro cargo.



Si no os ponéis de acuerdo sobre las condiciones de la separación, podéis recurrir a un mediador familiar. En el caso de que finalmente no alcancéis el acuerdo y queráis legalizar vuestra separación, no os quedará más alternativa que dar instrucciones a vuestro abogado para que interponga una demanda de separación; entonces será un juez el que tomará una decisión definitiva. Si tenéis claro que por el momento no queréis divorciaros, un acuerdo de separación legal bien redactado es muy práctico, sobre todo en lo que respecta al dinero; por ejemplo, limita la responsabilidad de cada uno por las deudas que el otro acumule durante la separación.

Si optáis por una separación definitiva como alternativa al divorcio, debéis legitimarlo por escrito mediante un acuerdo formal que especifique las condiciones, llamado *convenio regulador* (hay mucha información sobre este convenio en el [capítulo 14](#)). Tu abogado se encargará de su redacción y de que todas las cláusulas tengan validez legal; eso es muy importante, ya que debes protegerte frente a los malentendidos o las discrepancias acerca de lo que

acordéis que puedan surgir más adelante (y casi siempre surgen).

Siempre es buena idea recurrir a un acuerdo legal de separación, incluso si decidís separaros de mutuo acuerdo con la esperanza de reconciliaros. De este modo, si tu cónyuge infringe las condiciones, puedes acudir a los tribunales para exigir su cumplimiento, ya que ese convenio regulador habrá sido aprobado por un juez mediante la sentencia por la que se haya declarado vuestra separación.

El arte del compromiso

Al negociar las condiciones de la separación, es mejor hacer concesiones que optar por la mano dura. En otras palabras, no esperes conseguir todo lo que pides. Las cosas pueden salir muy mal si os negáis a transigir, ya que lo más probable es que acabéis en los tribunales, donde el juez tendrá la última palabra. Dicho esto, debéis conocer las cláusulas que os conviene incluir en el acuerdo de separación y las que os conviene evitar.

Mal comportamiento durante la separación

Si existieran unas reglas escritas sobre el comportamiento de los cónyuges separados, contemplarían los siguientes puntos con lo que se debe y no se debe hacer. Si los ignoras, una separación amistosa puede convertirse en una ruptura hostil, desbaratar toda idea de reconciliación e incluso debilitar tu posición a la hora de negociar el divorcio. Para evitar estos problemas, ten en cuenta lo que jamás debes hacer durante una separación:

- ✓ **Jamás hables mal de tu cónyuge**, ya que a tus hijos puede dolerles si te oyen. Además, después de los malos tratos, no hay nada que irrite más a un juez que descubrir que usas un tono despectivo cuando les hablas a tus hijos sobre tu cónyuge.
- ✓ No hagas nada que sepas que puede herir a tu cónyuge, puesto que al final podrías ser tú la persona que sale más perjudicada.
- ✓ No mantengas relaciones sexuales con tu cónyuge sin haber reflexionado primero sobre las posibles consecuencias. Podrías hacerle creer que buscas una reconciliación.

Recuerda que a esto debes añadir los fundamentos del protocolo de la separación:

- ✓ Mantén abiertas las vías de comunicación con tu cónyuge. Incluso si no estáis de acuerdo en nada, es más probable que resolváis antes las diferencias si conocéis vuestra opinión sobre las cuestiones más importantes.
- ✓ Deja que tu cónyuge pase todo el tiempo que pueda con vuestros hijos si viven contigo (a menos que hayáis sido víctimas de malos tratos). Si habéis firmado un acuerdo de separación, estará establecido cuándo y dónde puede ver a los niños; no obstante si tanto tus hijos como tu cónyuge dan muestras de querer relacionarse más, sé flexible.
- ✓ Cumple sin falta todas tus obligaciones hacia tu cónyuge y tus hijos. Dependen de ti, y podrían dejar de confiar en ti si no lo haces.

Qué incluir en un acuerdo de separación

Un acuerdo de separación legal puede contener todas las cláusulas de un acuerdo de divorcio. Los asuntos que, como mínimo, hay que pactar son los siguientes:

- ✓ Cómo se ejercerá la patria potestad de los hijos
- ✓ Qué progenitor tendrá atribuida la guarda y custodia de los hijos. En el caso de que se atribuya de forma compartida, el convenio establecerá el régimen de alternancia en la guarda y custodia
- ✓ El régimen de visitas, comunicación y estancia de los hijos con el progenitor que no conviva con ellos
- ✓ La atribución del uso del domicilio conyugal y del ajuar que se halle en él
- ✓ La cuantía y las condiciones de actualización de la pensión de alimentos a favor de los hijos
- ✓ La forma en que se distribuirá el coste de los gastos extraordinarios de los hijos
- ✓ La pensión para uno de los cónyuges: si se va a establecer o no, así como su cuantía y actualización y garantías en su caso
- ✓ La liquidación, cuando proceda, del régimen económico del matrimonio



Si os separáis y a continuación decidís divorciaros, podéis utilizar las cláusulas del acuerdo de separación como punto de partida para el acuerdo de divorcio, aunque el juez siempre tendrá que dar el visto bueno.

Proteger los activos líquidos

Los *activos líquidos* son el dinero en efectivo o todo aquello que puede convertirse rápidamente en efectivo. Esto incluye los anticipos de la tarjeta de crédito, los saldos de las cuentas o depósitos bancarios y las inversiones en acciones o fondos de inversión que podáis repartir. Si tenéis alguna de esas cosas en común, asegúrate de que en el convenio quede bien detallada su distribución.



Los activos líquidos pueden ser una ventaja y un inconveniente. Tienes control sobre ellos, sí, pero lo más probable es que tu cónyuge también lo tenga, así que si provoca un descubierto (en vez de tener dinero, tienes una deuda) tú también eres responsable y puedes acabar respondiendo por lo que no has gastado.

Atención a lo que firmas

Pregunta todo lo que no entiendas del acuerdo de separación. No transijas en una cláusula simplemente porque “por el momento sirve” o porque “es aceptable durante un tiempo”. Ese tiempo puede ser muy largo; los acuerdos de separación suelen tomarse como punto de partida para los acuerdos de divorcio. Es muy difícil, por no decir imposible, anular o modificar las cláusulas de un acuerdo de separación. A menos que el acuerdo cause problemas obvios y considerables, tú y tu cónyuge debéis ateneros a lo que establezca.



Piensa si necesitarás disponer de más libertad de acción según cómo vayan evolucionando las cosas. Si el acuerdo lo redacta un abogado, insiste en que deje bien claro por escrito si ese acuerdo de separación os obliga o no a mantener las mismas condiciones en el acuerdo de divorcio que antes o después podáis firmar.

En caso de reconciliación

No sería extraño que experimentarais una sensación de alivio tras la separación, pero también podríais echar de menos algunos aspectos de vuestra vida matrimonial. Si te vas de la vivienda que compartíais y te trasladas a un piso más pequeño con muebles que no son los tuyos y unos pocos recuerdos del pasado, seguramente añorarás tus queridas comodidades familiares. También echarás en falta a tus hijos si no viven contigo, o incluso a tu cónyuge cuando te abrume la responsabilidad de cuidarlos en caso de que tengas su custodia. Hasta podrías descubrir que amas de verdad a tu pareja y que deseas hacer lo que haga falta para salvar tu matrimonio. Sea por la razón que sea, existe la posibilidad de que tú y tu cónyuge lleguéis a la conclusión de que es mejor vivir juntos que separados y que, como hacen muchas parejas que se separan, acabéis reconciliándoos.



Sergio y Sara se separaron porque él tuvo una aventura y Sara hizo lo mismo para vengarse. Sin embargo, cada día se veían para hablar sobre los asuntos que afectaban a sus hijos. Al final, una vez superado su orgullo herido, durante una sesión de mediación se dieron cuenta de que estaban haciendo todo lo posible para verse porque era exactamente lo que ambos querían.

Reconciliarse por motivos justificados

Aseguraos de que os reconciliáis porque es lo que deseáis los dos, y no simplemente porque sentís culpabilidad, tenéis miedo a la soledad o ya estáis hartos de hacer la colada. Al principio, tras una reconciliación, es probable que tengáis una sensación de satisfacción y esperanzas renovadas por vuestro futuro como pareja. Pero tarde o temprano saldrán a la luz los problemas que arrastraba la relación y podríais reaccionar exactamente tal como hicisteis cuando empezaron vuestros conflictos conyugales. Por eso, debéis afrontar las dificultades de forma positiva antes de que la situación se os vaya de las manos. Consulta los consejos del [capítulo 24](#) para conseguir que la relación funcione.

Si ya estáis separados judicialmente hay que desandar todo el camino burocrático andado. Los trámites legales tendrá que hacerlos un abogado. Para que la sentencia de separación quede sin efecto, el abogado redacta un escrito, que remitirá al procurador para que lo presente ante el juzgado en el que se tramitó vuestra separación. Así el juez se entera de que reanudáis la convivencia y solicita que quede sin efecto la sentencia de separación. El juez os citará para que en su presencia ratifiquéis ese escrito, claro; y una vez ratificado, ordenará al juez encargado del Registro Civil que deje sin efecto la inscripción de separación judicial que se anotó en el acta de vuestro matrimonio.

Fortalecer la relación con ayuda de consejo

A pesar de toda la felicidad que sentís al estar juntos de nuevo, puede que os ronde algo de ira, dolor, duda o desconfianza como consecuencia de la separación. Dadas las circunstancias, es normal que os sintáis así, pero si se enquistas, podría convertirse en un obstáculo para recomponer vuestro matrimonio. Por ello, si verdaderamente deseáis volver a estar juntos y arreglar la relación, quizá os convenga consultar a un terapeuta familiar. (El [capítulo 2](#) se dan algunas pistas para encontrarlo.)



Tendréis más probabilidades de conseguir que vuestro matrimonio funcione la segunda vez si acudís a un terapeuta cuando todavía os encontráis en la fase de luna de miel de la reconciliación. Es mucho más fácil que las cosas salgan bien si estáis motivados para sacar adelante vuestro matrimonio.

Parte II

Los preliminares del divorcio



**—NO HE VUELTO A VER A MI MARIDO DESDE EL DIVORCIO, PERO
HAY ALGO QUE NO DEJA DE RECORDÁRMELO...**

En esta parte...

Te has dado cuenta de que tu matrimonio ha llegado a su fin y de que es el momento de tomar las medidas oportunas. El [capítulo 7](#) te explica cómo comunicárselo a tu cónyuge, cómo determinar lo que deseas obtener del divorcio y cómo calcular su coste y prepararte para asumirlo (tanto en el plano personal como en el económico). El [capítulo 8](#) te da consejos para ayudar a tus hijos a sobrellevar los cambios que el divorcio introducirá en su vida. Por último, para aliviar un poco el estrés y el dolor, el [capítulo 9](#) te sugiere diversas maneras de canalizar tus sentimientos.

Capítulo 7

Empezar el proceso de divorcio

En este capítulo

Tienes que decirle a tu cónyuge que se acabó

Tu situación económica

Qué quieres obtener del divorcio

El precio del divorcio

Cuidar de lo tuyo si el divorcio es una guerra

Cuando llegues a la conclusión de que la ruptura es inevitable, debes empezar a preparar el proceso de divorcio sin esperar a más. Como mínimo, debes hacerte una idea de lo que va a suceder para negociar un acuerdo de divorcio justo. Si empiezas el proceso sin haberte preparado, lo más probable es que las preocupaciones te abrumen y te dejes llevar por el pánico. Para aliviar la ansiedad que lógicamente sentirás, debes tener una actitud previsor.

Con un divorcio de mutuo acuerdo, todos saldréis beneficiados. Por esta razón, te daremos consejos para que hables sobre el divorcio con tu cónyuge, lo que aumentará las probabilidades de conseguir un resultado justo. Asimismo, te explicamos lo que debes hacer para poner orden en tus finanzas y asegurarte de que tienes toda la información necesaria para conseguir un acuerdo equitativo y aceptable. (En el [capítulo 3](#) hay más información sobre lo que debes hacer para prepararte económicamente.) Si colaboráis para reunir la información económica de la familia y tomar juntos decisiones sobre el dinero, incluido cómo pagaréis el divorcio, conservaréis más recursos para cubrir vuestras necesidades futuras. Aunque es difícil no dejarse llevar por el pánico cuando se trata del dinero, te conviene mantener la calma y tratar este asunto con sangre fría.

Tienes que darle malas noticias a tu cónyuge

Tú y tu cónyuge probablemente habéis hecho de todo para intentar solucionar vuestros problemas. Quizá habéis decidido poner fin al matrimonio porque sabéis que las cosas no mejorarán, o quizá sólo uno de vosotros quiere divorciarse. Si eres tú quien desea dar por finalizado el matrimonio, la forma en que se lo comuniques a tu cónyuge podrá determinar si vuestro divorcio será de mutuo acuerdo o contencioso. Además, así marcarás la pauta para la relación

que mantengáis después del divorcio, algo que te conviene tener en cuenta si tenéis hijos a vuestro cargo.

Mantener la calma

No te resultará nada fácil decirle a tu cónyuge que quieres divorciarte, especialmente si es algo que no se espera o si albergaba la esperanza de resolver vuestros problemas conyugales y seguir juntos. Las siguientes sugerencias te permitirán iniciar esta conversación con más facilidad y ayudarán a tu cónyuge a aceptar lo que le dices con la mayor calma posible:

- ✓ Dile a tu cónyuge, con tranquilidad y sin prisas, las razones por las que deseas poner fin al matrimonio. Analiza los que, en tu opinión, son los problemas de la relación, lo que habéis hecho para intentar arreglarlos y los motivos por los que crees que estos esfuerzos no han funcionado. Aunque sean cosas de las que hayáis hablado infinidad de veces, menciónalas de nuevo.
- ✓ No culpes a tu cónyuge por el fracaso del matrimonio (por muy difícil que te resulte). Evita el lenguaje acusatorio o despectivo y procura no entrar en discusiones.
- ✓ Intenta enfocar todo desde el punto de vista de tus sentimientos. Es difícil discutir sobre lo que sienten los demás. Si tu cónyuge quiere iniciar una discusión, insiste en tus sentimientos y tus intenciones una y otra vez, si es necesario.

Mantén la calma si tu cónyuge inicia los trámites de divorcio

Aunque durante meses o incluso años haya sido un secreto a voces, puede que cuando tu cónyuge te diga que quiere divorciarse sufras una terrible conmoción y no des crédito a sus palabras. A medida que pase el tiempo, oscilarás entre la ira y la tristeza, o entre la ira y la depresión.

Cuanto antes te enfrentes a los hechos y pases página, mejor os sentiréis ambos. Aunque es comprensible que te des lástima al descubrir que tu matrimonio ha llegado a su fin, sobre todo si no es lo que querías, no conseguirás hacer frente a la situación interpretando el papel de víctima. No te obsesiones pensando cosas como "No hay derecho", "No es justo lo que me está haciendo" o "Qué habría pasado si..."; ya que así no conseguirás negociar un acuerdo de divorcio razonable. Si te dedicas a compadecerte durante demasiado tiempo, tus amigos y tus familiares podrían empezar a distanciarse de ti justo cuando más los necesitas. Si te resulta imposible mantener la calma, acude a un buen terapeuta (consulta los capítulos 2 y 9 para saber cómo encontrarlo).

Cuando estés aprendiendo a controlar los sentimientos y a enfrentarte a los aspectos prácticos del divorcio, evita las recriminaciones amargas y no insultes a tu casi ex. Tampoco te obligues a pasar tiempo con tu todavía cónyuge o a mantener las distancias, simplemente haz aquello con lo que te sientas más a gusto.

Si te das cuenta de que es imposible mantener una conversación tranquila porque a tu pareja le ha afectado demasiado la idea del divorcio, dile que te gustaría volver a hablar sobre el tema más adelante. Lo más probable es que vuestra próxima conversación sea algo más llevadera. Te hará falta tener varias conversaciones sobre tu intención de divorciarte antes de que tu cónyuge acepte por completo la idea.

Que nadie se lo diga antes

Tu cónyuge debe tener conocimiento de tus planes de divorcio a través de ti, y no por los rumores que lleguen a sus oídos a través de amigos comunes, parientes o incluso los hijos. Las noticias de segunda mano son una forma cruel de que se entere de que vuestro matrimonio ha fracasado y harán que el divorcio esté lleno de resentimientos.

Si ya has presentado una demanda de divorcio, díselo antes de que reciba los papeles. En caso de que no puedas comunicárselo en persona o por teléfono, escríbele una carta (pero encárgate de hacerlo personalmente y no a través de tu abogado). Una carta redactada por un letrado sería demasiado impersonal y a tu cónyuge podría disgustarle que no te tomaras la molestia de escribirla. Si tu cónyuge te guarda rencor por ello, las negociaciones del divorcio serán todavía más difíciles.

Espera hasta que se mentalice para negociar

No quieras empezar a negociar el acuerdo de divorcio en el mismo momento en que le das las malas noticias a tu cónyuge. Pueden pasar semanas o incluso meses hasta que comencéis las negociaciones. Por ello, debes tener paciencia y proceder con cautela. Piensa en todo el tiempo que llevas madurando la idea del divorcio y lo que te ha costado prepararte para el cambio. Es probable que hayas tenido más tiempo para mentalizarte de que es hora de poner fin al matrimonio, algo que todavía no ha podido hacer tu cónyuge.

Es probable que la reacción inicial de tu pareja sea de ira, sorpresa e incredulidad, en lugar de ganas de ponerse manos a la obra con el divorcio. Concédete la oportunidad de asimilarlo y algo de tiempo para que se prepare antes de dar comienzo al proceso.

Si vas demasiado de prisa, los sentimientos de culpa, remordimiento, ira o abandono podrían hacerte tomar decisiones equivocadas que después lamentarás; quizá acabes concediendo más de lo que quieres porque se te come la ansiedad de llegar a un acuerdo. Por otra parte, tu cónyuge, como consecuencia de la ira o del resentimiento, podría hacer peticiones poco

razonables. En ese punto, si presionas puedes provocarle un ataque de pánico, hacerle contratar a un abogado de inmediato y convertir el divorcio en una batalla encarnizada, algo completamente innecesario.

Sin embargo, a veces no es posible o práctico esperar a que llegue el momento adecuado, ya que no puedes aplazar las cosas indefinidamente hasta que tu pareja esté dispuesta a colaborar. A lo mejor jamás lo acepta, o estáis tan distanciados que os resulta imposible colaborar y comportaros con educación.

En el momento en que ambos os sintáis preparados, hablad sobre los aspectos más importantes del divorcio (tanto si lo solucionáis entre vosotros como si recurrís a un mediador o a un abogado para que negocie las condiciones) e intentad establecer unos plazos para comenzar el proceso. A menos que ambos seáis capaces de dominar vuestras emociones y hablar con normalidad, no intentes forzar a tu cónyuge a concretar todos los detalles de inmediato.

La importancia de la información económica

Desde el punto de vista legal, un divorcio consiste, además de en la disolución del matrimonio, en establecer los acuerdos que afectan a los hijos y en realizar un reparto justo de los recursos económicos.

Para alcanzar un acuerdo de divorcio equitativo, es fundamental que recopiléis toda vuestra información económica asegurándoos de que sea completa y precisa. La necesitaréis tanto en caso de divorcio de mutuo acuerdo como si es contencioso, es decir, independientemente de si negociáis el acuerdo entre vosotros dos o si ponéis el futuro de la familia en manos de un juez.

Si no reúnes toda la información económica, podrías no conseguir la parte que te corresponde del dinero común o un acuerdo justo en lo relativo a la pensión compensatoria o la manutención de los hijos. Prepárate porque hay personas muy hábiles en las negociaciones. Si tu cónyuge es una de ellas, puede resultarte difícil saber cuándo subir las apuestas, cuándo mantenerte y cuándo plantarte. Si calculas mal podrías acabar con menos de lo que te corresponde.

Si tu cónyuge tiene una empresa y no sabes cuáles son sus ganancias reales y tampoco conoces cuál es su patrimonio, el abogado te indicará los medios legales para poder averiguar toda esa información.

Una lista de lo que posees

Una de las primeras cosas que debes hacer como preparación para el divorcio es formarte una idea muy concreta de la situación económica. Determina

exactamente lo que poseéis y el valor de los activos líquidos (recuerda que se trata del dinero en metálico y de todo aquello que puede dar dinero de forma inmediata: tarjetas de crédito, cuentas o depósitos bancarios, inversiones en acciones o fondos de inversión, etc.). Para tener una imagen bien clara, elabora una lista con todo lo que tenéis y anota el valor de mercado actual que le corresponde a cada uno. El *valor de mercado actual* de cualquier cosa es la suma de dinero que puedes obtener en el momento de venderla.

La lista que hagas al separarte o poco después tendrás que actualizarla en el momento en que el divorcio se convierta en realidad, ya que las circunstancias serán diferentes si habéis vendido algún bien o adquirido otros, si su valor ha cambiado o si habéis saldado las deudas o contraído otras.



En caso de que tengas un contable, asesor financiero o agente de bolsa, pídele que te ayude a recabar toda la información y documentación que necesitas para elaborar una lista completa de las posesiones. Utiliza una hoja de cálculo como la que muestra la tabla 7-1 para asegurarte de que no te falta nada.

Tabla 7-1: Hoja de cálculo de los activos

<i>Vivienda familiar</i>
¿Propiedad exclusiva o conjunta?
Valor actual
Hipoteca/s
Menos la/s hipoteca/s
Valor real neto
<i>Otras propiedades</i>
¿Propiedad exclusiva o conjunta?
Valor actual
Hipoteca/s
Menos la hipoteca
Valor real neto

Planes de ahorro

Valor al vencimiento y fecha estimados

Valor de rescate en efectivo

Mobiliario del hogar con un valor superior a
500 euros

Tipo

Valor en caso de venta

Pólizas de seguro de vida y de otro tipo

Entidad aseguradora de la póliza

Tipo de póliza

Valor estimado al vencimiento
o al fallecimiento

Valor de rescate (en caso de que lo tenga)

Valores

Nombre de la sociedad

¿Exclusivos o conjuntos?

Número de valores

Valor total

Banco, cuentas, depósitos

Banco

a) ¿Exclusivo o conjunto?

Saldo o valor actuales

Banco

b) ¿Exclusivo o conjunto?

Saldo o valor actuales

Banco

c) ¿Exclusivo o conjunto?

Saldo o valor actuales

Banco

c) ¿Exclusivo o conjunto?

Saldo o valor actuales

Banco

d) ¿Exclusivo o conjunto?

Saldo o valor actuales

***Deuda pública (letras del tesoro, bonos del
Estado, obligaciones del Estado)***

¿Exclusivos o conjuntos?
Valor invertido y a vencimiento
<i>Vehículos (automóviles, caravanas, barcos, etc., con un valor superior a 500 euros cada uno)</i>
¿Exclusivos o conjuntos?
Valor en caso de venta
<i>Fondos de inversión y herencias futuras previsibles</i>
¿Exclusivos o conjuntos?
Valor actual
<i>Objetos de valor</i>
¿Exclusivos o conjuntos?
Valor en caso de venta

Si el divorcio es de mutuo acuerdo y ambos os comprometéis a alcanzar un acuerdo justo, podéis elaborar juntos la lista reuniendo los documentos acreditativos de la propiedad de cada activo y su valor. Os hará falta recopilar los siguientes documentos para el proceso de divorcio, ya que los abogados, los mediadores y el juez tendrán que consultarlos.

- ✓ Documentos de la vivienda habitual y otros inmuebles de propiedad:
 - Dos o tres tasaciones (si sabéis cuál es su valor actual)
 - Escrituras o nota simple acreditativa de su inscripción en el Registro de la Propiedad (infórmate en el [capítulo 3](#) sobre cómo encontrar estos documentos o cómo solicitarlos en caso de que no los tengas)
 - Escrituras hipotecarias e informe actual del estado de la hipoteca
- ✓ Documentos de las pólizas de seguro de vida y de otras pólizas:
 - Condiciones
 - Valor actual
 - Valor de rescate o comercial actual
- ✓ Documentos de los planes de pensiones:
 - Condiciones

- Capital acumulado
- **Los datos tributarios de ambos**, que podéis solicitar a la Agencia Tributaria (se pueden hacer las gestiones por internet). Esta información os permitirá ver todas las cuentas bancarias de las que sois titulares o cotitulares, los ingresos percibidos por vuestro trabajo u obtenidos por vuestra actividad profesional o empresarial, así como la referencia de los inmuebles de tenéis, vuestro porcentaje de participación en la propiedad de tales inmuebles y, en su caso, las aportaciones efectuadas a planes de pensiones.

✓ Otros documentos necesarios:

- Resguardos de las acciones y cotización actual en bolsa
- Certificados relacionados con todos los fondos de inversión
- Extractos del banco o de la entidad financiera y libretas de ahorros con el saldo actual
- Documentación y tasaciones de los vehículos
- Documentos relacionados con otras inversiones, objetos de valor o activos, así como sus tasaciones
- Detalles de la caja de seguridad del banco (en el caso de que dispongáis de ella)



Al colaborar en estas tareas, además de ahorrar tiempo os aseguraréis de que no se os olvida nada. En este caso en particular, no cabe duda de que cuatro ojos ven más que dos.

Una lista de lo que debes

No tendrás una idea completa de la situación económica de tu familia hasta que hayas recogido en una lista todas las deudas del hogar, que incluyen:

- ✓ Deudas de la tarjeta de crédito
- ✓ Préstamos de consumo y descubiertos bancarios
- ✓ Compraventas a plazos y otros contratos financieros
- ✓ Préstamos hipotecarios
- ✓ Impuestos atrasados o deudas con la Agencia Tributaria

- ✓ Atrasos en los gastos de comunidad
- ✓ Deudas de las tarjetas asociadas a establecimientos comerciales
- ✓ Otros préstamos personales, incluidos los préstamos de estudios y empresariales de los que seáis responsables personalmente tú o tu cónyuge

Si no elaboras una lista de las deudas, es probable que pases por alto las cantidades más pequeñas, como las deudas de las tarjetas asociadas a establecimientos comerciales o todo lo que hayas pagado poco a poco mediante transferencias desde tu cuenta bancaria. Una vez que te hayas formado una idea más concreta de vuestra situación financiera, podrás repartir las deudas y los activos, asegurándote de que ninguno de los dos se queda con la mejor parte.

Acopio de documentos financieros

Para hacer una recopilación exhaustiva de los activos y las deudas, debes disponer de muchos otros documentos legales y financieros, además de los extractos de cuentas bancarias. Entre estos documentos se incluyen los siguientes:

- ✓ Fotocopias de la declaración de la renta de los últimos cinco años
- ✓ Fotocopias de todas las pólizas de seguro de vida en las que alguno de vosotros aparezca como beneficiario, principal o secundario, o como titular
- ✓ Documentación sobre inversiones, como valores, obligaciones y fondos de inversión
- ✓ Condiciones y estado del plan de pensiones
- ✓ Cuentas de resultados y balance de situación de todas las empresas en las que tú, tu cónyuge o ambos tengáis intereses y fotocopias de los contratos de sociedad o estatutos sociales asociados
- ✓ Fotocopias de las capitulaciones matrimoniales, o acuerdos prematrimoniales o posmatrimoniales si los hicisteis



Una vez localizados todos los documentos, ordénalos y mantenlos guardados pero sabiendo dónde están. Si recurres a negociar el divorcio a través de un abogado, tendrá que consultar toda esa información y documentación. Cuantos más datos compartáis tú y tu cónyuge por voluntad propia, menos información deberán solicitar los abogados y más dinero ahorraréis. Todo será más fácil si ambos tenéis fotocopias de todos los documentos.

Ingresos y gastos reflejados por escrito

Suponiendo que tú y tu cónyuge negociéis el pago de la manutención de los hijos, la pensión compensatoria o ambas, ya sea entre vosotros o a través de un mediador o de los abogados, debéis conocer el sueldo neto real de cada uno, así como vuestras inversiones, pensiones, manutenciones de matrimonios anteriores, obligaciones, prestaciones del Estado y otras fuentes de ingresos. Asimismo, es necesario que sepáis cómo gasta estos ingresos cada uno de vosotros. Para determinar cuánto dinero entra y sale del hogar, consulta las instrucciones y los ejemplos del [capítulo 3](#).



Si tu cónyuge se niega a colaborar en este proceso de elaborar presupuestos, tendrás que dedicarte a adivinar algunos ingresos y gastos consultando los extractos bancarios, el talonario de cheques y los recibos de las tarjetas de crédito.

La vida después del divorcio

Si vais a separaros antes de comenzar el proceso de divorcio, debes trazar una especie de plan de futuro. Consulta en el [capítulo 6](#) los pasos que ambos debéis dar en el apartado “Aunque sea informal, es una separación”.

Para planificar el divorcio, debes pensar también en cómo será tu vida en cuanto hayáis puesto fin al matrimonio y en lo que deseas conseguir con el acuerdo. Ten en cuenta lo siguiente:

- ✓ ¿Cuánto tendrás que desembolsar para los gastos diarios de tus hijos y para las actividades extraescolares o de ocio, incluidas las vacaciones y las excursiones? Recuerda que, en la mayoría de los acuerdos, los gastos extraordinarios los pagan a medias ambos progenitores (consulta los [capítulos 10 y 13](#)).
- ✓ ¿Cuánto vas a necesitar para la manutención y el alojamiento después del divorcio? (Plantéate la posibilidad de elaborar un presupuesto para después del divorcio que contemple los ingresos y los gastos previstos.)
- ✓ ¿Qué ajustes debes hacer para llegar a fin de mes y ser feliz con tu nueva vida?
- ✓ En caso de que lleves varios años sin trabajar, ¿cuentas con los conocimientos necesarios para reincorporarte al mercado laboral? ¿Cómo puedes conseguir estos conocimientos? ¿Cuánto tiempo te llevará y cuánto

dinero invertirás en formación? (No olvides incluir los gastos del cuidado de los hijos mientras realices algún curso.) (Busca algunas pistas en el apartado “Buscar trabajo o cambiar a uno mejor” del [capítulo 19](#).)

Es difícil pensar en estas cosas si te preocupan asuntos más urgentes, pero un plan general para tu vida tras el divorcio te permitirá definir mejor tus prioridades y descubrir no sólo la ayuda financiera que necesitas pactar en el acuerdo, sino todo aquello a lo que no te importa renunciar.

Decidir los objetivos y las prioridades

Escribe todos los objetivos y las prioridades que te has marcado para el divorcio en orden de importancia. Guárdala y, después de un mes, cuando hayas tenido tiempo suficiente para reflexionar, vuelve a consultarla. Probablemente descubrirás que debes añadir, eliminar o reordenar algunos elementos.

Cuando pienses en lo que de verdad deseas obtener del divorcio, procura ser realista. No pidas la Luna, pero tampoco interpretes el papel de mártir. La lista de gastos del [capítulo 3](#) te ayudará a tener los pies en el suelo para distinguir entre lo que quieres y lo que necesitas.



Reflexiona sobre el tipo de divorcio que deseas y lo que pretendes hacer para conseguirlo, y comunícale tus intenciones a tu abogado. Plántate las siguientes preguntas (y consulta los capítulos de referencia para cada pregunta si necesitas ayuda en la respuesta):

- ✓ ¿Llevarías el caso hasta los tribunales con tal de conseguir tus prioridades o crees que es más importante negociar un acuerdo? ([capítulos 14 y 16](#))
- ✓ ¿Qué decisiones velan por los intereses de vuestros hijos y cómo las llevarás a la práctica con tu cónyuge para asegurarte de que cumplen su finalidad? ([capítulo 10](#))
- ✓ ¿Cuánto valoras que la relación con tu cónyuge después del divorcio sea buena? ¿Cuánta importancia tiene para tus hijos? ([capítulo 10](#))
- ✓ ¿Exiges que vuestros hijos vivan contigo en todo momento o no te importa compartir la custodia con tu cónyuge? ([capítulo 10](#))
- ✓ ¿Deseas permanecer en la vivienda de la familia o crees que tú y tus hijos estaréis mejor si os marcháis a otro lugar? ¿A qué distancia debéis estar de tu trabajo, la escuela, los amigos, la familia y tu ex cónyuge? ([capítulo 10](#))

- ✓ Siendo realista, ¿qué tamaño debe tener la casa en la que vivas con los niños en los próximos años? ¿Qué gasto para la vivienda puedes permitirte? ([capítulo 11](#))
- ✓ ¿Cuáles son tus necesidades mínimas y máximas de ingresos y cuál consideras que es el reparto óptimo de tu tiempo entre el trabajo, los hijos y tus otros compromisos? ([capítulos 11 y 19](#))
- ✓ ¿Qué posición ocupa en tu escala de prioridades tu seguridad a largo plazo, por ejemplo cuando tus hijos se vayan de casa o llegues a la edad de jubilación? ([capítulo 11](#))
- ✓ ¿Cómo cambiarán las cosas si tú o tu cónyuge contraéis matrimonio de nuevo o vivís con otra persona? ([capítulo 21](#))
- ✓ ¿Cuánto tiempo y dinero pretendes invertir en el divorcio? (Consulta a continuación el apartado “¿Cuánto dinero hace falta para divorciarse?” para descubrir lo que puede costarte poner fin a tu matrimonio.)

Si tienes claro lo que desees obtener del divorcio, te resultará mucho más fácil elegir al abogado que puede ayudarte a conseguirlo. (Consulta los consejos del [capítulo 15](#) para elegir al abogado más adecuado para tu caso.) Además, puedes orientarlo y transmitirle tus impresiones a lo largo del proceso. Si recurres al primer abogado del que te hablen sin tener en cuenta tus objetivos y tus prioridades, el divorcio puede ser mucho más caro, largo y estresante de lo que puedas imaginarte.

¿Cuánto dinero hace falta para divorciarse?

Si no tienes cuidado, los miles de euros que te costó la boda y la luna de miel te parecerán una miseria en comparación con lo que te gastarás para poner fin al matrimonio. El precio de un divorcio varía en función de una serie de factores:

- ✓ El hecho de que el divorcio sea de mutuo acuerdo o contencioso. Cuantos más problemas resolváis tú y tu cónyuge por vuestra cuenta, menos gastaréis en abogados, honorarios y costas. Si el divorcio es contencioso, vuestros abogados deberán presentar numerosas instancias y personarse ante los tribunales.
- ✓ El lugar en el que vives. Los honorarios legales suelen ser más caros si vives en una ciudad grande, ya que los gastos generales de la mayoría de bufetes, sobre todo en la capital, son más elevados y lo compensan cobrando más.
- ✓ La fama y la experiencia del abogado que te represente. Los abogados con más experiencia y con fama de “ganar” los casos pueden cobrar más que

los profesionales que ejercen desde hace poco tiempo o que no son reputados especialistas en derecho de familia. A cambio, pueden ayudarte a resolver tus problemas con más rapidez y eficacia. Como condición mínima, debes asegurarte de que tu abogado está especializado en derecho de familia.

- ✓ El número de cuestiones que podéis resolver por vuestra cuenta tú y tu cónyuge. Si podéis negociar los aspectos económicos del divorcio, en lugar de contratar abogados para que lo hagan en vuestro nombre, el resultado será siempre mucho más económico.
- ✓ El hecho de que os disputéis los hijos, algo que puede salir muy caro. Si colaboráis para tomar las decisiones que afecten a vuestros hijos, la minuta de honorarios de los abogados será más baja.
- ✓ La cantidad de activos y deudas que debéis repartiros y su complejidad. Según los activos y las deudas que tengáis, podríais veros en la necesidad de contratar a un tasador, asesor financiero, contable, actuuario u otro profesional para que os ayude con el divorcio.
- ✓ El hecho de que tú y tu cónyuge estéis dispuestos a solucionar el divorcio fuera de los tribunales o de que uno de los dos insista en ir a juicio. Si uno de vosotros está empeñado en iniciar una disputa, ambos pagaréis las consecuencias.
- ✓ Las estrategias legales de tu abogado y del de tu cónyuge. Podría darse el caso de que tú contrates a un abogado experto en derecho de familia que pretende haceros llegar a un acuerdo, pero que tu cónyuge opte por un letrado más propenso a la confrontación o poco familiarizado con el derecho de familia. Si esto sucede, tu abogado podría verse obligado a cambiar de planteamiento.
- ✓ La posibilidad de tener asistencia jurídica gratuita. Si tus ingresos no superan el doble del salario mínimo interprofesional y tu único patrimonio es el piso en el que vives, puedes solicitar el reconocimiento del derecho a la asistencia jurídica gratuita. Te nombrarán un abogado y un procurador del servicio del turno de oficio, a los que no tendrás que pagar honorarios. (Esta opción también contempla la mediación previa; en el [capítulo 15](#) encontrarás los detalles sobre lo que necesitas para conseguir el reconocimiento de ese derecho.)

Si todo va bien, un divorcio económico

Si vuestro caso es muy sencillo podéis divorciaros por unos 800 euros o incluso menos; tendrá que ser un divorcio con poco o nada que negociar, sin hijos menores a vuestro cargo, sin propiedades comunes, con pocas deudas y sin

ninguna solicitud de pensión compensatoria, siempre y cuando ambos estéis dispuestos a hacer gran parte o todos los trámites por vuestra cuenta.

Busca, compara y decide

Para hacerte una idea más exacta de lo que te costará el divorcio, puedes pedir un presupuesto a varios abogados expertos en derecho de familia. Cuando solicites información o te reúnas con tus posibles abogados, pídeles un presupuesto para diferentes casos de divorcio. Estas cantidades te ayudarán a decidir qué tipo de acuerdo sobre los hijos o sobre las propiedades debes elegir o el importe que debes reclamar para la pensión compensatoria. Con ayuda de esa información podrás hacer un análisis de viabilidad básico, simplemente comparando el valor de lo que puedes ganar al centrarte en un objetivo determinado con lo que te costará conseguirlo. Sin embargo, ningún abogado puede garantizarte que obtendrás el resultado que buscas, independientemente de todo el dinero que inviertas.

Incluso en caso de que tengáis propiedades o deudas, el divorcio podría costaros poco más de 2000 euros en caso de que lleguéis a un acuerdo sobre las condiciones del divorcio tras haber consultado a vuestros abogados o a un mediador profesional. Posteriormente, los abogados revisarán y formalizarán el acuerdo final.

Muchos abogados ofrecen una primera reunión de media hora gratuita o a un precio reducido.

Si todo va mal, un divorcio prohibitivo

Prepárate para gastar una elevada suma de dinero si no dejáis de discutir cada decisión o si el divorcio es complicado y requiere la participación activa de los abogados de principio a fin. En este caso, las facturas legales podrían alcanzar cantidades muy elevadas, como les ha sucedido a algunas parejas que se han disputado durante largo tiempo la custodia de los hijos. Si os enfrentáis por cuestiones económicas complejas, los honorarios de vuestros abogados pueden alcanzar cantidades de cinco cifras.

La tarifa de un abogado experto en derecho de familia oscila entre 100 y 400 euros, o más, por hora, más el IVA. Un caso de mediación puede ascender a unos pocos cientos de euros.

Haz todo lo posible para evitar un enfrentamiento por los hijos. No sólo resulta terriblemente caro, sino que podría ser doloroso y perjudicial para ellos a largo plazo. En caso de que te plantees emprender esta batalla, analiza primero tus motivos, a ser posible con la ayuda de un terapeuta familiar (consulta en el [capítulo 2](#) cómo encontrar a un terapeuta familiar). Es posible que, tras

reflexionar un poco, te des cuenta de que estás confundiendo las necesidades de los críos con las tuyas, o de que estás utilizándolos para vengarte de tu cónyuge. Consulta el [capítulo 8](#) para conocer en detalle las necesidades de tus hijos y el [capítulo 10](#) para informarte sobre las alternativas para el cuidado de los niños.

Si prevés un divorcio hostil

Si sospechas que el divorcio será una batalla prolongada y demoledora, o bien si tienes la seguridad de que acabará mal, te conviene tomar ciertas medidas para protegerte.

Una cuenta bancaria a tu nombre

Si compartes la cuenta de ahorro con tu cónyuge y temes que pueda apropiarse indebidamente de los fondos, quizá te compense retirar parte del dinero (por ejemplo la mitad, en función de tus necesidades y del saldo de la cuenta) para depositarlo en una cuenta nueva a tu nombre. Asegúrate de hacer un seguimiento de este tipo de transacciones.

Cuando tu cónyuge descubra que has retirado dinero de la cuenta conjunta para depositarlo en una cuenta separada, es probable que tenga una reacción airada, y que eso haga algo más difíciles las negociaciones. Si retiras una cantidad poco razonable de dinero (consulta con el abogado cuánto es “poco razonable” en tu caso), podrían complicarse las cosas y aumentar los gastos de tu defensa.



Asegúrate de que dispones de dinero suficiente en tu cuenta bancaria para cubrir los gastos mensuales. Lo último que necesitas en este momento es quedarte al descubierto y que te reclamen deudas.

Cancelar o bloquear las cuentas conjuntas

Toma algunas precauciones para evitar que desaparezca el dinero que tenéis a medias o que te carguen de deudas:

- ✓ Cancela las cuentas comunes asociadas a la tarjeta de crédito de tu cónyuge.
- ✓ Si no te permiten cancelar una cuenta porque tiene una deuda pendiente de pago, devuelve tu tarjeta y déjale claro a la entidad que no te haces responsable de las deudas que superen el saldo actual.

- ✓ Si tenéis una cuenta conjunta, solicítale al director del banco que la bloquee para que sólo podáis retirar dinero con la firma conjunta (tendréis que firmar los dos para sacar dinero). Por lo general, los bancos no pueden cerrar una cuenta conjunta sin el consentimiento de los dos titulares. Asegúrate primero de que las principales transferencias y domiciliaciones están cubiertas.
- ✓ En caso de que tu cónyuge supere el límite establecido para la tarjeta de crédito o de débito, cancela o reduce dicho límite.
- ✓ Informa a tu cónyuge de lo que has hecho y pídele que destruya su tarjeta, o bien que te la devuelva a ti o a la entidad emisora.

Los efectos personales más valiosos, a buen recaudo

Si crees que tu cónyuge podría intentar dañar, destruir o apropiarse de tus efectos personales en un arranque de ira o como venganza, guárdalos en un lugar seguro, como una caja de seguridad en el banco registrada a tu nombre, la vivienda de un familiar o amigo de confianza o cualquier sitio al que tu cónyuge no tenga acceso.

Si tu cónyuge te roba o daña tus efectos personales, puedes reclamarle que te reembolse su valor cuando negociéis los acuerdos económicos. Tu abogado podrá basarse en las pruebas que demuestren el comportamiento de tu cónyuge para sustentar sus pretensiones en el proceso de divorcio.

Evita que tu cónyuge derroche el dinero común

Si tu cónyuge se ha tomado muy mal que quieras divorciarte o pretende vengarse, podría derrochar el dinero que tenéis en común para así reducir la parte que te correspondería al repartíroslo. Si crees que eso puede suceder, consulta de inmediato a un abogado especialista en derecho de familia para que te diga lo que debes hacer para proteger los activos conjuntos. Procura que en las cuentas que tenéis a medias no haya mucho dinero sin proteger. El abogado puede conseguir que el juez adopte medidas cautelares si las propiedades en cuestión peligran por culpa de tu cónyuge.

Capítulo 8

Ayudar a los hijos a superar el divorcio

En este capítulo

La prioridad son los sentimientos de los hijos

El momento adecuado para decirles a los hijos que vais a divorciaros

Hablar con todos los hijos juntos o con cada uno por separado

Las posibles reacciones y preguntas de los hijos

Poner por delante las prioridades de tus hijos puede parecerte extremadamente complicado, sobre todo si la ruptura de tu matrimonio no ha sido amistosa. Al fin y al cabo, también debes preocuparte de lo que sientes tú, de las cuestiones legales y económicas pendientes y de las dificultades que vislumbra. Sin embargo, tus hijos cuentan con recibir de ti los cuidados y el apoyo que necesitan para sentirse felices y seguros y convertirse en adultos equilibrados.

En este capítulo trataremos las necesidades personales que experimentarán los hijos a lo largo del proceso del divorcio y te explicaremos cómo reducir al mínimo los traumas que puedan sufrir. Asimismo, te aconsejaremos cuándo y cómo debes comunicarles a tus hijos que el matrimonio ha llegado a su fin y te advertiremos sobre algunas de las reacciones que pueden tener.

La protección de los hijos

Cuando tú y tu cónyuge os divorciéis, no seréis las únicas personas afectadas por este cambio en vuestro estado civil. El divorcio significa el fin de la vida familiar que vuestros hijos han conocido hasta ese momento, su principal apoyo. Seguramente se sentirán angustiados y desconcertados durante un tiempo. Es posible que los más pequeños muestren un comportamiento más infantil, pierdan la concentración en los estudios y estén más malhumorados o enfadados de lo habitual. Lo normal es que superen esas reacciones iniciales, a menos que en el hogar siga habiendo inseguridad y enfrentamientos.

A continuación encontrarás cuatro maneras para proteger a tus hijos contra los daños a largo plazo que el divorcio pudiera producir y asegurarte de que su autoestima no se vea afectada:

- ✓ Asegúrate de que los niños no se vean envueltos en disputas de adultos.

Lo que temen tus hijos (pero no te dirán)

A lo largo del proceso de divorcio, e incluso cuando ya ha finalizado, los niños pequeños temen que les sucedan cosas terribles o se sienten en cierto modo responsables del fracaso del matrimonio de sus padres. Algunos de los miedos e ideas falsas más comunes que pueden asaltar a tus hijos al pensar en el divorcio son los siguientes:

- ✓ El progenitor con el que ya no vivo acabará desapareciendo de mi vida.
- ✓ El divorcio de mis padres es culpa mía.
- ✓ Si me porto muy bien, mis padres se reconciliarán.
- ✓ Debo elegir a uno de mis padres, ya que no puedo tener una buena relación con los dos si están divorciados.
- ✓ La nueva pareja del progenitor con el que vivo sustituirá a mi otro progenitor.
- ✓ Si uno de los dos tiene un hijo, me sustituirá.

Intenta saber lo que pasa por la mente de tus hijos para detectar cualquier señal que indique que les está costando trabajo asimilar el divorcio.

- ✓ Asegúrate de que no les cambiáis continuamente los acuerdos que regulan dónde y con quién vivirán; eso les crearía mucha inseguridad.
- ✓ Asegúrate de que no pierden el contacto con ninguno de vosotros sin una razón de peso.
- ✓ Asegúrate de tener en cuenta a tus hijos cuando reflexiones sobre lo que le está pasando a la familia.

Sin embargo, no todos los niños que se enfrentan a estas adversidades acaban dolidos. Tus hijos podrían recuperarse en poco tiempo si cuentan con tu ayuda y tu apoyo. Quizá tengan que adaptarse a un recorte en los ingresos familiares. Quizá deban mudarse a otra casa en otro barrio, asistir a una escuela nueva y hacer amigos nuevos. Quizá no hayas podido mantenerlos completamente al margen de un entorno tenso o incluso hostil en el hogar. Quizá debas hacerte a la idea de que para tus hijos ésta será la primera vez que hagas algo sólo por tu bien y aparentemente no por el de ellos. Sin embargo, tu tarea consiste en hacer todo lo que puedas, de mutuo acuerdo con tu cónyuge siempre que sea posible, para evitar que tus hijos, ya sean fuertes o vulnerables, se sientan angustiados, poco queridos o inseguros.

Cuándo y cómo decirles a los hijos lo que sucede

Tú y tu cónyuge debéis hacerles saber a vuestros hijos con palabras y con hechos que siempre estaréis a su entera disposición. Es probable que teman que uno de vosotros desaparezca como consecuencia del divorcio, o bien que uno de los dos o ambos los abandonéis de algún modo y que tengan que arreglárselas solos. Tienes que ser realista al intentar tranquilizarlos y debes cumplir tus promesas para que confíen en ti.

Existen muchas maneras de comunicarles estas noticias, algunas mejores que otras. Tened en cuenta lo siguiente para que la conversación se desarrolle sin problemas:

- ✓ Poneos de acuerdo en lo que vais a decir. Si es posible, antes de comunicárselo a vuestros hijos, tomaos un tiempo para acordar lo que les vais a explicar sobre el divorcio. De este modo, si tenéis la misma versión de la historia, no os contradiréis y no discutiréis a lo largo de la conversación.
- ✓ Decídselo los dos juntos. Haced el esfuerzo de reuniros para decirles a vuestros hijos que os divorciáis, aunque para ello tengáis que dejar de lado durante un tiempo la animadversión mutua que sentís. Así les dejaréis claro que, aunque el matrimonio haya llegado a su fin, podéis colaborar como progenitores, todavía sois una familia (aunque algo diferente) y participáis activamente en su vida.
- ✓ Sed justos el uno con el otro. Ambos debéis estar de acuerdo en que, cuando habléis con vuestros hijos, ya sea juntos o por separado, no os culparéis mutuamente de la ruptura y no obligaréis a los niños a tomar partido por uno de vosotros. De lo contrario, estaréis siendo injustos con vuestros hijos y les haréis mucho daño. Pensad que no estáis criticando a vuestro cónyuge, sino a una persona muy querida por los niños. Estos comentarios pueden tener un efecto opuesto al esperado, ya que vuestros hijos podrían ponerse del lado del progenitor criticado.
- ✓ Sed sinceros con vuestros hijos sobre las razones del divorcio. No obstante, tened en cuenta su edad y no les informéis de cosas sobre vuestra relación adulta innecesarias o que no entenderían. Decidles todo lo que deben saber, pero no más. Si no habéis sido capaces de ocultar vuestras discrepancias matrimoniales, podéis hacer mención a lo que vuestros hijos ya saben diciéndoles algo como “Nos habéis visto pelear muchas veces, por eso a partir de ahora las cosas cambiarán...”.



- ✓ No ocultéis el hecho de que el divorcio trastocará la vida a todos los miembros de la familia. Preparad a vuestros hijos para los cambios que se producirán a partir de ese momento, pero tranquilizadlos diciéndoles que el amor que sentís por ellos nunca ha flaqueado ni nunca lo hará y que seguiréis formando parte de su vida. Sin embargo, no les prometáis nada que no podáis cumplir.
- ✓ Dejadles bien claro que el divorcio no tiene absolutamente nada que ver con ellos. Ocurre muchas veces que los niños más pequeños se sienten responsables del divorcio y creen que si se hubieran portado mejor, vuestro matrimonio no habría fracasado.



- ✓ No dejéis que las emociones os abrumen. Al hablar con vuestros hijos sobre el divorcio, procurad no exaltaros. El hecho de ver que un progenitor llora, grita o se enfurece puede resultar aterrador para los niños. No agravéis su estado de ansiedad relatándoles con demasiada intensidad emocional lo que sucede. De lo contrario, se preocuparán más por vuestros sentimientos que por los suyos y podrían no deciros lo que piensan realmente.

Que os echen una mano para hablar con los hijos

Si necesitáis ayuda para saber qué decirles a vuestros hijos, hablad con su pediatra (si están en edad preescolar), su tutor (si están en primaria y mantienen una buena relación) o con un orientador escolar (si están en secundaria). También podéis recurrir a un psicólogo o a un terapeuta familiar para que os ayude a decidir qué vais a decirles.

Ayudar a los niños a asimilar la idea

Si a vuestros hijos les cuesta asimilar que vais a divorciaros, es probable que necesiten que los miméis un poco más si son pequeños, o que les dediquéis algo más de tiempo y atención si son mayores. Un adolescente podría o tomárselo con mucha calma o protestar enérgicamente, lo que hará más difícil de lo habitual prestarle el apoyo y la comprensión que necesita, pero debéis esforzaros para llegarle a lo más hondo. Si sois todo lo sinceros que podéis ser con vuestros hijos adolescentes, dadas las circunstancias, les demostraréis que respetáis su madurez y les ayudaréis a crecer. Sin embargo, no debéis caer en la tentación de intentar que se pongan de vuestra parte contra el otro progenitor.

Solicitar la ayuda de otra persona

En otras ocasiones no es tan fácil ayudar a los hijos. Cuando necesitan más atenciones de las que podéis darles en ese momento, considerad la posibilidad de recurrir a los abuelos (según algunos estudios, son las personas que más aprecian los niños en estas circunstancias) o a otro adulto de confianza que se entienda con vuestros hijos.

Contadles vuestros planes de divorcio a todos los adultos que vuestros hijos vean con asiduidad, como profesores, canguros, padres de amigos íntimos, etc. De este modo, comprenderán que si se produce algún cambio importante en su comportamiento es debido al divorcio. Pedidles, en caso de que detecten alguna transformación en los críos, que os informen de inmediato.

Mantener una actitud positiva

La autoestima de tus hijos es muy importante, pero también lo es la tuya. Si tienes una actitud negativa, puedes acabar minando tu autoestima y la de los críos.

El psicólogo americano John Gottman invita a las parejas a su estudio durante un fin de semana para medir el porcentaje de afirmaciones positivas y negativas de sus conversaciones. ¿Y sabes a qué conclusión ha llegado? A una sorprendente y evidente al mismo tiempo: si la relación entre las afirmaciones positivas y negativas es de cinco a una o más, la relación se salvará. Asimismo, afirma que sus predicciones se cumplieron el 94 % de las veces a lo largo de los veinte años de su investigación.

Imagínate ahora que tus hijos sólo os oyen decir cosas negativas sobre vosotros mismos o sobre ellos. Este bombardeo continuo probablemente les hará perder la autoestima. Además, a lo largo del divorcio, aumentará la proporción de comentarios negativos con respecto a los positivos.

A continuación te aconsejamos lo que debes hacer para proteger tu autoestima y la de tus hijos:

- ✓ Cuando te reúnas con tu cónyuge el día de la visita con los niños, fíjate en lo que decís durante unos diez minutos y cuenta vuestros comentarios positivos y negativos.
- ✓ Si te das cuenta de que hacéis más afirmaciones negativas que positivas, intenta cambiar tu actitud la próxima vez. Verás entonces que tu ex cónyuge también muestra una actitud más positiva.
- ✓ Intenta convertir las críticas en co-mentarios elogiosos. Por ejemplo, un reproche como "¡Siempre llegas tarde y nunca sé cuándo vas a venir! ¿Cómo crees que le sienta esto a nuestro hijo?", puede convertirse en "Aprecio enormemente todo lo que haces para mantener el contacto con nuestro hijo, sobre todo cuando llegas quince minutos antes de la hora a la que habíamos quedado".
- ✓ Di todo lo que piensas y sientes, en lugar de intentar adivinar lo que piensa o siente tu cónyuge (inclinándote por una interpretación crítica), aunque te creas que lo conoces a la perfección. No obstante, esfuérzate por mantener una actitud positiva. En vez de "Siempre tienes cara de mal humor cuando llego, ¿sigues odiándome?", procura decir algo como "Me resulta difícilísimo encontrar un hueco para venir a ver el niño, pero te agradezco que me dejes pasar un tiempo con él".
- ✓ En lugar de generalizar, habla de situaciones concretas. No digas "¡Ya empiezas otra vez! Sólo sabes ver las cosas negativas", sino "Creo que sólo estás viendo el lado malo".
- ✓ En algunas ciudades podéis encontrar seminarios o grupos de apoyo cuyo objetivo consiste en informar a los padres que se están divorciando sobre las reacciones de los hijos ante el divorcio, la forma de comunicarse con ellos y los recursos que hay tanto para los padres como para los hijos.

Los hijos, al margen de las discusiones

Ten mucho cuidado con tu comportamiento cuando estés en presencia de los niños. Las cosas que hagas (o las que no hagas) pueden o bien transmitirles la seguridad de que todo saldrá bien o bien aumentar la angustia que sienten al pensar en el futuro. Lee esta lista con atención.

- ✓ No te pelees con tu cónyuge si los niños están cerca.
- ✓ No digas nada negativo sobre tu pareja a tus hijos ni a otra persona si ellos pueden oírte.
- ✓ No te dejes llevar por las emociones delante de tus hijos al hablar sobre el divorcio o sobre el futuro. De lo contrario, aumentarás su inseguridad y su miedo sobre lo que está por venir.
- ✓ No utilices a tus hijos como intermediarios entre tú y tu cónyuge.
- ✓ No interfieras en la relación entre tus hijos y su otro progenitor intentando manipularlos para que piensen que tú eres el “bueno” y el otro es el “malo”.
- ✓ No presiones a tus hijos para que tomen partido por uno de vosotros.
- ✓ Evita introducir grandes cambios en la rutina de tus hijos. Procura que, en la medida de lo posible, sigan haciendo lo mismo de siempre. A los niños no les suelen gustar los cambios, y con el divorcio ya les llegan unos cuantos.
- ✓ No los malcríes porque te sientes culpable o porque quieres que se pongan de tu parte. Aunque estés al límite de tus fuerzas, no relajes la disciplina.
- ✓ Evita convertir a tus hijos en tus confidentes. Guárdate tus inquietudes y preocupaciones o compártelas con otros adultos.
- ✓ No busques consuelo en tus hijos, debe ser justo al revés.
- ✓ No esperes que tu hijo se convierta en el “hombre” de la casa o tu hija en la “mujer” de la casa. Un hijo no es un sustituto de tu cónyuge. Pero tampoco debes eximirlos de realizar las tareas habituales del hogar. Si hay menos manos disponibles para hacer las cosas, reparte los quehaceres entre todos. Al participar activamente, aceptarán mejor los cambios. Todos sobrellevamos mejor los cambios cuando tenemos algo útil que hacer.

Cuándo decírselo a los hijos

Quizá intentes postergar las cosas más desagradables o que te hacen sentir inseguridad, algo que les sucede a muchas personas. Se te ocurrirán innumerables razones para retrasar el momento de decirles a tus hijos que os

divorciáis. Sin embargo, debes ser tú la primera persona que se lo diga. Tus hijos necesitan que les comuniques esta noticia con tus propias palabras. Y una vez se lo hayas comunicado, tranquilízalos diciéndoles que siempre los querrás y siempre los cuidarás.

El momento más adecuado para hablar con los niños sobre estos cambios depende de su edad y de las circunstancias del divorcio. Por ejemplo, si tu cónyuge te informa de que ya ha presentado la demanda de divorcio y de que va a irse de casa la semana que viene, tendrás que decirles a los niños cuanto antes que la pareja se ha roto.

Hablar con los hijos mayores

Ten en cuenta que debes informar antes a tus hijos mayores (en edad de cursar secundaria o incluso mayores) que a los más pequeños, siempre y cuando esté en tus manos elegir el momento de vuestras conversaciones. Los hijos mayores podrían enterarse al oír casualmente una conversación o al encontrar papeles relacionados con el divorcio; además les resulta más fácil darse cuenta de que “algo pasa”. Por otra parte, ya pueden asimilar la información tras un cierto tiempo, digerirla y encontrar explicaciones que los ayuden a aceptarlo, aunque pueden parecer más maduros de lo que son realmente. Cuando tengas la completa seguridad de que el divorcio sigue adelante y ciertos detalles ya estén ultimados, sobre todo aquellos que afectan a los niños, habla con ellos en cuanto te sea posible.



No comentes tus planes de divorcio con tus hijos mayores hasta que hayas hablado con tu cónyuge. Es injusto y poco apropiado que los conviertas en tus confidentes para pedirles consejo y preguntarles su opinión. Si necesitas asesoramiento, acude a un adulto. (Si crees que puede ayudarte un terapeuta, consulta el [capítulo 9](#).)

No pases por alto las reacciones de tus hijos mayores. Aunque ya se hayan ido de casa o estén estudiando en la universidad, el divorcio les afectará profundamente. Debes decírselo con delicadeza, como a cualquier hijo. Tus hijos adultos, que quizá todavía no se han asentado en otro lugar, podrían tener la impresión de que el hogar del que se han ido ya no existe. Además, podrían perder la confianza en el matrimonio.

Hablar con los hijos pequeños

Si tus hijos están en preescolar o en primaria, no les comentes que os vais a divorciar mucho antes del día en que tú y tu cónyuge pensáis separaros. Los

niños pequeños tienen un sentido del tiempo diferente al de los adultos y los chavales mayores; una semana puede parecerles un mes y un mes, un año. Si se lo dices demasiado pronto, corres el riesgo de aumentar la ansiedad que sienten al pensar que va a haber unos cambios en su vida que no comprenden. Evita también palabras como “juzgado” o “legal”, ya que podrían asociarlo con algo malo sin que tú te des cuenta.



Independientemente de su edad, y siempre que sea posible, no esperes al momento en que tú y tu cónyuge ya viváis separados para decírselo a los niños. Eso puede resultarles muy duro. Pero incluso peor que eso es que uno de vosotros se vaya sin darles ninguna explicación. Debéis decirles que habéis pensado separaros con la antelación suficiente para que puedan procesar la noticia, haceros preguntas, pasar tiempo tranquilamente con vosotros dos y disfrutar de vuestro afecto. Esta preparación es fundamental a la vista de los cambios que van a producirse.

Hablar con todos los hijos juntos o por separado

¿Debéis hablar sobre el divorcio con todos vuestros hijos al mismo tiempo, o bien tener una conversación con cada uno de ellos? Sólo vosotros podéis tomar esta decisión: hay argumentos y razones a favor de los dos enfoques.

Hablar con los hijos en grupo

El hecho de decírselo a todos los hijos juntos tiene grandes ventajas, siempre y cuando se lleven pocos años y demuestren un grado de madurez semejante:

- ✓ Puedes ayudar a que se establezca una relación de solidaridad entre los niños. Así se apoyarán y se insuflarán fuerzas los unos a los otros.
- ✓ Todos sabrán lo mismo. A lo mejor no te parece importante, pero si hablas con tus hijos por separado, alguno de ellos podría pensar que les has contado otra cosa a sus hermanos o que lo tratarás de forma diferente a como tratas a los demás.

Hablar con cada hijo por separado

Si tus hijos tienen edades o grados de madurez muy diferentes, quizá te convenga comunicárselo por separado para adecuar lo que dices a cada uno de ellos.

No olvides decirles a todos que tendrás esta misma conversación con sus

hermanos, ya que, a menos que sean muy pequeños, tus hijos hablarán entre ellos sobre lo que les has dicho. Por esta razón, debes ser coherente cuando les expliques por qué os divorciáis y expongas los aspectos que cambiarán o que seguirán como siempre. Si a cada hijo le dices cosas diferentes, sólo conseguirás agravar su estado de angustia y confusión.

Las reacciones de los hijos

Es imposible predecir cómo reaccionarán los niños cuando les contéis que vais a divorciaros. La reacción dependerá de la edad, el grado de madurez, la personalidad y la relación que mantengan contigo y con el otro progenitor, entre otras cosas. Lo más curioso de todo es que sus sentimientos podrían reflejar los tuyos, sobre todo:

- ✓ Incredulidad
- ✓ Ira
- ✓ Miedo
- ✓ Tristeza
- ✓ Abatimiento
- ✓ Rechazo

Para comprobar cómo asimilan tus hijos la noticia del divorcio, intenta pasar más tiempo con ellos, pero sin entrometerte. Al estar cerca de ellos, tus hijos podrán compartir contigo sus sentimientos y sus preocupaciones sobre los cambios en su vida cuando sientan la necesidad de hacerlo. Es posible que saquen el tema en momentos de intimidad que podrían parecerte extraños (los pequeños, a la hora de bañarse o de acostarse; los mayores, en el coche o incluso al fregar los platos), si es que tienes suerte y quieren hablar contigo sobre lo que sienten.

Tienen algo que decir

Tus hijos necesitan sentir que los escuchas mientras te encuentras en pleno proceso de divorcio. Debes reservar algo de tiempo para conocer sus pensamientos y sus sentimientos, sobre todo si les resulta difícil expresarlos con palabras. En lugar de inquietarte y poner palabras en boca de tus hijos, pregúntales cómo sobrellevan lo que les está sucediendo y escúchalos.

A veces, te dolerá oír lo que dicen. Por ejemplo, podrían sorprenderte con cosas como “Entonces, ¿papá no me quiere?” o “Si no hubieras estado tan enfadado siempre, mamá no se habría ido”. Es probable que sientas el impulso de

defenderte y darles una explicación, pero lo importante es que prestes atención a la angustia que hay detrás de sus comentarios y que reacciones con afecto y sin ánimo de crítica. De este modo, es más probable que tus hijos sean más abiertos contigo para que puedas consolarlos y tranquilizarlos.

Cuando los críos conozcan los planes de divorcio, quizá empiecen a sentirse aislados y distanciados de sus amigos. Es posible que crean que son los únicos niños cuyos padres se divorcian, lo que les hace sentir vergüenza.

Aunque te parezca que tus hijos lo llevan bastante bien, no des por supuesto que no tienen problemas en la escuela o en su tiempo libre, o que no los van a tener más adelante. Estate alerta a cualquier cambio en su estado de ánimo o en su comportamiento que pueda revelar un malestar emocional. Consulta a continuación el apartado “Señales que indican problemas”.

El arte de escuchar

Si nunca antes habías prestado mucha atención a lo que decían tus hijos, ha llegado el momento de que lo hagas. Escuchar activamente consiste en identificar los sentimientos que se ocultan tras los comentarios y las preguntas de tus hijos y, a continuación, hacerles saber sin ánimo de crítica que has escuchado lo que decían. Esto no quiere decir que tengas que echarles un sermón o regañarles, y tampoco que debas necesariamente analizar o resolver los problemas. El objetivo es animar a tus hijos a que se comuniquen contigo y expresen lo que sienten sobre vuestro divorcio. Al escuchar activamente, fortalecerás el amor y la confianza entre tú y tus hijos, algo que les hace mucha falta para aceptar el divorcio de sus padres.

Los niños deben visitar cuanto antes al cónyuge que deje de vivir en el hogar para comprobar por sí mismos que está bien y que sigue siendo su progenitor. En ocasiones, los hijos más pequeños se preocupan porque, por ejemplo, temen que no se alimente bien.

Sin embargo, si los niños se niegan a visitar a su otro progenitor, no los obligues a hacerlo. Si te encuentras en esa situación ponte en contacto cuanto antes con un psicólogo o terapeuta familiar, pues debes procurar que recuperen el vínculo afectivo con su otro progenitor. En circunstancias normales, tus hijos deben tener el nuevo número de teléfono y la dirección de su padre. No obstante, en casos especiales, puedes ocultarles esta información, por ejemplo si habéis sido víctimas de violencia o malos tratos, o si temes que así pueda ser. (Consulta el [capítulo 2](#).)

Si tú o tu cónyuge tuvisteis enfrentamientos directos y frecuentes durante el matrimonio, la separación puede ser un alivio para los niños y para ti. Aunque sea extraño, el divorcio será, en ese caso, un cambio positivo en la vida de los

chavales.

Señales que indican problemas

Si ya has iniciado el proceso de divorcio, debes familiarizarte con las señales que suelen revelar un malestar emocional en los niños y estar alerta para detectarlas en tus hijos, con el fin de intervenir lo antes posible; si muestran alguno de los comportamientos que indicamos a continuación, están pidiendo ayuda.

Niños en edad preescolar:

- ✓ Un comportamiento más infantil, como mojar la cama, chuparse el pulgar y llorar.
- ✓ Tienen dificultades para dormir en su habitación o sufren pesadillas.
- ✓ Se portan mal en casa o en el colegio o al jugar con otros niños.
- ✓ Sienten miedo a separarse de ti.

Niños en primaria:

- ✓ Dicen que están enfermos con más frecuencia de lo habitual para poder faltar a la escuela y quedarse en casa (lo más común son los dolores de cabeza y de estómago).
- ✓ Descargan su enfado sobre un progenitor y buscan consuelo en el otro.
- ✓ Pasan más tiempo solos en su habitación y juegan menos con los amigos.
- ✓ Participan menos en las actividades escolares.

Niños en secundaria:

- ✓ Se alejan de los amigos y la familia.
- ✓ Se ponen enfermos más a menudo o adoptan hábitos nerviosos, como morderse las uñas.
- ✓ Pasan más tiempo solos en su habitación.
- ✓ Descargan su enfado sobre el progenitor al que consideran causante del divorcio.
- ✓ Interpretan el papel del cónyuge ausente para apoyar al progenitor que creen que ha sido tratado injustamente.
- ✓ Se portan mal en el hogar, o dentro o fuera de la escuela; por ejemplo, se meten en peleas.

- ✓ Muestran un comportamiento más rebelde; por ejemplo, hacen novillos, fuman, beben, toman drogas o vuelven tarde a casa de manera continuada.

Aunque no hace falta que te alarmes si tus hijos sufren algo de estrés durante un breve período de tiempo, debes preocuparte si constatas que su evidente malestar dura demasiado o empeora. Intervén de inmediato en caso de que abusen del alcohol o de las drogas o de que caigan en la delincuencia, pues ellos u otras personas podrían estar en peligro. Consulta en el [capítulo 2](#) cómo encontrar un consejero u otro profesional que os pueda ayudar a ti y a tus hijos.

Que encuentren respuestas a sus preguntas

Después de comunicar a tus hijos los planes de divorcio, deja que te pregunten todo lo que quieran. Si te preguntan algo para lo que no tienes respuesta, admite que no lo sabes o que es demasiado pronto para decirlo. Si es conveniente, promételes que les contestarás un día en concreto o en cuanto puedas. Ten mucho cuidado cuando les cuentes a tus hijos que os divorciáis porque ya no os queréis, ya que quizá piensen que dejarás de quererlos también a ellos. Insiste en que los quieres y que siempre lo harás.



En una de nuestras sesiones de mediación, David, un niño de 10 años, se enfadó cuando su madre le dijo que le explicaría por qué se divorciaban cuando fuera mayor y pudiera entenderlo. A voz en grito, David le contestó: “¡Dímelo ahora aunque no lo entienda!”. Entonces a su madre no le quedó otra que intentar explicárselo.

Probablemente lo primero que te pregunten tus hijos es qué cambios se producirán y qué cosas seguirán igual. Por ejemplo, en función de la edad, querrán saber lo siguiente:

- ✓ Dónde van a vivir
- ✓ Si seguirán en la misma escuela
- ✓ Si tú y tu cónyuge seguiréis viviendo en la misma ciudad
- ✓ Si os verán a los dos
- ✓ Si seguirán realizando su actividad deportiva favorita
- ✓ Si seguirán con sus lecciones de música o danza
- ✓ Cómo os repartiréis vuestras responsabilidades como padres

- ✓ Si podrán participar en las excursiones escolares
- ✓ Si os faltará el dinero
- ✓ Dónde vivirá la mascota

No te preocupes si tus hijos no te hacen muchas preguntas al principio. Seguramente la noticia les habrá causado una profunda impresión, aunque ya supieran que tú y tu cónyuge teníais problemas conyugales y aunque tengan muchos amigos con padres divorciados. Necesitarán algún tiempo para asimilar la idea antes de poder hacerte preguntas.

La influencia de la edad

Tus hijos mayores podrían plantearte sus dudas después de haber hablado con sus amigos, sobre todo si sus padres están divorciados, ya que así les comentarán cómo fue para ellos la experiencia.



Existen muchas obras disponibles para niños de más edad, aunque quizá sea mejor que las dejes a la vista por la casa en lugar de obligar a un adolescente difícil a leerlas.

A tus hijos más pequeños les costará comprender el concepto de divorcio y de entrada no entenderán que tú y tu cónyuge seguiréis queriéndolos y cuidándolos. Por ejemplo, si les dices que os divorciáis porque ya no os amáis, pensarán que también dejaréis de quererlos a ellos. Es probable que te hagan las mismas preguntas una y otra vez, lo que pondrá a prueba tu paciencia. Debes comprender que lo que tus hijos necesitan en este momento es sentirse seguros.

Puedes ayudar a los más pequeños a aceptar la nueva situación leyéndoles libros adaptados para su edad que traten sobre el divorcio. Un experimentado psiquiatra infantil afirma que una de las cosas que más ayuda a los niños a aceptar este trauma es elaborar una historia con la que luego se sientan cómodos. Puedes orientarlos sutilmente hasta que lo consigan.

Hablar, hablar y volver a hablar

Hazles saber a tus hijos que estás disponible para hablar con ellos sobre el divorcio y responder a sus preguntas en cualquier momento.

Si son algo reacios a hacerte preguntas, toma la iniciativa y habla por separado

con cada uno de ellos para darles la oportunidad de que te pregunten todo lo que quieran saber. Es evidente que si siempre has tenido una relación abierta y sincera con tus hijos, estarán más dispuestos a comentarte sus miedos y preocupaciones, algo que no sucederá si jamás te interesaste por saber lo que pensaban o por tener una conversación seria con ellos.

Si los chavales han vivido otro divorcio, no debes dar por supuesto que la segunda vez les parecerá más fácil. Podrían experimentar exactamente los mismos sentimientos de la ocasión anterior, ya que de nuevo tendrán que adaptarse a los cambios que se producirán en su estilo de vida y sufrirán la inquietud que supone vivir con dos adultos que sólo piensan en el fin de su matrimonio. Por eso, tendrás que actuar como si fuera la primera vez para ayudarlos a superarlo.

Capítulo 9

La importancia de tus sentimientos

En este capítulo

Habrás altibajos emocionales

El control de los sentimientos

Mantener el contacto con la familia y los amigos

Para bien o para mal, tu matrimonio es una parte muy importante de tu vida y no es fácil ponerle fin, tanto si eres tú quien inicia los trámites de divorcio como si lo hacéis de mutuo acuerdo o es tu cónyuge quien presenta la demanda. A medida que la realidad del divorcio se vaya haciendo patente, te resultará cada vez más difícil, o incluso imposible, pensar con claridad y lógica. Hasta las tareas cotidianas o algo tan básico como dormir bien por la noche se convertirán en todo un reto para ti, ya que no dejarás de hacerte preguntas como “¿Tendré dinero suficiente para sobrevivir?”, “¿Dónde viviré?”, “¿Cómo lo llevarán los niños?” o “¿Volveré a casarme?”. Este capítulo te ayuda a comprender las emociones que probablemente sentirás y te sugiere cómo mantenerlas bajo control.

Se avecinan altibajos emocionales

Un divorcio puede convertirse en una montaña rusa de sentimientos: un día sientes ira, tristeza y culpabilidad, y al día siguiente esperanza y confianza. Tus emociones también pueden cambiar en el mismo día, o de una hora a otra. Por lo general, serán más intensas al principio e irán suavizándose a medida que pase el tiempo. Lo mismo sucede cuando te separas.

No obstante, el divorcio es una experiencia muy personal, por lo que es imposible predecir tu reacción. Aun así, es bastante frecuente experimentar al menos dos de los siguientes sentimientos:

- ✓ Tristeza o dolor por el fracaso de la relación
- ✓ Ira hacia el cónyuge por los desaires y los descuidos que haya podido tener
- ✓ Vergüenza por poner fin al matrimonio, sobre todo si siempre te habías esforzado porque pareciera perfecto

- ✓ Una sensación de fracaso y decepción por no conseguir que el matrimonio funcionara
- ✓ Miedo a las repercusiones que pueda tener sobre ti o tus hijos, en especial si hace muchos años que dejaste atrás la soltería o si nunca has vivido por tu cuenta
- ✓ Culpabilidad si has iniciado tú el divorcio
- ✓ Sensación de rechazo o abandono si tu cónyuge inició el divorcio, sobre todo si te ha dejado por otra persona
- ✓ Abatimiento

Incluso si eres tú quien quiere poner fin a la unión con tu cónyuge, podrías experimentar una sensación de pérdida. Procura comprender tus sentimientos, ya que esto te ayudará a considerar objetivamente tu reacción anímica, canalizarla de forma positiva y evitar que las emociones desbaraten el divorcio.

Las etapas del dolor

Al principio te parecerá que nunca serás capaz de colmar el vacío que ha dejado tu matrimonio, pero con el tiempo lo conseguirás. Cuando pierdes algo que quieres (ya sea a tu cónyuge o el propio matrimonio), pasas por una serie de fases para superar la sensación de vacío y curarte emocionalmente. Todas las personas que pierden a alguien o algo importante en su vida, y el matrimonio suele ser importante, pasan por las siguientes fases:

- ✓ **Sorpresa y negación.** Aunque ya supieras que tu matrimonio estaba lleno de problemas y que tu cónyuge no era feliz, la noticia de que quiere divorciarse será un golpe tremendo. ¿Divorciarse? ¡Eso es algo que les pasa a los demás, no a ti! Aunque la decisión sea mutua, te costará trabajo aceptar que el matrimonio ha llegado a su fin. Podrías pensar que sólo es un ridículo malentendido, o que todavía es posible arreglar las cosas. Quizá empezarás a analizar tu forma de pensar (¿fuiste demasiado inocente?) y las cosas que diste por supuestas sobre tu matrimonio y tu pareja (¿tuviste demasiada confianza?). También podrías sentir angustia ante los cambios que van a producirse en tu vida e incapacidad para enfrentarte a ellos.
- ✓ **Ira.** La sorpresa inicial suele ir acompañada de ira (aunque no en todos los casos), pero es una reacción normal, sobre todo si es tu cónyuge quien inicia el divorcio. Además de sentir ira hacia la otra persona, probablemente la sentirás hacia ti. Una forma de liberarte de parte de la presión que sientes consiste en expresarla. Si te la guardas dentro, podrías caer en la depresión. Para desahogarte sirve golpear un cojín, gritar con todas tus fuerzas o

hacer ejercicio, como nadar, correr o practicar *kickboxing*, ya que te ayuda a quemar parte de la ira y a liberar algo de tensión.

Si no consigues que la ira desaparezca y, sobre todo, si acabas adoptando una actitud agresiva o violenta, busca ayuda de inmediato. Si llegas a esta situación, puede que necesites acudir a un profesional que te ayude a analizar tus sentimientos objetivamente.

- ✓ **Abatimiento.** Es probable que sientas la moral baja en determinados momentos del divorcio. Esta reacción ante una situación difícil de la vida es completamente normal. Pero si el abatimiento no desaparece o empeora, si empiezas a beber demasiado para ahogar las penas o si se te pasa por la cabeza la idea de suicidarte, acude de inmediato a tu médico de cabecera o a un psiquiatra para que te ayude a superar este bache y a salir de la depresión. Recuerda que la depresión es una enfermedad y, por lo tanto, no puede tratarla nadie que no sea médico titulado.
- ✓ **Persuasión** (cerrar los ojos a la realidad). Durante tu proceso de recuperación, podrías reaccionar al divorcio intentando persuadir a tu cónyuge de que no se vaya. Para eso puedes prometerle, por desesperación, hacer cualquier cosa con tal de salvar el matrimonio y olvidar el dolor que sientes. Evita realizar este tipo de tratos. Si tu cónyuge acepta tu oferta e interrumpís el proceso de divorcio, simplemente estáis posponiendo lo inevitable. Si haces promesas que luego no puedes cumplir, te sentirás más infeliz que nunca en tu matrimonio.
- ✓ **Pena.** Si te entristece pensar en todo lo que desaparecerá de tu vida tras el divorcio, quizá te consuele saber que ninguna situación dura eternamente. Ante tus ojos se ofrece un sinfín de posibilidades para la nueva vida que emprendas con tus hijos, que no dejan de pensar en el futuro. Quizá encuentres pareja, un trabajo nuevo o tiempo para dedicarte a un hobby que tuviste que dejar de lado durante el matrimonio. Y la ventaja es que tendrás algo más de experiencia por todo lo que has vivido.
- ✓ **Comprensión y aceptación.** Al final, acabarás aceptando el divorcio. Si se produce tras dos años de separación durante los que habéis alcanzado acuerdos razonables, ya te habrás preparado mentalmente para negociar con tu cónyuge, algo que resulta más difícil cuando el divorcio es inmediato y los sentimientos están a flor de piel. No te preocupes si no puedes resolver tus conflictos emocionales hasta que el divorcio finalice y hayas recuperado tu equilibrio mental, ya que es normal.

El hecho de comprender las diferentes fases por las que pasarás al recuperarte del divorcio no hará desaparecer el dolor, pero quizá te ayude saber que otras personas se han sentido igual que tú. En ocasiones, te parecerá que estás

perdiendo la razón o que tu vida jamás volverá a ser normal. Sin embargo, te tranquilizará saber que pasarás por determinadas fases y, sobre todo, que numerosas personas en tu misma situación han vuelto a encontrar la felicidad en la vida.



Como tu capacidad de discernir estará todavía algo afectada cuando empieces a recuperarte, intenta no tomar decisiones muy importantes mientras sigas sintiendo inseguridad. En caso de que sea imprescindible que lo hagas, pídele consejo a un familiar o a un amigo en quien confíes.

El control de los sentimientos

La forma en que canalices tus sentimientos puede reportarte una vida plena como persona soltera o abocarte a una vida anclada en el pasado, y puede ayudar a tus hijos a sobrellevar la situación o poner en peligro su felicidad. De ti depende el resultado: amargarte por los resentimientos, la ira y el fracaso o renacer del divorcio con más fuerza y confianza.

Las consecuencias de los sentimientos

Te conviene conocer los posibles efectos negativos de no asimilar las emociones que experimentas. Si no controlas tus sentimientos, puedes:

- ✓ Reducir tu capacidad para tomar decisiones inteligentes
- ✓ Agotar tu energía en el momento en que más la necesitas
- ✓ Pasar por alto la forma en que contribuiste a que acabara el matrimonio
- ✓ Transigir demasiado al negociar las condiciones del divorcio, sobre todo si te agobian los remordimientos y el sentimiento de culpa
- ✓ Alejar a tus amigos y familiares

Cómo superar los malos momentos

A continuación te sugerimos lo que puedes hacer para superar tu proceso de recuperación cuanto antes:

- ✓ Pide ayuda a tus familiares y amigos más íntimos, o asóciate a un grupo de apoyo. Tu familia y tus amigos están ahí para ayudarte, y también puedes encontrar consuelo si hablas con otras personas que hayan pasado por lo

mismo que tú.

- ✓ Lleva un diario. El hecho de poner por escrito tus pensamientos y tus sentimientos puede aliviarte y ayudarte a contemplar tu vida desde otro punto de vista.
- ✓ Pasa más tiempo con tus hijos. Si les dedicas todavía más tiempo a tus hijos, les demostrarás que el divorcio no disminuirá en modo alguno el amor que sientes por ellos y que seguirás formando parte de su vida, pase lo que pase.
- ✓ Haz ejercicio. La actividad física libera endorfinas, que suben el ánimo de forma natural, y es buena para la salud.
- ✓ Retoma el contacto con los amigos con los que dejaste de relacionarte cuando tu matrimonio empezó a ir mal. Al ponerte al día con los amigos a los que no has visto durante bastante tiempo, contemplarás las cosas desde otra perspectiva y te darás cuenta de que en el mundo existen otras cosas además de tu divorcio.
- ✓ Busca ayuda profesional. Un terapeuta puede ayudarte a analizar tu matrimonio con objetividad y a descubrir qué es lo que salió mal. De este modo, podrás pensar con más claridad sobre lo que te depara el futuro. (Consulta el [capítulo 2](#) para saber cómo encontrar a un terapeuta.)



Las mujeres suelen tener menos problemas para crear sistemas de apoyo emocional y reconocer que necesitan ayuda. En cambio, los hombres tienden a “resistir” reprimiendo sus sentimientos, en lugar de enfrentarse a lo que les molesta. Seas hombre o mujer, te conviene reconocer los sentimientos que albergas, de una manera u otra.

La reacción de amigos y familiares

Seguramente les comunicarás a tus conocidos que te divorcias poco después de tomar la decisión. Incluso podrías comentar con ellos las ventajas y los inconvenientes antes de iniciar el proceso. Tu familia será tu principal apoyo cuando el matrimonio se haya roto, tanto en el aspecto práctico como en el emocional. Además, si tienes hijos, tus padres analizarán la situación desde el punto de vista de los niños y les ofrecerán un refugio en el que se sentirán seguros.



Sin embargo, aunque lo lógico es que recibas apoyo por parte de la familia cuando lo estás pasando mal, no lo des por supuesto ni agotes su paciencia. Si tus familiares te ayudan, hazles saber que agradeces su generosidad y busca la manera de devolverles los favores. Intenta también estar alerta para saber cuánto puedes depender de ellos (ya que todo tiene un límite) y evita cruzar esa línea.

Tu decisión de divorciarte no debería afectar a tus amistades más íntimas, ya que los amigos incondicionales seguirán a tu lado sea cual sea tu estado civil. Sin embargo, algunos parientes y amigos pensarán que, ahora que te has divorciado, eres una persona diferente.

Ante la desaprobación

Quizá algunas personas insinúen que no te esforzaste lo suficiente durante tu matrimonio. Deben entender que si hubieras podido evitar el divorcio, probablemente lo habrías hecho.

Si habéis tenido hijos, es probable que sigas relacionándote con tu ex cónyuge y su familia; en caso de que no los hayáis tenido, puede que te interese mantener la relación con su familia, o no. Tú y tu cónyuge debéis hablar sobre este tema para enfocarlo desde la misma perspectiva y garantizar una comunicación fluida, sobre todo en caso de problemas.

La relación de tus hijos con los abuelos

Tus hijos y sus abuelos querrán seguir viéndose aunque vosotros os hayáis divorciado. La mayoría de las personas quiere que sus padres pasen algo de tiempo con sus hijos de vez en cuando. ¿Qué sentido tiene que los niños pierdan a sus abuelos como consecuencia de un divorcio? Se verán privados de una parte muy importante de su vida y de la sensación de seguridad que transmiten; además, los abuelos se disgustarán al no poder ver a sus nietos. Por otra parte, son una fuente de apoyo valiosísima.

La legislación española contempla expresamente el derecho de los abuelos a relacionarse con sus nietos, de modo que si se les priva injustificadamente de ese derecho, pueden reclamarlo vía judicial. Sólo les será negado a los abuelos el derecho a relacionarse con sus nietos en el supuesto de que en el proceso judicial resulte acreditado que esa relación puede perjudicar gravemente a los menores.

La relación entre tú, tu cónyuge, tus hijos y sus abuelos debe planificarse con detalle. Si todos os comportáis como adultos sensatos y transigentes, los hijos saldrán ganando. En cambio, si hay mucha tensión en el ambiente, los padres de tu ex cónyuge podrían ponértelo difícil o asignarte el papel de supervillano; por el bien de la relación que mantienen con tus hijos, haz como si no te dieras cuenta.

Amigos que se distancian

Es inevitable que los amigos y los conocidos que tú y tu cónyuge teníais en común se sientan incómodos y no sepan cómo continuar la relación cuando les comunicáis que os divorciáis. Otros te parecerán más distantes cuando volváis a encontrarlos. Este comportamiento puede hacerte mucho daño, sobre todo si antes ya te han rechazado.

Hazte a la idea de que algunos amigos seguirán a tu entera disposición, mientras que otros querrán mantener la relación con vosotros dos, o incluso ofrecer su apoyo y su comprensión a tus hijos. Si valoras en especial a algunos amigos, puedes dar el primer paso e invitarlos a tomar un café, proponerles practicar de nuevo juntos el deporte que tanto os apasionaba o ir de compras, o incluso invitar a sus hijos a tu casa para que jueguen con los tuyos.

Evitar la tensión

Lo mejor que podéis hacer para allanar el camino de estas relaciones futuras es hablar sobre ellas y comprometeros a tener una actitud generosa, siempre que sea posible. De este modo, podréis establecer unas reglas básicas, como no obligar a los amigos mutuos a que tomen partido por uno de vosotros (lo que podría ser más difícil en el caso de la familia). Si os cuesta trabajo hablar sobre este tema y finalmente acudís a un mediador, incluídlo entre los asuntos pendientes por resolver (consulta el [capítulo 16](#) para saber más sobre la mediación.)



En caso de que os resulte imposible llegar a un acuerdo, coméntalo con tus amigos, familiares y vecinos, dejándoles claro que deseas que vuestra relación siga siendo como siempre durante el proceso de ruptura. Diles que comprendes que haya algún que otro momento incómodo, pero que valoras su amistad y esperas que prosiga mientras las aguas no vuelvan a su cauce.

Parte III

Decisiones y más decisiones



—ES EVIDENTE QUE, DESDE EL DIVORCIO, ESTÁ EN BAJA FORMA.

En esta parte...

Las decisiones que debéis tomar durante el divorcio serán algunas de las más difíciles de vuestra vida. Tendréis que decidir dónde vivirán vuestros hijos, establecer cómo os encargaréis de su cuidado, repartir las propiedades (y deudas) conyugales, valorar si alguno de vosotros tendrá que pagar una pensión compensatoria y estipular la pensión de alimentos a favor de vuestros hijos. Esta parte del libro te ayudará a tomar todas estas decisiones, pero recuerda que siempre debes consultar a un abogado para saber cómo resolver estas cuestiones de forma justa y respetando la ley.

Capítulo 10

Quién se encarga de los hijos

En este capítulo

Mejor sin acudir a los tribunales
Las responsabilidades como padres
Dónde van a vivir los hijos
Mantener el contacto con los hijos
Los acuerdos deben beneficiar a los hijos
El juez aprueba o rechaza vuestros acuerdos sobre los hijos
Ante la discrepancia, calma

La agotadora toma de decisiones sobre los cuidados futuros de los hijos puede acabar con el último gramo de paciencia y determinación que te quedaba. Si crees que negociar estos acuerdos es tan difícil como que te toque la lotería, te animará saber que en España, en el año 2009 más del 64 % de los progenitores que se divorciaron negociaron sus propios acuerdos (por sí mismos, con ayuda de un mediador o con asistencia jurídica); así que tú también puedes hacerlo.



La ley es clara: al tomar decisiones durante el proceso de divorcio, los intereses de los hijos son lo primero. No se trata de que tú o tu cónyuge salgáis ganando con estas decisiones, sino de que sean las que más les convienen a vuestros hijos. Por eso tienes que dejar de lado todos tus deseos y miedos como progenitor cuando pienses en las necesidades de tus hijos; intenta decidir con objetividad lo mejor para ellos.

Es mejor que decidáis vosotros

El hecho de que vuestro matrimonio haya llegado a su fin no quiere decir que dejéis de ser los padres de vuestros hijos. Si tú y tu cónyuge sólo podéis decidir una cosa sobre vuestro divorcio, que sea la manera en la que cuidaréis de vuestros hijos. A continuación verás las razones por las que sois vosotros (y no un juez) quienes debéis tomar estas decisiones. (Encontrarás más información

sobre cómo negociar las condiciones del divorcio fuera de los tribunales en los [capítulos 14, 16 y 17.](#))

- ✓ Si acudís a los tribunales, no tenéis ninguna garantía de conseguir el acuerdo que deseáis. El juez podría dictar una sentencia diferente de la que esperáis obtener.
- ✓ Por muy buena intención que tengan, los jueces de los tribunales de familia pueden dedicar muy poco tiempo a estas decisiones tan importantes, dado el elevado número de casos que deben resolver. Como saben que vosotros conocéis mejor a vuestros hijos, os animarán a que decidáis por vosotros mismos.
- ✓ Una batalla legal en toda regla puede ser muy costosa, estresante y prolongada y tener efectos a largo plazo. Una de las razones por las que requiere tanto tiempo y dinero es que ambas partes en litigio podéis solicitar la presencia de peritos y de testigos para que presten declaración y que se practiquen pruebas. Vuestros parientes cercanos y lejanos, amigos, compañeros de trabajo, personas relacionadas con los hijos y otras personas podrían tener que declarar ante el juez. En el [capítulo 15](#) encontrarás más información sobre estas cuestiones legales.
- ✓ Los jueces pueden solicitar el consejo del equipo técnico judicial. Si el juez tiene dudas sobre qué sistema de guarda y custodia o qué régimen de visitas protegerá mejor el interés de vuestros hijos, puede solicitar un informe del equipo técnico judicial. Un técnico de ese equipo hablará con cada uno de vosotros y con las personas vinculadas a vuestros hijos, como los tutores escolares y los psicólogos (si es que los niños acuden al psicólogo), antes de presentar un informe al juez. Es posible que vuestros hijos tengan que hablar con un miembro del equipo técnico judicial, o incluso con el juez.



De las parejas que al divorciarse llegan a un acuerdo sobre los hijos, la mayoría empieza los trámites creyendo que va a librar una batalla. Sin embargo, o bien no disponen de los recursos económicos necesarios para hacerlo, o bien abandonan la idea para evitar los daños emocionales que un juicio puede causar a los hijos.

La ley os da la posibilidad de decidir y recoger en el convenio regulador cómo serán las relaciones personales con los hijos: patria potestad, guarda y custodia, régimen de visitas del progenitor no custodio, reparto de las vacaciones en caso

de guarda compartida, obligaciones económicas, etc. Puedes consultar la información relacionada con el convenio regulador en el [capítulo 14](#).

La responsabilidad legal de los padres: mucho más que la custodia

En la actualidad ya no se habla como antaño de derechos de los padres sino de responsabilidades de los padres. Por consiguiente, cuando tomes alguna decisión que afecte a tus hijos, debes pensar y actuar en dos niveles:

- ✓ ¿Cómo seguiréis responsabilizándoos tú y tu ex cónyuge de las decisiones sobre vuestros hijos?
- ✓ ¿Cómo vais a organizar el cuidado diario de vuestros hijos?

La ley espera que tú y tu ex cónyuge sigáis siendo responsables de vuestros hijos después de haberos divorciado. Vuestra responsabilidad legal como padres implica que debéis decidir juntos todo lo que afecte a vuestros hijos, como su lugar de residencia, educación, disciplina, manutención, atención médica, elección de su nombre y religión, así como otras cuestiones de importancia. Dado que compartís esta responsabilidad, tendréis que ser capaces de dialogar como adultos cuando haya finalizado el proceso de divorcio. Se espera de vosotros que no tratéis a vuestros hijos como posesiones que disputarse. Si acabáis enzarzados en una batalla para haceros con ellos y hacer daño a la ex pareja, es probable que paséis por alto las necesidades y los deseos de vuestros hijos.

- ✓ La *patria potestad* es el conjunto de derechos y deberes que los progenitores tienen sobre sus hijos menores de edad, como son, velar por su bien, vivir con ellos, alimentarlos, educarlos, procurarles una buena formación como personas, representarlos y administrar sus bienes. En los procesos de separación (sea legalmente separación, divorcio, nulidad o ruptura de unión estable de pareja) lo habitual es que se dé la patria potestad conjunta a ambos progenitores.
- ✓ La patria potestad incluye la *guarda y custodia* que significa “tener a los hijos en su compañía”. Y este asunto es uno de los que da pie a más discrepancias y enfrentamientos. Hay dos formas de guarda y custodia previstas por la ley:
- ✓ **La custodia exclusiva, o monoparental**, que consiste en que la guarda y custodia se atribuye a uno de los progenitores (progenitor custodio), con quien vivirán habitualmente los niños; para el otro progenitor (progenitor no custodio) se establece un régimen de visitas, estancias y comunicaciones.

Este tipo de custodia sigue siendo la más habitual.

- ✓ **La custodia compartida, o conjunta**, que consiste en que ambos progenitores se alternan la guarda de los hijos. Hay diversas formas de turnarse en la guarda; a veces es por semanas, otras por quincenas, o por meses; también se puede fijar por trimestres o por cursos escolares, etc. Lo más habitual es que cada uno de los progenitores tenga su vivienda y sean los hijos los que se desplacen de uno a otro domicilio. Y aunque es bastante excepcional, algunas veces se establece (de común acuerdo o por orden del juez) que los hijos no se muevan del domicilio familiar y que el progenitor al que le toca la guarda acuda a vivir allí y se marche cuando le toque al otro. Cada vez hay más sentencias de guarda compartida.

Lo ideal sería que pudiera mantenerse una custodia compartida, pues es la que permite a los hijos mantener más contacto con sus progenitores. Además hace posible que ambos participen en el día a día de sus hijos. No obstante hay que examinar cada caso concreto para asegurarse de que va a ser lo mejor para los menores. Y, nadie mejor que vosotros conoce vuestras circunstancias y las de vuestros hijos, de modo que merece la pena que antes de tomar una decisión sobre esta cuestión, tengáis claro en el interés de quién estáis pensando, si en el de los chavales o en el vuestro.

Si no llegáis a un acuerdo el juez analizará el caso. Además de las circunstancias relacionadas con los hijos (lee el apartado “La prioridad son los hijos“ del [capítulo 4](#)), el juez tendrá en cuenta cuál es el grado de conflictividad que existe entre vosotros, pues a pesar de que es lógico que cualquier ruptura comporte una tensión o cierto enfrentamiento entre los miembros de la pareja, debe valorar si podéis mantener un diálogo y cooperar para llevar a buen puerto la guarda compartida. Por supuesto, no la otorgará si hay violencia de género.



Si en el proceso de separación (o divorcio o nulidad o ruptura de unión estable de pareja) se constata que ninguno de los dos progenitores resulta idóneo para ejercer sus funciones de forma adecuada y que la convivencia puede suponer un riesgo físico o psíquico para los menores, excepcionalmente, el juez puede atribuir la guarda de los hijos a una persona distinta de sus progenitores, como pueden ser los abuelos u otros parientes allegados, o incluso a una institución.

Dónde vivirán los hijos

Además de ser responsables de tomar las decisiones más importantes que afectan a la vida de vuestros hijos, tendréis que organizar su vida cotidiana. La ley os obliga a establecer dónde vivirán y cómo se relacionarán con el progenitor que no tenga la guarda (dónde, cuándo y duración de los encuentros). Una vez más por si no lo tienes claro: las necesidades de vuestros hijos son prioritarias (y no las vuestras). El proceso de establecer los acuerdos es semejante a un rompecabezas, ya que hay que conseguir que encajen bastantes piezas; algunas de ellas son las siguientes:

- ✓ Las necesidades y el estilo de vida de vuestros hijos
- ✓ Vuestras vidas laborales y el tiempo de que disponéis para pasarlo con los niños
- ✓ Vuestros recursos económicos, que pronto os repartiréis
- ✓ Vuestros futuros lugares de residencia separados

Considerad quién hacía cada cosa en la familia antes de que decidierais separaros y pensad qué debe cambiar.

Mucho tiempo con uno y poco con el otro

Atrás quedaron los tiempos en que los jueces daban por supuesto que las madres eran las únicas que podían cuidar a los hijos menores de edad. Muchos hombres participan cada vez más activamente en el cuidado diario de sus hijos, antes del divorcio y después de él. Sin embargo, en la mayoría de las ocasiones, los hijos acaban pasando más tiempo con uno de sus dos progenitores tras la separación o el divorcio, generalmente con la madre, y sólo el 10 % de los padres vive con sus hijos tras la separación o el divorcio.

Si decidís que lo más adecuado para vuestros hijos es que vivan en un domicilio con uno de sus progenitores, probablemente estaréis de acuerdo, como tantas parejas separadas, en que deben ver a su otro progenitor con toda la frecuencia que necesiten. Ningún menor quiere perder a un padre afectuoso. Sin embargo, cada familia es diferente y debéis reflexionar sobre la mejor manera de proceder en vuestra situación.



Si tras el divorcio tu ex cónyuge no puede participar activamente en el cuidado de los hijos, es lógico que los niños vivan contigo todo el tiempo, o la mayor parte, y que te encargues de tomar las decisiones cotidianas que afectan a su vida. No obstante, debes ser consciente de que esto puede ser una fuente de

problemas, sobre todo si el otro progenitor quiere implicarse más en sus cuidados pero acaba teniendo muy poco contacto con ellos. Son muchas las decisiones importantes respecto a los hijos menores de edad que, tras la separación o el divorcio, tendréis que seguir tomando de forma conjunta, y si no llegáis a un acuerdo será el juez quien resolverá.

El progenitor no custodio tiene que dar su consentimiento para tomar decisiones respecto a sus hijos menores en las siguientes cuestiones:

- ✓ Elección de colegio o cambio de colegio
- ✓ Cambio de residencia del menor fuera de la ciudad o población donde vive
- ✓ Intervenciones quirúrgicas o tratamientos médicos no ordinarios
- ✓ Celebraciones religiosas (como el bautismo o la primera comunión)

Ten en cuenta algunas de las posibles consecuencias de ser el progenitor no custodio:

- ✓ Si tus hijos no viven contigo, puedes sentirte excluido de su vida.
- ✓ Cerca del 40 % de los progenitores no custodios acaba distanciándose poco a poco de sus hijos, sobre todo si se casan de nuevo y forman una nueva familia. Cuando esto sucede, los hijos de la pareja divorciada ya no gozan de las ventajas que supone relacionarse con la familia al completo, mientras que los progenitores no custodios sienten que sus hijos ya no los necesitan.
- ✓ Algunos progenitores no custodios pagan a regañadientes la manutención si el contacto es más limitado de lo que les gustaría.

A pesar de todo esto, la situación del progenitor custodio no siempre es un lecho de rosas. Piensa en lo siguiente:

- ✓ Te darás cuenta de que asumir todas o casi todas las responsabilidades diarias de criar a los hijos es una gran carga, sobre todo si trabajas a jornada completa o si estudias. Al final del día, el esfuerzo de hacer malabarismos para combinar sin ayuda de nadie el cuidado de los hijos, el trabajo y los estudios, sin olvidar las tareas domésticas, puede consumir todas tus energías.
- ✓ Como resultado, podrás dedicar muy poco tiempo de calidad a tus hijos, y mucho menos a tus propios asuntos.
- ✓ Tus hijos pasarán más tiempo en la guardería, en el colegio realizando actividades extraescolares o solos en casa que antes del divorcio, cuando contabas con la ayuda de tu cónyuge. Algunos niños llegan incluso a

encargarse de las comidas, las tareas del hogar y el cuidado de sus hermanos pequeños.

A menudo los progenitores no custodios experimentan una sensación de pérdida, ya sea pérdida de control, de intimidad, de costumbre o de importancia. Sin embargo, si eres capaz de comunicarte con tu ex cónyuge, es más probable que consigas mantener una relación sólida con tus hijos.

Cuando la madre no vive con los hijos

Aunque no es habitual, algunas veces los hijos no se quedan a vivir con la madre tras el divorcio. Sea cual sea la razón por la que la madre no es el progenitor custodio, suele ocurrir que las personas que la rodean son menos comprensivas hacia las mujeres que se encuentran en esta situación que hacia los hombres que no se quedan con los hijos.

Cuando el padre no vive con los hijos

Un investigador escribió que el divorcio “rompe la paternidad en numerosos fragmentos” cuando son los padres los que no viven con sus hijos. Si eres el progenitor no custodio, puedes enfocar tu relación con tus hijos y con tu ex esposa desde tres puntos de vista diferentes:

- ✓ Perder el contacto con tus hijos y con tu ex esposa
- ✓ Mantener el contacto con tus hijos pero evitarlo con tu ex esposa
- ✓ Mantener el contacto con tus hijos y con tu ex esposa

Buenas relaciones, buen contacto

Un estudio realizado recientemente por Liz Trinder y otros investigadores de la Universidad de East Anglia (Reino Unido) analizó los diferentes tipos de contacto entre el progenitor no custodio y los hijos, y los motivos. Tras estudiar a 60 familias, llegaron a la conclusión de que, en la mitad de ellas, lo más habitual era mantener un contacto quincenal, seguido muy de cerca por el contacto semanal. En cuanto al resto de la muestra, el contacto era más frecuente en trece familias, menos frecuente en once e inexistente sólo en seis familias.

No obstante, el hallazgo más interesante del estudio fue que “no es sólo un factor único lo que determina el éxito o el fracaso del contacto, sino una serie de elementos de distintos ámbitos”. Veremos algunos.

- ✓ Factores directos:

- El compromiso de mantener el contacto con los hijos por parte de ambos progenitores
- La claridad y la aceptación del papel asignado a cada progenitor (custodio y no custodio)
- La buena relación entre los progenitores, así como entre los progenitores y los hijos

✓ Dificultades:

- La naturaleza de la separación
- La existencia de una nueva pareja
- La pensión compensatoria del cónyuge y la manutención de los hijos
- La logística; es decir, asuntos como el tiempo, el dinero y la distancia
- El estilo y la calidad del cuidado que cada progenitor dispensa a los hijos
- Riesgos y cuestiones relacionados con la seguridad

✓ Otros factores:

- Ideas de cada progenitor sobre el contacto
- Empatía, compenetración y capacidad de comprometerse
- Influencia de otras personas: familiares cercanos y lejanos, amigos, asesores legales, mediadores, terapeutas...

✓ Tiempo:

- La edad de los hijos y la etapa vital que estén atravesando
- El tiempo que ha pasado desde la separación

Otra interesante conclusión del estudio fue que hay una conexión entre el compromiso de mantener el contacto y la calidad de las relaciones entre todos los implicados, padres e hijos. Si las relaciones son buenas, también lo será el contacto con los hijos. En cambio, las malas relaciones hacen que el compromiso de mantener el contacto se debilite, lo que probablemente deteriorará el contacto cada vez más.

Vivir en casas diferentes

Cada vez más personas divorciadas optan por la guarda y custodia compartida, es decir, por ejercer a partes iguales el cuidado diario de los hijos. Si no te

parece que sea conveniente para tus hijos vivir con uno y limitarse a visitar al otro de vez en cuando, usa la imaginación. ¿No encontraréis otra manera de repartir y compartir el cuidado de tus hijos?

Ventajas e inconvenientes de la custodia compartida

Las ventajas de compartir el cuidado de los hijos con tu ex cónyuge son obvias: los niños se relacionarán con vosotros dos y ambos participaréis activamente en su vida. Sin embargo, el cuidado compartido también puede tener inconvenientes, entre ellos los indicados a continuación:

- ✓ Los niños podrían preferir vivir con uno de vosotros la mayor parte del tiempo. El hecho de ir y venir de una casa a otra puede generar frustración en los adolescentes. Si viven siempre en la misma casa, tendrán acceso a todas sus pertenencias y sus amigos siempre sabrán dónde encontrarlos.
- ✓ Tú y tu cónyuge tendréis que hablar y colaborar mucho más que si los niños vivieran con uno de vosotros la mayor parte del tiempo. Será necesario que superéis vuestras diferencias para decidir juntos una serie de reglas básicas que se aplicarán cuando los hijos estén con cualquiera de vosotros.
- ✓ A algunos niños les afectará tener que mudarse continuamente de una casa a la otra. Esto puede suceder sobre todo en el caso de los más pequeños, ya que sentirán que llevan una vida inestable. Por lo general, piensan en “la casa de mi madre” o “la casa de mi padre”, pero no tienen muy claro el concepto de “mi casa”.

Uno para ti, uno para mí: hermanos separados

No es frecuente que los hermanos vivan en casas diferentes. Sin embargo, en ocasiones los hijos mayores tienen tanto interés en seguir en la casa y la escuela de siempre, con sus amigos, que prefieren quedarse con el progenitor que viva ahí o más cerca, incluso si sus hermanos se van a vivir con el otro progenitor. Si decidís separar a los hermanos, es de suponer que lo haréis por alguna razón poderosa, y no simplemente porque pensáis que es más justo repartiros a los hijos.

Las decisiones sobre el domicilio y sus repercusiones económicas

Debes tener en cuenta que en caso de que el domicilio conyugal o familiar os pertenezca a ambos al 50 %, aquel de los dos a quien le sea atribuido su uso deberá hacerse cargo de los gastos derivados de los servicios y suministros de luz, agua y gas, así como los gastos de comunidad, en los que se incluyen las derramas extraordinarias (por ejemplo, la rehabilitación de la fachada).

Sí se te atribuye el uso del domicilio conyugal o familiar y éste pertenece a tu ex cónyuge o pareja, deberás hacerte cargo de esos gastos generales, a excepción de los derivados de derramas extraordinarias, que deberá asumirlos el propietario de la vivienda.

En el caso de que el domicilio conyugal o familiar sea propiedad de los dos y tengáis una hipoteca en la que figuráis ambos, aunque mientras estabais juntos la pagara al cien por cien uno de vosotros, producida la separación deberéis afrontar el pago al 50 %.

Aunque el uso del domicilio conyugal se haya atribuido por resolución judicial a tu cónyuge o pareja por ejercer la guarda y custodia de los hijos comunes y, por lo tanto, tú ya no residas en él, podrás seguir desgravándote el 50 % de las cantidades satisfechas por el préstamo hipotecario (no olvides revisar los límites que pueda poner la normativa de la declaración de la renta en la Agencia Tributaria: www.aeat.es).

Si tras la separación o divorcio has adquirido una nueva vivienda para destinarla a domicilio habitual, también podrás beneficiarte de la deducción por las cantidades satisfechas, con los límites que establezca el reglamento de la declaración de la renta.

Si el domicilio conyugal o familiar era de alquiler, el arrendamiento seguirá en las mismas condiciones pero deberás tener en cuenta que si la sentencia de divorcio te lo adjudica a ti pero en el contrato de arrendamiento figura sólo como titular tu cónyuge o pareja, en el plazo de dos meses a partir de la resolución tienes que notificarle al arrendador que quieres seguir con el alquiler; si no se lo haces saber, el propietario puede dar por acabado el contrato. Además, es necesario que el contrato de arrendamiento figure a tu nombre para poder deducirte los alquileres en la declaración de la renta (busca la información del límite que puedes desgravar).

Lograr que funcione el cuidado compartido

Para que los acuerdos de domicilio compartido funcionen, tú y tu ex cónyuge tendréis que hacer algo que probablemente os costó horrores en la etapa final del matrimonio: llevaros bien. Si quieres saber si estás capacitados para compartir el cuidado diario de vuestros hijos aunque vi-váis separados, lee las siguientes normas:

- ✓ Evitad las disputas tras el divorcio. Si os peleáis por vuestros hijos, todos acabaréis acusando la tensión emocional. Intentad utilizar el diálogo para resolver las discrepancias que afecten a los niños. No discutáis a gritos, sobre todo si vuestros hijos pueden oírlos.
- ✓ No utilizéis a los niños para llevar a cabo vuestra venganza. Vuestro matrimonio ha llegado a su fin y es hora de pasar página. Si no podéis hacer borrón y cuenta nueva, no tiene sentido que os propongáis compartir el cuidado de los niños.
- ✓ Respetad vuestras capacidades y vuestro estilo a la hora de cuidar de los hijos. Quizá no te guste cómo se comporta tu ex cónyuge con los niños, pero a menos que los ponga en peligro o que tengas motivos para creer que afecta negativamente a su desarrollo emocional, educativo o sexual, no debes reprochárselo. Además, si censuras la forma en que cuida de vuestros hijos, ve preparándote para recibir tú también alguna que otra crítica.
- ✓ Apoyaos mutuamente para descubrir nuevas virtudes como padres. Aunque los dos os implicarais activamente en el cuidado de los hijos, lo más seguro es que cada uno se responsabilizaba de algún aspecto en concreto; por ejemplo uno de vosotros los vestía y les preparaba el desayuno para la escuela, mientras que el otro los ayudaba con los deberes y los acostaba. Ahora tendréis que descubrir qué sabéis hacer para ocuparos en solitario de las tareas que antes compartíais.
- ✓ Elaborad un calendario con las fechas durante las cuales los niños vivirán con cada uno de vosotros e intentad cumplirlo. A los niños les gustan las cosas predecibles, pero procurad no ser inflexibles.

- ✓ No os entrometáis cuando los niños estén con su otro progenitor. No intentes averiguar qué cenaron o a qué hora se acostaron, y no le digas a tu ex cónyuge la ropa que deben ponerse para ir a la escuela. Mientras estén en su casa, serán su responsabilidad.
- ✓ Expresaos vuestro apoyo como padres. No dejéis que vuestros hijos os manipulen para que os enfrentéis y conseguir así lo que quieren, y no critiques a tu ex cónyuge delante de los niños.

Ya es bastante difícil para muchos niños dejar de tener la familia que siempre han tenido, como para dejar de vivir con sus hermanos. Sin embargo, en ciertas situaciones puede ser aconsejable separar a los niños, por ejemplo si uno de ellos necesita atención especial por parte de un progenitor en concreto durante una época difícil.

La ley dice que el juez, cuando tenga que decidir sobre la guarda y custodia de los hijos, procurará no separar a los hermanos. No obstante, en algunos casos, puede atribuir la custodia de uno o varios hijos a un progenitor y la de los restantes al otro; eso ocurrirá si los hijos que tengan edad y madurez suficiente como para tomar esa decisión le dicen y le razonan que prefieren vivir con uno u otro de sus progenitores. En ese caso, suele fijarse un régimen de visitas que permita que todos los hijos coincidan con el mismo progenitor el mismo fin de semana y en vacaciones; la idea es que no se pierda el vínculo afectivo entre los hermanos.

Aunque es posible cambiar el domicilio de los hijos en cualquier momento si ambos estáis de acuerdo y si es por su bien, será un juez quien decida si dicho cambio es pertinente en caso de discrepancia. La mayoría de los jueces prefiere no modificar dónde viven los hijos a menos que peligre su bienestar.

Los hijos tienen opinión

Si vuestros hijos son lo suficientemente maduros para saber lo que quieren y, sobre todo, si tú y tu ex cónyuge pensáis compartir los cuidados, debéis tener en cuenta sus preferencias. Quizá ya os hayan dicho directa o indirectamente lo que piensan al respecto, pero en caso de que no lo hayan hecho, no dudéis en hablar con ellos. Antes de tener esta conversación, decide si es mejor hablar con ellos por separado o con tu ex cónyuge.

Parece ser que a pesar de las buenas intenciones, muchos progenitores no consiguen hablar con sus hijos sobre planes que les afectan; a la larga los menores lo lamentan. Una alternativa es ofrecerles las diferentes opciones posibles y prestar mucha atención a sus reacciones y a sus opiniones. No olvides que muchos niños, incluso los mayores, evitan estas situaciones, por lo que podría resultarte más fácil sacar el tema cuando hagáis juntos alguna actividad,

como cocinar o pasear al perro. Intenta que la situación sea lo más cómoda posible. Cuando hables con tus hijos sobre dónde van a vivir, recuerda lo siguiente:

- ✓ Si les preguntas con quién quieren vivir, podrían responderte automáticamente “contigo”, porque no quieren disgustarte. También pueden tener la impresión de que rechazan a un progenitor cuando eligen al otro. Déjales claro que te corresponde a ti la responsabilidad de valorar todos los factores y tomar una decisión, pero que quieres saber lo que tienen que decir sobre su futuro.

- ✓ Es posible que basen sus ideas en suposiciones infundadas. Por ejemplo, quizá creen que siempre se saldrán con la suya si viven con el progenitor que consideran más indulgente o menos severo. También podrían pensar que uno de vosotros siente la necesidad emocional de vivir con ellos y que, por tanto, dará prioridad a sus deseos.

Asegúrate de que las preferencias de tus hijos no son producto de la venganza. Es decir, si pones fin a tu matrimonio por otra persona y tus hijos lo saben, quizá prefieran quedarse con el otro progenitor para expresarle su lealtad y para demostrar la frustración que les has causado.

- ✓ Podrían decirle a tu ex cónyuge justo lo contrario de lo que te dicen a ti si optas por hablar con ellos por separado. Tanto si os dicen lo que queréis oír como si intentan poneros al uno contra el otro, vuestros hijos podrían estar contándoos versiones diferentes. La mejor manera de evitar este problema es mantener abiertas las vías de comunicación con tu ex cónyuge.

- ✓ Confían en ti. No los sobornes para que pasen más tiempo contigo haciéndoles atractivas promesas sobre su futuro si lo hacen, y evita que se sientan culpables a base de hablarles de la tristeza y la soledad que sentirás si no quieren verte más a menudo. Tarde o temprano se darán cuenta de que los has manipulado y dejarán de confiar en ti como antes.

- ✓ Os quieren y os necesitan a ambos. No critiques a tu ex pareja delante de los niños, independientemente de cómo te sientas. Tus hijos no tienen que saber lo que piensas sobre su otro progenitor. Si sientes la necesidad de desahogar la ira o el resentimiento que experimentas hacia tu ex cónyuge, habla con otra persona, no con tus hijos.

- ✓ Siempre quieren complacerte, por lo que tendrás que estar alerta para saber si te dicen lo que creen que quieres oír o lo que de verdad sienten. Intenta no preguntarles directamente con quién prefieren vivir hasta que sean lo bastante mayores y maduros para formarse una idea sincera de lo que quieren y para sentirse cómodos al comunicártelo.

Si te resulta difícil hablar con tus hijos por tu cuenta, consulta el [capítulo 16](#) para saber cómo pueden ayudarte los terapeutas.

Mantener el contacto con los hijos

Es fundamental que los niños se relacionen con vosotros dos para garantizar su bienestar a corto y largo plazo. La única condición que impone la ley es que el contacto sea beneficioso para el menor, de modo que el juez únicamente decidirá interrumpir por completo la relación si estima que existe un grave riesgo para la estabilidad física o psíquica del menor.

Tú y tu ex cónyuge podríais decidir que compartir el cuidado diario de los hijos no es la mejor opción en vuestra situación y que la solución más acertada es que vivan con uno de los dos la mayor parte del tiempo. En ese caso tendréis que decidir cómo mantendrán el contacto con el progenitor no custodio. El término legal que define el derecho de un hijo a relacionarse con el progenitor no custodio es el “régimen de comunicación, visitas y estancias”, pero casi todo el mundo lo acorta y habla de “régimen de visitas”.

Al establecer un régimen de visitas se entiende que los hijos verán con frecuencia al progenitor no custodio según lo acordado; eso no es un derecho vuestro, sino de vuestros hijos. Lo más habitual es que esta relación se mantenga un día por semana (durmiendo o no en casa de quien no tiene la custodia), o una o dos tardes por semana y los fines de semana alternos, desde el viernes a la salida del colegio hasta el domingo a última hora de la tarde, así como algunos festivos y la mitad de las vacaciones escolares. Respecto a las vacaciones de verano, si los hijos son pequeños es frecuente dividir las en períodos de quince días para evitar que pasen mucho tiempo sin ver a uno de los dos progenitores.

Para decidir cómo debe ser el régimen de comunicación, visitas y estancias se tendrán en cuenta factores como:

- ✓ La edad de los menores
- ✓ Sus deseos (el juez escuchará a los hijos si tienen 12 años o si muestran bastante juicio aunque no lleguen a esa edad)
- ✓ La distancia entre el domicilio de uno y otro progenitor
- ✓ El tiempo de que dispone el progenitor no custodio para tener a los hijos en su compañía

Aunque ni la sentencia ni el convenio regulador (se explica en detalle en el [capítulo 14](#)) digan nada sobre el régimen de visitas, incluye el derecho a

comunicarse telefónicamente con un progenitor cuando están con el otro. Si surgen discrepancias y ha de intervenir el juez, suele establecerse que se permitirá al menos una comunicación telefónica durante el fin de semana, así como dos o tres veces por semana en períodos vacacionales.

Es posible pactar condiciones más flexibles a medida que los niños se hagan más independientes, en función de la distancia a la que viváis. Si tú y tu cónyuge establecéis por vuestra cuenta los acuerdos aplicables a los niños, podréis pactar cualquier cosa que sirva para favorecer su bienestar.

Si no habéis sido capaces de alcanzar un acuerdo, el régimen que fije el juzgado será lo mínimo; es decir que siempre podéis acordar otras condiciones para que los chavales os vean más a los dos. En ese caso es muy recomendable que dejéis constancia por escrito de que habéis cambiado el régimen fijado por el juez; podéis hacerlo por un correo electrónico, un SMS o un burofax.

Si una vez establecido el régimen de visitas, el progenitor custodio no entrega a los menores, puede acordarse que la entrega y recogida tengan lugar en un punto de encuentro familiar. Esta opción también es útil si los menores no quieren estar con el progenitor no custodio, por ejemplo, por haber permanecido mucho tiempo sin mantener contacto con él. (Encontrarás más información sobre los puntos de encuentro familiar en el recuadro “El punto de encuentro familiar”, que aparece más adelante.)

En supuestos en los que el progenitor no custodio presente alguna dificultad que aconseje que el régimen de visitas sea supervisado, se podrá acordar una supervisión por un adulto, por ejemplo un abuelo o un tío del menor. El contacto supervisado (por otro adulto o por los profesionales de un punto de encuentro) suele establecerse como resultado de una sentencia judicial. Hay que tener claro que esos tipos de contacto supervisado reducen el grado de intimidad entre el progenitor y los hijos.

Si tu ex cónyuge tiene la custodia de los hijos y tú te vas a vivir lejos de su domicilio el contacto con los críos se complica y, además, es difícil establecer el régimen de visitas. La única opción podría ser que tú fueras a visitar a los niños a la casa de tu ex cónyuge, pero esto sólo es posible si mantenéis una buena relación. Quizá te convenga encontrar otra manera para pasar tiempo con los niños. (Además el coste económico puede ser alto; lee el [capítulo 13](#).)

Acuerdos beneficiosos para los hijos

Todos los estudios demuestran que los niños salen adelante cuando reciben el afecto y la atención de ambos progenitores. Sin embargo, podrían sufrir a largo

plazo daños emocionales, de relación y en su desarrollo si sus progenitores siguen mostrándose animadversión mutua tras el divorcio.

La presencia de un ejemplo masculino y femenino positivo en la vida de un niño le ayudará a llegar a ser un adulto equilibrado. Por esta razón, piensa en su bienestar y haz todo lo posible para que pueda mantener una relación sólida con vosotros dos, aunque sintáis resquemor o desconfianza mutuas.

La siguiente lista ofrece una serie de sugerencias que te ayudarán a fomentar una relación positiva entre tus hijos y tu ex cónyuge:

- ✓ Permite un régimen de visitas lo más generoso posible. Deja también que tus hijos de más edad tengan un cierto control sobre cuándo ven al progenitor no custodio. Tened en los dos domicilios un calendario con las visitas colocado en un lugar bien visible, como la puerta del frigorífico.
- ✓ Si eres el custodio, anima a tus hijos a llamar por teléfono a su otro progenitor, pero pregúntales cuándo y con qué frecuencia desean hacerlo. Es importante que le hablen sobre sus novedades y sus preocupaciones, que le comenten sus dudas o que le pidan ayuda con los deberes. Las llamadas telefónicas no deben ser una obligación o una forma de transmitir únicamente malas noticias.
- ✓ Si eres el no custodio, intenta acordar un horario para hablar con tus hijos por teléfono para que esperen con ganas ese momento y que a tu ex cónyuge no le molesten tus llamadas.
- ✓ Asegúrate de que ambos estáis informados de sus notas escolares y de que los ayudáis en sus deberes o trabajos siempre que podáis.



- ✓ Acudid los dos a las reuniones organizadas por los profesores.
- ✓ Si eres el custodio, comunícale a tu ex cónyuge la fecha y la hora de las obras de teatro escolares y los acontecimientos deportivos.
- ✓ Que no falte a las fiestas de cumpleaños de los chavales y a los demás acontecimientos importantes para compartirlos todos juntos es muy importante.

Puede resultarte complicado fomentar una buena relación entre tus hijos y tu ex cónyuge, sobre todo si no os lleváis bien. Los siguientes consejos te ayudarán a

evitar tensiones:

- ✓ No intentes borrar a tu ex cónyuge de la vida de tus hijos imponiendo restricciones innecesarias al tiempo que pasan juntos.
- ✓ Comunícale cambios importantes que se produzcan en tu vida, por ejemplo si tu nueva pareja se traslada a tu casa. No dejes que lo sepa a través de los niños.
- ✓ Infórmale con antelación de planes que tengas para llevarte a los niños de viaje el fin de semana o en vacaciones.
- ✓ Pásale toda la información que tengas sobre los problemas médicos de vuestros hijos.
- ✓ Consúltale las decisiones más importantes que afecten a los niños.
- ✓ No os peleéis a la puerta de casa.
- ✓ No utilicéis a vuestros hijos como mensajeros para enviaros notas llenas de resentimiento. Podrían echarles un vistazo si les pica la curiosidad, e incluso si no lo hacen, les dolerá que su progenitor reciba la nota.
- ✓ Ten mucho cuidado al hablar por teléfono. Si quieres resolver algún problema y crees que podríais pelearos, haz la llamada cuando tus hijos ya estén durmiendo. Imagínate cómo se sentirán tus hijos si oyen la mitad de la discusión.
- ✓ No os peleéis a la puerta de la escuela. A vuestros hijos les dará vergüenza que lo hagáis delante de sus amigos o profesores.
- ✓ No impidas a tus hijos estar con la nueva pareja de tu ex cónyuge. Si lo haces, acabará prescindiendo de los niños, lo que aumentará el estrés que probablemente ya sientan.

El punto de encuentro familiar

Los puntos de encuentro familiar son un recurso para que puedan relacionarse los hijos menores de edad y el progenitor que no tiene la custodia con las debidas garantías y otros familiares con los que no conviven, como pueden ser los abuelos de los niños.

La idea no es usar de manera indefinida los puntos de encuentro para las visitas o los intercambios: se trata de garantizar la seguridad y el bienestar de los menores, y, también, de que se cumpla el régimen de visitas hasta que las cosas sean normales; es decir, hasta que desaparezcan las circunstancias que han obligado a recurrir a ese servicio, o bien, hasta que los pro-genitores asuman su responsabilidad para cumplir los acuerdos relativos al régimen de comunicación, estancias y visitas.

Si se considera que el encuentro del menor con el progenitor no custodio puede ser perjudicial o incómodo para el crío, se recurre a uno de estos puntos de encuentro para que los niños se reúnan con el progenitor no custodio. Se recurre también a este servicio cuando existe una orden de alejamiento entre ambos progenitores o cuando se han producido reiteradas incidencias en la entrega y recogida de los menores.

Los puntos de encuentro familiar están organizados de tal manera que los progenitores ahora separados pueden evitar encontrarse en el momento en que el menor pase de estar con uno a estar con el otro. Por lo general, el progenitor que ha de entregar al menor debe llegar con cierta antelación (suele ser de unos quince minutos); allí se espera con el niño en una sala y no se marcha hasta que el menor haya salido con su otro progenitor, que le estará esperando en otra sala. Los puntos de encuentro suelen ser espacios acogedores equipados con montones de juguetes. A veces también se puede tomar algo e incluso comer, ya que en algunos casos el progenitor que acude a la visita no puede llevarse al crío, sino que toda la visita tiene que desarrollarse en las dependencias controladas.

El equipo de los puntos de encuentro familiar están integrados por psicólogos, educadores y un asesor jurídico, que pueden ofreceros ayuda especializada y daros orientación sobre las relaciones con vuestros hijos. Estos profesionales que trabajan en los puntos de encuentro familiar informan periódicamente al juzgado sobre la evolución del régimen de visitas, de modo que indican cuál es la actitud de los menores respecto a sus progenitores, así como la de estos últimos (asistencia, puntualidad, grado de colaboración, actitud con el menor, etc.). Todos los puntos de encuentro cuentan con un protocolo que establece la manera óptima de utilizarlos.



Recuerda que las peores experiencias para los niños tras un divorcio son dos: perder el contacto con un progenitor querido y presenciar vuestras disputas, sobre todo si tratan sobre problemas pendientes o si tienen relación con ellos.

Problemas con el régimen de visitas

Por desgracia, el régimen de visitas puede convertirse en un motivo de batalla permanente, incluso aunque el tribunal haya dictado una resolución judicial que lo determine; por ejemplo, el progenitor no custodio podría caer en la tentación de llevar los hijos de vuelta a casa después de lo acordado, o recogerlos tarde, o ni tan siquiera acudir a recogerlos, para frustrar los planes que pudiera tener el otro. Si estás tentado de hacer algo así, ten cuidado, porque tu ex podría ponerlo en conocimiento del juez, que te requeriría para que cumplas estrictamente con el régimen acordado; pero no sólo eso, sino que te avisaría de que si sigues incumpliendo el acuerdo te pondrá una multa (de hasta 600 euros); incluso puede modificar el régimen de visitas (en tu contra). No obstante, la razón para cumplir lo acordado es que no hacerlo es perjudicial para ellos. Es una enorme frustración estar preparado y que no vayan a buscarte, sobre todo si te ven poco y están esperando esa visita como algo extraordinario.

Si, por el contrario, quien no cumple el régimen de visitas es tu ex pareja, no es recomendable que a la primera lo denuncies en la comisaría o en el juzgado de guardia; esas denuncias suelen acabar en un juicio de faltas, que puede dar lugar a una multa, pero no suelen evitar nuevos incumplimientos. Es mejor que

primero lo pongas en conocimiento del juzgado que dictó el régimen de visitas; deja la vía penal para el caso de que, tras haber sido requerida tu ex pareja por el juez, siga incumpliendo el régimen de visitas.

Como siempre se trata de defender el interés de los hijos, el juez procurará que el contacto funcione si lo considera beneficioso y seguro para los niños. Por eso, si aprecia circunstancias especiales en vuestro caso, podría solicitar a un miembro del equipo técnico judicial que emita un informe sobre el régimen de visitas que resulta más adecuado (el apartado “El equipo técnico judicial en los procedimientos de familia” del [capítulo 5](#) explica quién forma ese equipo y su misión). Asimismo, el juez puede decretar un contacto supervisado si opina que el bienestar de los hijos lo justifica. El contacto supervisado puede tener lugar en un punto de encuentro familiar. Ten en cuenta que pocas veces sirve de algo acudir a los tribunales para intentar que el progenitor no custodio vea a los hijos; si no quiere...

Enterrar el hacha de guerra por el bien de los hijos

Si utilizáis el régimen de visitas como un vehículo para expresar los sentimientos negativos que albergáis el uno por el otro, estáis causando un grave daño emocional a vuestros hijos. A los niños no les gusta ver a sus padres peleándose y, lo que es más importante, suelen culparse a sí mismos de vuestras desavenencias. Estos sentimientos pueden causarles muchos trastornos, entre ellos falta de autoestima, malestar emocional e, incluso, problemas en su futura vida de pareja.

¡Evita estas situaciones a toda costa! Tus hijos merecen que ambos estéis presentes en su vida. Recuerda que ser un mal cónyuge no es necesariamente sinónimo de ser un mal progenitor. Al utilizar a tus hijos para vengarte de tu ex, es a tus hijos a quienes castigas. Debéis actuar como adultos maduros y poner por delante los intereses de los hijos, en lugar de vuestra ira y vuestro orgullo herido.

Si acabáis en los tribunales

Antes de ir a juicio, debéis pensarlo dos veces (e incluso tres o cuatro) para estar bien seguros de que una contienda en los tribunales compensa el gasto que haréis y el estrés que supondrá para vosotros y vuestros hijos. Quizá decidáis que ha llegado el momento de resolver vuestras diferencias sin recurrir a la justicia. Sin embargo, por numerosas razones (tanto buenas como malas), algunas personas intentan reducir el tiempo que su ex cónyuge pasará con los hijos tras el divorcio. Otras, en cambio, desean tener el derecho exclusivo de tomar las decisiones que afecten a los niños, o incluso pretenden hacer un

negocio de su separación o divorcio y vivir el mayor tiempo posible a expensas de su ex.

Debes partir de que nuestro sistema legal no contempla adjudicar culpas, de modo que la sentencia que dicte el juez no contendrá ningún pronunciamiento relativo a si la ruptura matrimonial es imputable a uno u a otro. Si finalmente te ves en la necesidad de tener que acudir a un juicio, te conviene informarte sobre las pautas generales que los jueces siguen para tomar las decisiones que afectan a los hijos (puedes encontrar más información en el [capítulo 4](#), “La prioridad son los hijos”) y a las decisiones económicas (puedes encontrar más información en los [capítulos 12 y 13](#)).

Si sospechas que tu ex cónyuge maltrata a los niños

Si crees que tu ex cónyuge maltrata a vuestros hijos, habla de inmediato con un abogado. Éste te indicará los pasos que debes dar, entre los que se contarán algunos de los siguientes:

- ✓ Ponerte en contacto con la policía.
- ✓ Iniciar diligencias penales contra tu ex cónyuge e interrumpir la comunicación que mantenáis.
- ✓ Solicitar al tribunal que impida a tu ex cónyuge mantener cualquier tipo de contacto con tus hijos hasta que se investigue tu denuncia.
- ✓ Hacer que les practiquen a tus hijos un reconocimiento médico.
- ✓ Fotografiar cualquier marca, hematoma o corte inusual en tus hijos que consideres la prueba de malos tratos o abusos.
- ✓ Solicitar al tribunal que presione a tu ex cónyuge para que se someta a re-conocimiento y a tratamiento en caso de abuso del alcohol o de las drogas, problemas psiquiátricos o agresividad incontrolable.

El juez pregunta sobre los hijos



Si lleváis el caso a los tribunales porque no habéis podido resolverlo por otros medios, en relación con los hijos, hay determinadas preguntas que siempre se plantean; pueden hacerlas los abogados de cada uno de vosotros, el ministerio fiscal o el juez. Son éstas:

- ✓ ¿Dónde viven actualmente los niños?
- ✓ ¿Qué tipo de relación mantienen con cada uno de vosotros? ¿A quién acuden cuando tienen problemas y necesitan ayuda o apoyo?

- ✓ ¿Cómo os repartíais las responsabilidades durante el matrimonio?
¿Participabais activamente en la vida cotidiana de vuestros hijos: bañarlos, vestirlos, alimentarlos, echarles una mano con los deberes, jugar con ellos, hablar con ellos, ayudarlos a solucionar sus problemas personales, asistir a las reuniones organizadas por los profesores, llevarlos al médico, resolver las situaciones de emergencia, etc.?
- ✓ ¿Qué acuerdos deseáis alcanzar? ¿Estáis dispuestos a colaborar por el bien de vuestros hijos tras el divorcio?
- ✓ ¿Dispones de otra vivienda de tu propiedad que puedas ocupar en la misma población en la que se encuentra el domicilio familiar o en una población cercana?
- ✓ ¿Alguno de vuestros hijos tiene necesidades educativas o médicas especiales?
- ✓ ¿Cuáles son vuestros horarios laborales? ¿Vuestro trabajo os exige viajar?
¿Se producirá algún cambio al respecto a partir del divorcio?
- ✓ ¿Cómo contribuíais a los gastos familiares?
- ✓ Si tus ingresos no están debidamente acreditados, te preguntarán sobre ellos.

Las medidas provisionales

Cuando existen hijos menores de edad y se ha tenido que recurrir a un proceso contencioso, es habitual que, para resolver de modo más rápido las cuestiones que afectan a los hijos, se siga paralelamente un procedimiento para la adopción de medidas provisionales; es decir, que se apliquen unas medidas de momento hasta que se acabe el juicio. También es posible que antes de poner la demanda de divorcio se pidan unas medidas de ese tipo; en ese caso, caducarán al cabo de treinta días si en ese período no se interpone una demanda de separación, divorcio o nulidad.

Tanto en el caso de las medidas provisionales, como de las medidas provisionales previas, el juez os citará a una vista, en la que se tratará únicamente las cuestiones que afecten a los hijos, y a vuestra necesidad de cubrir el sustento y las obligaciones de la vivienda y las necesidades familiares (es decir, que si uno de los cónyuges no ingresa dinero, no se quede sin medios de vida).

Por lo tanto, las medidas provisionales que dicte el juez, además de declarar vuestra separación provisional, os dirán cómo abordar de momento los siguientes asuntos:

- ✓ La patria potestad de los hijos menores de edad, la custodia de los hijos (exclusiva o compartida) y el régimen de visitas del progenitor que no tenga la custodia; en el caso de que ésta se atribuya en forma compartida, establecerá cómo se distribuirá el reparto de las vacaciones de los hijos.
- ✓ Si se ha acreditado que existe riesgo de secuestro de los hijos, se prohibirá que los menores salgan del país, que se les haga el pasaporte y que se expida la autorización judicial necesaria para cambiarlos de residencia.
- ✓ Se decidirá de forma provisional a quién le corresponde el uso del domicilio familiar y lo que hay en él.
- ✓ Cuánto tiene que pagar el progenitor no custodio para la manutención de los hijos. Si la guarda es compartida, las medidas provisionales estipulan la forma de repartir los gastos de los hijos entre ambos progenitores; en este caso si hay mucha diferencia entre los ingresos de los progenitores, es posible que el juez diga que el que gana menos (o no gana nada) debe recibir del otro una pensión de alimentos para los hijos.



Además de esas cuestiones relacionadas con los hijos, el juez también puede determinar si un cónyuge tiene derecho a percibir del otro una pensión de alimentos para atender a sus necesidades y cómo se administrarán los bienes hasta su definitivo reparto. Las medidas provisionales sirven hasta que haya una sentencia definitiva.

Cuando el cuidado de los hijos se deniega a ambos progenitores

Aunque sucede en muy pocos casos, si ambos cónyuges tienen antecedentes de abandono o malos tratos de los hijos, el juez puede denegar a ambos su cuidado. Sin embargo, el juez no tomará esta decisión a menos que otra persona (como un trabajador social) plantee la cuestión o considere evidente el hecho de que ninguno de los dos está capacitado para el cuidado de los hijos.

En estos casos, nombrará a un tutor, que representará a los menores en el juicio y que ayudará al tribunal a decidir dónde deben vivir. Por lo general es un abuelo u otro pariente adulto quien asume temporalmente los cuidados de los niños. No obstante, también se puede encomendar su guarda a una entidad pública.

Capítulo 11

El reparto de las posesiones

En este capítulo

Regímenes económicos matrimoniales
El régimen de gananciales
El régimen de separación de bienes
El régimen de participación
La tasación y el reparto de las propiedades
Qué hacer con la casa
Qué hacer con una empresa conjunta
Qué hacer con las deudas

Si vuestro matrimonio ha sido relativamente largo y habéis disfrutado de un nivel de vida bastante alto, te sorprenderá descubrir lo mucho que habéis ido acumulando a lo largo de los años y su valor. Para repartiros vuestras propiedades, tendréis que reflexionar y deliberar largo y tendido, y, probablemente, solicitar el consejo y la ayuda de expertos independientes, ya que el proceso de división de bienes durante el divorcio tendrá consecuencias económicas a corto y largo plazo para los dos. El tribunal sólo puede dictar sentencia una vez sobre el reparto de las propiedades y el capital. No tendrás una segunda oportunidad, por lo que te conviene asegurarte de que todo sale bien a la primera.

Este capítulo explica cómo llevar a cabo el reparto de los activos (bienes inmuebles, dinero, mobiliario, etc.) y del pasivo (deudas) entre cada uno de los cónyuges.

Regímenes económicos matrimoniales

El reparto seguirá unas reglas u otras según cuál sea el régimen económico matrimonial que haya regido vuestro matrimonio.

Hay tres regímenes económicos matrimoniales:

✓ **Régimen de gananciales.** Es aquel en el que todos los bienes y ganancias

que se obtienen durante el matrimonio (con algunas excepciones) pertenecen a los dos cónyuges, los adquiera el uno o el otro. En este caso, al divorciarse todo lo acumulado durante el matrimonio se reparte a partes iguales.

- ✓ **Régimen de separación de bienes.** Es aquel en el que cada uno es propietario exclusivo tanto de lo que tuviera antes de casarse como de lo que gane mientras dure el matrimonio.
- ✓ **Régimen de participación.** En este régimen lo que cada uno tuviera antes de casarse es suyo y de nadie más, pero ambos cónyuges tienen derecho a participar en las ganancias que el otro obtenga durante el matrimonio.

En España el régimen económico matrimonial más habitual es de gananciales, seguido del de separación de bienes que rige en las comunidades autónomas de Aragón, Baleares y Cataluña.

Pero sea cual sea el régimen que rijan en una comunidad, por medio de escritura de capítulos matrimoniales se puede pactar uno de los referidos regímenes económicos matrimoniales. Los *capítulos matrimoniales* consisten en un pacto consensuado que se firma ante un notario mediante escritura pública y se inscribe en el Registro Civil, junto con el acta matrimonial.

Si no tenéis un pacto de ese tipo, el régimen económico matrimonial será el que corresponda en la comunidad autónoma donde os casasteis. Si durante el matrimonio habéis adquirido algún inmueble, en la escritura de compra figurará vuestro régimen económico. Si no sabéis cuál es vuestro régimen económico matrimonial o tenéis dudas, el abogado os lo aclarará.

Teniendo en cuenta que la liquidación del régimen económico es una cuestión compleja, lo más recomendable es que consultéis con un abogado experto en derecho matrimonial. Si bien, a los efectos de que no os resulte tan extraño lo que os pueda explicar en este capítulo trataremos los rasgos generales de la liquidación de dichos regímenes.

Liquidación del régimen de gananciales

A lo largo del matrimonio, probablemente habréis comprado una vivienda, muebles, vehículos, equipos informáticos e incluso obras de arte. También tendréis otras cosas, no tan valiosas, como electrodomésticos, camas, una televisión, un reproductor de DVD, libros y bicicletas, por ejemplo. ¡Y no olvidéis el montón de regalos de boda que llevan años guardados en el trastero! Ahora que vais a divorciaros, tendréis que hacer algo con todas esas cosas.

En la liquidación de régimen de gananciales existen dos fases: la del inventario y la de la adjudicación.

Fase de inventario

En esta fase hay que elaborar una lista que deberá contener el activo y el pasivo.

El activo está compuesto por los bienes que tiene el matrimonio y hay que calcular su valor. Si uno de vosotros ha vendido por su cuenta alguno de esos bienes, en el inventario se refleja el valor que tendría si se conservase. Y si uno de vosotros ha comprado algo por su cuenta con dinero generado cuando estabais casados (se entiende que se trata de un gasto importante), se calcula a cuánto dinero equivaldría en el momento del divorcio y se apunta como si lo hubiera tomado prestado de la sociedad matrimonial, de manera que el cónyuge que no compró nada equivalente tiene derecho a resarcirse.

A la hora de hacer el inventario, se entienden como bienes comunes:

- ✓ Las ganancias conseguidas mediante una contraprestación, como dinero (se obtiene a cambio de trabajo), bienes (se compran), rendimientos de inversiones (las genera el dinero que se tiene previamente)
- ✓ Los rendimientos de los bienes, tanto privativos, como gananciales (por ejemplo, alquileres, intereses del banco, etc.)
- ✓ Las mejoras realizadas en los bienes gananciales, siempre que no los haya pagado uno de los cónyuges con su dinero privativo
- ✓ Las ganancias obtenidas en el juego

Y son bienes privativos:

- ✓ Los que cada uno tuviera antes de casarse
- ✓ Los bienes que se han obtenido ya casados pero sin pagar por ellos; por ejemplo, regalos o herencias
- ✓ Los bienes que se compren para sustituir otros privativos
- ✓ Los bienes y derechos que una persona recibe por ser quien es, por ejemplo, una indemnización
- ✓ Las ropas y objetos de uso personal (salvo los de gran valor)
- ✓ Los instrumentos o enseres profesionales (salvo si son parte de una industria familiar que tiene régimen de ganancial)
- ✓ Las mejoras realizadas en bienes privativos (salvo que se pague con dinero ganancial)

La lista del **pasivo** se acaba antes: sólo son las deudas que tenga el matrimonio.

Aunque eso de hacer inventario parezca fácil, en la práctica suele ser fuente de problemas. Es muy frecuente que los cónyuges discutan si un bien pertenece a la sociedad conyugal o es privativo de uno de los dos por haberlo comprado con su dinero, aunque fuera mientras estaban casados. Por ejemplo, puede pasar que la vivienda que habitáis de casados la haya comprado uno de vosotros poco antes de contraer matrimonio, pero hayáis pagado la mayor parte por medio de un préstamo hipotecario durante el matrimonio. Si esto ocurre, hay que ver qué parte del precio se pagó antes de casaros y qué parte se pagó estando ya casados. A partir de tener eso claro, se sabe qué proporción de la vivienda pertenece a quien compró el piso y qué parte es de los dos. También puede surgir la discusión sobre bienes que proceden de una herencia, o de una donación; son privativos, está claro, pero si habéis pagado los impuestos derivados con dinero de la sociedad de gananciales (el que es de los dos por estar casados) la cosa es distinta. Además, lo de fijar el valor de los bienes suele dar lugar a más de una discusión.

Fase de adjudicación

Una vez pagadas las deudas, lo que queda se reparte a partes iguales entre ambos cónyuges. Es frecuente que no puedan hacerse dos lotes iguales de bienes inmuebles, de modo que si no es posible hacer compensaciones con el dinero que hay ahorrado (uno se queda el coche y el otro el dinero equivalente a la mitad del coche), se mantiene la indivisión del bien. Eso ocurre muy a menudo cuando hay hijos con la vivienda; en ese caso, suele ocurrir que a uno de los cónyuges el juez le da el derecho de usar la vivienda porque le concede la guarda de los hijos. No obstante, ese bien ya no pertenecerá a la sociedad de gananciales.

Si tenéis régimen de gananciales y estáis de acuerdo entre vosotros, podéis liquidar la sociedad (es decir, repartir los bienes) ante un notario. Si no estáis de acuerdo, el asunto se resolverá mediante un juicio; recordad que en ese caso el proceso será muy largo y costoso. Tampoco olvidéis que una vez acabado el proceso, hay que cambiar en el Registro de la Propiedad la titularidad del impuesto de transmisiones patrimoniales y de la plusvalía (lee más adelante en este capítulo el apartado “Vender la casa tiene impuestos” para saber algunas cosas sobre la plusvalía).

Liquidación del régimen de separación de bienes

Si el régimen económico de vuestro matrimonio ha sido el de separación de bienes, tanto lo que teníais antes de casaros como lo que hayáis adquirido durante el matrimonio (por lo que sea: compraventa, herencia o donación) es de

cada uno, y no del otro cónyuge. Además, si esos bienes han generado rentas (por ejemplo, un piso que se haya alquilado), lo que sale de ahí es de quien es propietario del bien.

Si resulta que no se puede acreditar a quién pertenece el bien, porque, por ejemplo, no está clara la procedencia del dinero con el que se ha pagado, la ley establece que corresponderá a ambos a partes iguales; por ejemplo, una obra de arte de cierto valor.

En el régimen de separación de bienes si un cónyuge ha trabajado para la casa o para el negocio del otro sin retribución o con una retribución insuficiente, tiene derecho a percibir una compensación económica, siempre y cuando al romperse el matrimonio haya mucha diferencia entre el patrimonio que se han forjado uno y otro durante la convivencia. Así se busca compensar que uno de los miembros de la pareja (generalmente la mujer) no haya trabajado fuera de casa por dedicarse a cuidar de los hijos y del hogar.

Cuando se liquida la sociedad matrimonial, se cuantifica esta aportación, que no se justifica por la dedicación futura a la familia ni porque quien vaya a recibirla quede en una situación económica mucho peor que el otro miembro de la pareja. Además, no hay que confundirla con la pensión compensatoria, cuyas características y detalles se explican en el [capítulo 12](#).

Liquidación del régimen de participación

Si éste era vuestro régimen económico matrimonial debéis saber que ambos tenéis derecho a participar en las ganancias que el otro haya obtenido mientras hayáis estado casados. Para liquidar todo eso tendréis que seguir varios pasos.

El patrimonio inicial

Hay que determinar el activo y el pasivo de cada uno al casarse.

- ✓ El **activo** de cada uno son los bienes que le pertenecían a cada cual al casarse más lo que haya adquirido después (por compra, herencia, donación, etc.).
- ✓ El **pasivo**. Una vez establecido el activo de cada uno, se restan las cantidades que tenga que pagar ese cónyuge; puede ser que las tuviera pendientes al casarse o que sean consecuencia de la adquisición de los nuevos bienes (pago de la compra, impuestos de herencia, donación o legado, etc.); estos gastos no pueden ser mayores que lo que vale el bien en sí.

Si el pasivo es superior al activo, se entiende que no había patrimonio inicial.

El patrimonio final

Al acabar el matrimonio también tendréis activo y pasivo.

- ✓ El **activo** de cada uno son los bienes que figuren a su nombre cuando acaba el matrimonio con el valor de mercado que tengan en ese momento (no con el precio que tenían las propiedades al comprarlas).
- ✓ El **pasivo** es el resultado de restar del activo las obligaciones que aún no se hayan satisfecho.

Si alguno de vosotros ha donado o regalado algún bien sin el consentimiento del otro, también se cuenta en el patrimonio final; y se le da el valor que tendría al acabar el matrimonio.

También puede darse el caso de que uno le haya prestado dinero al otro. Al que lo ha dejado le cuenta como activo, claro, y al que lo debe, le cuenta como pasivo, como cualquier otra deuda.

Las ganancias patrimoniales en el matrimonio

Si ambos tenéis más patrimonio final que inicial, y el incremento es similar para los dos, no tendréis nada que repartir.

Si el resultado positivo es mayor para uno de vosotros, la diferencia se divide entre dos y esa cantidad se la da el que ha tenido más ganancia durante el matrimonio al que ha tenido menos.

Análogamente, si sólo uno tiene más al final que al principio, se divide entre dos lo que ha ganado durante el matrimonio y debe entregárselo al que no ha tenido incremento de patrimonio. Eso que le corresponde se puede pagar en dinero, en un plazo no superior a tres años, o mediante la adjudicación de los bienes comunes que deberían repartirse a partes iguales.

La tasación de los activos y el reparto

Sea cual sea vuestro régimen económico, tendréis que hacer el inventario y asignarle valor económico a todo. No es tarea fácil decidir qué vale todo lo que uno tiene. Por lo general, se entiende que se da a cada cosa su valor de mercado, o lo que se pagaría en caso de que lo vendierais sin presiones ni prisas y que hubiera un comprador dispuesto a adquirirlo.

Aunque probablemente podréis calcular por vosotros mismos el valor de muchos activos, necesitaréis la ayuda de expertos independientes, como tasadores, agentes de la propiedad inmobiliaria, contables o asesores financieros; eso suele suceder, sobre todo, con las cosas más valiosas, como terrenos, inmuebles,

antigüedades, negocios familiares, etc. Si no llegáis a un acuerdo en la tasación de un activo importante, los servicios de estos expertos os resultarán extremadamente útiles.

Lo más difícil suele ser la vivienda. No calculéis el valor de la vivienda basándoos en la hipoteca. Por lo general, las tasaciones que se hacen para la hipoteca son inferiores al valor real de la vivienda y su objetivo principal es velar por la seguridad del acreedor hipotecario.

La forma más económica (en la mayoría de los casos, gratuita) de determinar el valor de la vivienda consiste en preguntarle a una inmobiliaria por los precios que se barajan para casas o pisos semejantes y cuánto podrían pagarte por tu vivienda. Sin embargo, el cálculo que te proporcionará la inmobiliaria sólo será una aproximación. A fin de cuentas, el valor de cualquier bien es lo que alguien esté dispuesto a pagar. Pregunta al menos a tres inmobiliarias diferentes para contrastar la información.

Un método más fiable, aunque más caro, consiste en contratar a un tasador de propiedades. Si tú o tu cónyuge acudís a los tribunales para que decidan sobre vuestra vivienda y no os ponéis de acuerdo sobre su valor, tendréis que solicitar conjuntamente una tasación profesional independiente.

Después de realizar todos los cálculos, siempre hay que pasar a la fase de reparto, que tendrá unas características u otras según el régimen económico que tuvierais. Ya has visto las pautas; si intentáis saltároslas, no os ponéis de acuerdo y vais a juicio, acabaréis en el punto de partida, ya que las determinará el juez. Bien es cierto que si queréis aplicar otros criterios y ambos estáis de acuerdo, nadie objetará nada.

El reparto asesorado

Si os encargáis de negociar vuestro propio reparto de bienes, sobre todo si el valor total de las posesiones conjuntas es muy elevado, os conviene acudir a un asesor financiero independiente antes de empezar el proceso. Aunque podéis hacerlo por vosotros mismos, es aconsejable que solicitéis la ayuda de un profesional independiente para formaros así una idea general de vuestra situación económica. (Consulta los [capítulos 15, 16 y 17](#) para saber cómo colaborar con abogados y mediadores.)

Los asesores financieros utilizan programas informáticos con los que puedes calcular qué sucedería si os repartieseis lo que poseéis y lo que debéis conjuntamente de una manera u otra, lo que te permite tomar decisiones con más información. En líneas generales, lo que hacen es un análisis de viabilidad

según las diferentes opciones de reparto de los bienes.



Algunos asesores financieros se especializan en la gestión del capital antes del divorcio y después de él, por lo que pueden ayudarte a negociar óptimamente no sólo el reparto de los bienes, sino la manutención de los hijos y la pensión compensatoria.

Qué hacer con la casa

Cuando toda tu vida está cambiando, lo más probable es que te aferres al hogar a toda costa. No sólo es un lugar en el que te sientes bien, sino que quizá invertiste mucho tiempo y energía en la decoración y en el jardín. Si eres tú quien se encargará del cuidado de los hijos tras el divorcio, es probable que desees permanecer en el domicilio familiar para aumentar su seguridad emocional.

Llegado el momento de tomar una decisión sobre la casa, procura dejar de lado los sentimientos y enfocar el asunto desde el punto de vista económico. Es posible que llegues a la conclusión de que no tiene sentido (o no es viable por razones económicas) permanecer en el domicilio familiar tras el divorcio, o quizá descubras que puedes quedarte con la casa si te organizas bien. Lo más importante de todo es que, hagas lo que hagas con la casa, tomes la decisión a partir de un análisis económico que refleje las necesidades de tus hijos y tu capacidad para asumir los gastos. Si te dejas llevar por los sentimientos, podrías acabar perdiendo la vivienda porque llegue un momento en el que no puedas pagar la hipoteca, las facturas o las reparaciones básicas y el mantenimiento.

El valor de los vehículos

Es relativamente fácil y barato determinar el valor de los vehículos que tú y tu cónyuge poseáis conjuntamente. Para ello, podéis:

- ✓ Utilizar alguna de las múltiples publicaciones que tratan sobre automóviles, de venta en quioscos.
- ✓ Hacer una búsqueda en internet utilizando palabras clave como "precios de coches de segunda mano".
- ✓ Preguntar en un concesionario cuán-to pagarían por vuestros coches. Dado que los concesionarios suelen hacer ofertas bastante bajas, tú y tu cónyuge quizá tendríais que ajustarlas un poco.
- ✓ Consultar en los anuncios del periódico los precios de vehículos semejantes a los vuestros o en páginas web de compraventa de bienes de consumo.

Las posibilidades

La mayoría de las parejas que se divorcian resuelven el problema de qué hacer con la vivienda de una de las siguientes maneras:

- ✓ La venden.
- ✓ Uno se queda con toda la propiedad.
- ✓ Ambos mantienen el derecho de propiedad.

Vender la vivienda

Cuando la vivienda es el único activo con un valor real que poseéis, podríais veros obligados a venderla para tener algo de dinero en el bolsillo al poner fin al matrimonio. También podríais decidir deshaceros de ella porque os trae malos recuerdos o porque es demasiado grande para que la mantenga uno de los dos o porque no podéis permitírosela. La venta puede ser una buena solución si su valor real es tal que os permite realojaros a los dos.

Si vendéis la casa, recordad que el precio de venta no es lo que podréis repartiros. Es posible que tengáis que restar la hipoteca, y sin remedio, habrá gastos de venta, trámites e impuestos. Si acudís a un agente de la propiedad inmobiliaria para que se encargue de la venta, tendréis que pagar también sus honorarios (suelen ser un porcentaje del precio de venta). Una vez descontados todos estos gastos del precio de venta previsto, la opción de vender la casa podría no pareceros tan buena idea, aunque quizá no os quede otra alternativa.

Uno de vosotros se queda la vivienda

Otra opción es que te quedes con la casa como parte del acuerdo de división de bienes comunes si puedes pagarle a tu ex pareja su parte; o si tenéis más propiedades y el otro puede quedarse con otro activo de valor comparable. Si tu ex cónyuge está de acuerdo en cederte sus derechos sobre la vivienda conyugal, con la compensación correspondiente, o si, por el contrario, eres tú quien le cede la propiedad a cambio de la compensación que acordéis, no olvidéis modificar las escrituras y acudir al Registro de la Propiedad para que conste inscrita la nueva titularidad. Esta opción tiene un tratamiento fiscal favorable.

Si teníais una hipoteca, el que se quede la propiedad debe garantizarle al otro que lo eximirá de su responsabilidad hipotecaria. Eso implica solicitar el consentimiento de la entidad bancaria que os concedió la hipoteca para subrogarse en la hipoteca, es decir, para asumir el pago total.

En caso de que tu ex cónyuge se quede con la casa, asuma la hipoteca sin subrogarse y no la pague, el acreedor hipotecario podría exigirte a ti el pago si tu

nombre todavía aparece en la escritura hipotecaria, independientemente de lo que diga vuestro acuerdo de divorcio; así que, en ese caso, es muy importante que tu nombre deje de estar asociado a la hipoteca. En caso de que no lo consigas, tendréis que incluir un pacto de indemnización en el acuerdo final por el que tu ex cónyuge reconozca tu derecho a reclamarle el dinero que pagues injustamente. No obstante, podrías verte en la obligación de acudir al tribunal para exigir el cumplimiento de dicho pacto, e incluso si se dicta sentencia a tu favor, no tienes ninguna garantía de que recuperarás lo que se te debe.

Si te la quedas tú, echa cuentas y asegúrate de que podrás asumir las cuotas de la hipoteca y los gastos de mantenimiento. En caso contrario, podrías acabar vendiendo la casa o perdiéndola si el acreedor hipotecario te la embarga. Si todavía no has elaborado tu propio presupuesto para el hogar, el [capítulo 3](#) te ayuda a hacerlo.

Ambos mantenéis el derecho de propiedad

Puede ocurrir que queráis vender la casa, pero por cuestiones prácticas prefiráis posponer la venta. Por ejemplo, quizá os interese que vuestros hijos sigan viviendo en el domicilio habitual hasta que acaben la secundaria. Si eres tú quien se encargará de los hijos tras el divorcio, puedes permanecer en la casa con ellos, pero, según el acuerdo de división de bienes comunes, ambos seguiréis teniendo derechos sobre esa propiedad.

Si optáis por esta alternativa, asegúrate de que vuestro acuerdo aborda las siguientes cuestiones:

- ✓ Qué porcentaje de propiedad de la casa le corresponde a cada uno.
- ✓ Cuándo deberéis poner la casa a la venta.
- ✓ Quién pondrá la casa a la venta.
- ✓ Cómo determinaréis el precio de salida.
- ✓ Cómo pagaréis todos los gastos relacionados con la venta.
- ✓ Cómo os repartiréis el importe de la venta.
- ✓ Si todavía debéis dinero de la hipoteca, cómo lo pagaréis cada mes.
- ✓ Cómo pagaréis los seguros, impuestos y contribuciones de la vivienda.
- ✓ Quién será el responsable de pagar los gastos ordinarios y los extraordinarios (por ejemplo, la reparación de la fachada).

El hecho de mantener el derecho sobre la casa conlleva ventajas e inconvenientes. Por un lado, puede ser la única forma de que cada uno de

vosotros conserve su derecho sobre la propiedad y atienda a las necesidades de los niños, pues el dinero de la venta podría no llegar para realojaros a ambos. Por otro lado, si tenéis hipoteca, el que no tenga el uso deberá seguir haciéndose cargo de las cuotas, siempre y cuando no hayáis llegado a un pacto expreso en otro sentido.

Cuando consideréis la cuestión de la vivienda, recordad que hay ciertas cosas que tendréis que decidir por vosotros mismos, ya que el tribunal no puede decir nada al respecto, como contratar una nueva hipoteca o pagar la existente. El [capítulo 18](#) incluye más información sobre la alternativa de llegar a un acuerdo entre vosotros o de poner la decisión en manos del juez.

Si la casa es alquilada, la mejor opción es poner el contrato de alquiler a nombre de uno de vosotros. Lo habitual es hacerlo a nombre del que se encargue de cuidar a los niños. Si en el contrato de alquiler sólo figura tu cónyuge pero quieres que esté a tu nombre, porque te vas a quedar tú viviendo en la casa, no olvides que este cambio debe llevarse a cabo en el plazo de dos meses a contar desde la fecha en que se dicte la sentencia de divorcio.

Vender la casa tiene impuestos

Tras la separación o el divorcio, puedes solicitar la exención del pago del impuesto de bienes inmuebles (el famoso IBI), si es que vendes o cedes la vivienda a tu cónyuge.

Por otra parte, recuerda que existe la llamada *plusvalía*, que es el impuesto que cobra el ayuntamiento al vendedor de un inmueble; su importe está en función del número de años que hace que el propietario lo es.

En caso de que dejes de vivir en esa casa y se la cedas a tu cónyuge como parte del acuerdo económico, no tienes que pagar plusvalía mientras tu cónyuge la utilice como vivienda principal.

Si mantienes tu derecho sobre la propiedad, pagar o no la plusvalía, o reducirla o aplazarla, dependerá de en qué condiciones acordéis esa situación (por ejemplo, la mantenéis hasta que un hijo acabe la escuela o hasta que se pueda vender).

Cuando te separes, consulta a un abogado o a un asesor fiscal (sobre todo si poseéis conjuntamente más de una propiedad o si habéis acumulado muchos activos) porque la normativa fiscal, además, cambia con cierta frecuencia. Lo que es seguro es que cuanto antes establezcáis el acuerdo económico, es posible que más exenciones fiscales podáis obtener.

Si tenéis una empresa conjunta

Si uno de vosotros tiene una empresa o participaciones en una sociedad, o bien si poseéis conjuntamente un negocio, tenéis que incluir su valor entre los activos que os repartiréis.

Si ambos habéis participado activamente en la empresa, os costará decidir qué hacer con ella. La idea de dejar el negocio, cerrarlo o venderlo puede ser muy difícil de aceptar, sobre todo cuando el matrimonio se ha roto. Sin embargo, puede que la necesidad de reconducir tu carrera profesional te ayude a superar el fin del matrimonio.

Opciones acerca de la empresa

Para ayudaros a tomar la difícil decisión de qué hacer con el negocio que poseéis, piensa en las opciones a las que han recurrido otras parejas:

- ✓ Dejar la empresa en manos de un solo cónyuge y ceder al otro activos por un valor equivalente a su participación en la empresa. Por lo general, el cónyuge que se hace cargo de la empresa es el que ha participado más activamente, o bien aquel cuyas capacidades y conocimientos son cruciales para su éxito. Por cuestiones económicas, o en caso de que no existan otras propiedades conjuntas, el cónyuge que conserve la empresa podría acabar comprando la participación del otro cónyuge. Esta compra deberá formalizarse en un acuerdo por escrito.
- ✓ Repartir la empresa entre los dos y que cada uno se encargue de una parte. Esta solución sólo resulta práctica si podéis dividir la empresa de una forma lógica y sin poner en peligro la integridad económica de cada parte.
- ✓ Vender la empresa y repartir lo obtenido de la venta. Ésta podría ser la única opción si todos vuestros activos (todo lo que tenéis) están vinculados a la empresa. Sin embargo, si el éxito del negocio depende de la combinación de vuestras capacidades y conocimientos, la empresa podría no valer mucho en el mercado, a menos que cuente con activos que puedan interesar a un nuevo propietario.
- ✓ Liquidar la empresa. Si ninguno de los dos está interesado en proseguir con el negocio y no podéis venderlo porque no goza de buena salud, la alternativa razonable que os queda es liquidarlo. Sin embargo, para recurrir a esta opción, los activos de la empresa deben tener valor de mercado. Los activos comercializables son la maquinaria, los equipos, los terrenos, las instalaciones y lo que os deban. En función de los tipos de activos y de su valor, podéis venderlos por vuestra cuenta, contratar a un experto para que se encargue de la gestión de venta (a cambio de un porcentaje de lo obtenido).

- ✓ Seguir dirigiendo la empresa juntos. Por razones evidentes, sólo elige esta opción un pequeño porcentaje de las parejas que tienen una empresa conjunta y deciden divorciarse. Casi todo el mundo prefiere no continuar con una relación que les hace depender tanto de su ex cónyuge. De hecho, esto podría acabar afectando negativamente al negocio.



Recuerda que si uno de vosotros ha trabajado en la empresa del otro sin remuneración, o con una remuneración insuficiente, tiene derecho a reclamar una compensación.

Calcular el valor de la empresa

Para poder optar por una de esas alternativas, tendrás que calcular el valor normal de mercado de la empresa. Recoge la siguiente información para poder determinarlo por ti mismo:

- ✓ Cuentas de resultados de los últimos tres años
- ✓ Balances de situación de los últimos tres años
- ✓ Registros de cuentas por cobrar
- ✓ Registros de cuentas por pagar
- ✓ Declaraciones fiscales y liquidaciones de impuestos de los últimos tres años
- ✓ Extractos bancarios de los últimos tres años
- ✓ Contratos de negocios futuros
- ✓ Ofertas de buena fe recientes para comprar la empresa, si es que ha habido
- ✓ Precios de adquisición de empresas semejantes a la vuestra



A la hora de tasar vuestra empresa conjunta, no paséis por alto su *valor extrínseco*, que consiste en su reputación, el reconocimiento de su nombre, su historial de satisfacción a los clientes, el papel que desempeña en la localidad y otros factores que la convierten en una empresa respetada.



Además, hay muchas formas de valorar una empresa. Recordad que hay que tener presente todo lo que esté a nombre de la empresa para llegar al valor real y no sólo su valor contable: maquinaria, instalaciones, productos almacenados, inmuebles, etc. Por otra parte, puede haber activos ocultos, que son aquellos bienes que no salen en la contabilidad pero que están en la empresa y que, por tanto, tienen un valor; por ejemplo, una marca comercial o un listado de clientes.

Si vas a dejar la empresa que compartiste con tu ex cónyuge, asegúrate de participar activamente en su tasación, o bien contrata a un contable independiente o a un tasador experto en empresas para que la valore por ti. Por mucho que confíes en tu ex cónyuge, le interesa que la empresa se tase a la baja, ya que de este modo o bien te pagará menos si más adelante compra tu parte, o bien tendrás derecho a recibir menos propiedades conyugales.

Si podéis permitirároslo, es conveniente que cada uno de vosotros contrate a su propio experto independiente para que tase la empresa. Como el resultado será distinto, podéis hacer la media o negociar a partir de ambas valoraciones. También podéis elegir juntos el tasador para llegar a un valor único. Es aconsejable recurrir a un experto independiente que conozca vuestro sector empresarial si vuestro negocio es especialmente grande, valioso o complejo, pero su contratación no resultará nada barata.



Por otra parte, una empresa siempre conlleva riesgos (puede tener pérdidas en vez de ganancias). Tened en cuenta esos riesgos cuando la consideréis un activo más entre todos los que os repartís, y no olvidéis contemplarlos en el acuerdo. Es aconsejable que solicitéis la ayuda de un abogado, un economista o un asesor entendido en la materia para tomar una decisión sobre la empresa.



Y todo lo anterior no sirve si al poner en marcha el negocio, los copropietarios decidisteis cómo se valoraría la participación de cada persona en caso de que alguien decidiera abandonarla o vender su parte. En este caso, tú y tu cónyuge no podéis tomar una decisión por vuestra cuenta, ya que ese acuerdo

determinará el valor de vuestra participación en la empresa.

Qué hacer con las deudas

Si vuestras deudas superan vuestros activos, os encontraréis en una situación semejante a la de muchas parejas que se divorcian. Una de las consecuencias de la sociedad actual, en la que tanto se promueve la venta a crédito, es que los divorcios consisten más bien en decidir cómo encargarse de las deudas que en repartirse los activos. Aunque es posible dejar atrás el matrimonio, no es posible hacer lo mismo con las deudas. Tanto si estáis divorciados como si no, debéis saldar las deudas y decidir juntos cómo hacerlo.



Algunas pueden ser deudas garantizadas; es el caso de la hipoteca o un préstamo para comprar un coche. Este tipo de deuda tiene como garantía un bien y, si no la saldáis, el acreedor (el banco, por lo general) puede quedarse con el bien que ofrecisteis como garantía.

Probablemente también tendréis deudas no garantizadas, como las de la tarjeta de crédito; o quizá sólo tengáis de este tipo. Las deudas no garantizadas son las que suelen provocar más desacuerdos durante el divorcio, ya que no hay ningún bien para cubrirlas y hay que poner dinero. En la mayoría de los casos, quien asume la responsabilidad de esa deuda se queda también con el bien que se compró con el crédito en cuestión.

Consejos para evitar problemas

A continuación tienes algunos consejos para abordar la desagradable tarea de decidir qué hacer con las deudas:

- ✓ Saldar todas las deudas como parte del divorcio. Esta opción suele ser la más recomendable, siempre que dispongáis de efectivo o activos suficientes para liquidarlas fácilmente. De este modo, ambos comenzaréis vuestra nueva vida libres de todas las obligaciones financieras contraídas durante el matrimonio. Si saldáis todas las deudas, ninguno tendrá que preocuparse por la posibilidad de que su ex cónyuge incumpla la promesa de pagar. Recordad que los acreedores pueden reclamaros a cualquiera de los dos el pago de las deudas que estén a nombre de ambos, independientemente de lo que diga el acuerdo de divorcio.
- ✓ Intercambiar deudas por activos. Si no conseguís liquidar todo lo que

debéis, uno de vosotros podría acceder a hacerse cargo de más deudas a cambio de quedarse con más activos (el equivalente financiero a tomar un poco de azúcar para que la píldora pase mejor) porque puede permitirse pagar más que el otro cónyuge.

- ✓ Pagar lo que le corresponde a cada uno. Si tenéis pocas cosas de valor, o ninguna, cada uno puede hacerse cargo de la parte que le corresponde de las deudas. Por ejemplo, puedes aceptar pagar la deuda de la tarjeta de crédito que estaba a nombre de los dos pero que utilizabas sobre todo tú.
- ✓ Saldar las deudas conjuntamente después del divorcio. Procura evitar esta alternativa, ya que te obligará a colaborar y hablar a menudo con tu ex cónyuge.

Lo que dice la ley sobre las deudas

Si estáis pensando qué posibilidades tenéis para saldar las deudas, debéis tener en cuenta que el juez no puede modificar los contratos de préstamo que hayáis suscrito. Cuando hay otras personas implicadas, los poderes del tribunal son muy limitados: un juez no puede obligar a ningún miembro de la pareja a pagar una deuda del otro cónyuge o a responsabilizarse de ella ante un tercero.

Capítulo 12

La pensión compensatoria

En este capítulo

El significado de la pensión compensatoria

Factores que hay que considerar para establecer la pensión compensatoria

Los tribunales ante la pensión compensatoria

Formas de pago de la pensión compensatoria

Modificación de la pensión compensatoria

Causas de extinción de la pensión compensatoria

Tratamiento fiscal de la pensión compensatoria

Aun en el caso de que ambos cónyuges estéis de acuerdo en que es necesario establecer una pensión compensatoria en el acuerdo de divorcio, suelen surgir dudas o discrepancias respecto a la cuantía o la duración.

En este capítulo hallarás información básica sobre la pensión compensatoria y los requisitos para obtenerla en el divorcio, para que puedas tratar este asunto de la forma más objetiva posible y tomar decisiones justas para los dos.

La pensión compensatoria puede establecerse tanto en los procedimientos de separación como en los de divorcio, si bien para que nazca el derecho a tal pensión, resulta necesario que se produzca un desequilibrio entre la situación económica de ambos cónyuges que implique para uno de ellos un empeoramiento respecto a la situación anterior al matrimonio.

Si te encuentras ya separado judicialmente (es decir, que hay una sentencia) y no se acordó nada sobre la pensión compensatoria, no puedes solicitarla en el posterior proceso de divorcio, pues el derecho a percibirla se determina en el momento en el que se produce el cese de la convivencia.

Hay que diferenciar la pensión compensatoria de la pensión de alimentos (que se refiere a todo lo que es indispensable para cubrir las necesidades más básicas de alimentación, vivienda, vestido y asistencia médica). Tampoco es lo mismo que la compensación económica que se concede cuando se separa un matrimonio que tenía separación de bienes y en el que uno de los cónyuges ha trabajado para la casa o para la empresa mucho más que el otro y se compensa esa

dedicación.

Si quieres saber lo que debes hacer para reducir al mínimo los daños que el divorcio puede causarle a vuestra situación económica, consulta los consejos prácticos para gestionar las finanzas del hogar incluidos en el [capítulo 3](#), así como los preparativos económicos con vistas al divorcio que se citan en el [capítulo 7](#).

Qué es la pensión compensatoria y cuándo se paga

La razón de establecer una pensión compensatoria es tratar de reparar el perjuicio económico que al separarse puede sufrir un cónyuge respecto a la situación que tenía durante el matrimonio. Este desequilibrio debe producirse en el momento de la ruptura, es decir, al cesar la convivencia, de modo que si tu situación empeora con posterioridad a ese momento, no tendrás derecho a percibir pensión compensatoria.

Dicha pensión puede ser temporal o indefinida; también puede consistir en un pago único. Que sea de un tipo o de otro se fija en el convenio regulador (consulta el [capítulo 14](#) para saber en qué consiste ese convenio) o en la sentencia que dicta el juez.

Si un cónyuge debe pagársela al otro de forma periódica, la sentencia que lo establezca dirá también la cuantía y cómo irá actualizándose (lo más frecuente es que sea anualmente y con arreglo a la variación del IPC). Si el juez lo cree oportuno, también dirá con qué se garantiza que se pagará. Por otra parte, es posible acordar en cualquier momento la sustitución de la pensión compensatoria por una renta vitalicia, por el usufructo de determinados bienes o por la entrega de bienes o de dinero.

Los tribunales ante la pensión compensatoria

Si bien hace unos años era habitual que las mujeres se dedicaran al hogar y al cuidado de los hijos mientras el esposo trabajaba y aportaba ingresos, con la incorporación paulatina de la mujer al mercado laboral se ha ido equilibrando, en mayor o menor medida, la dedicación de los cónyuges al hogar y a la familia. Ante esa nueva situación, ha ido variando la postura de los tribunales a la hora de establecer la pensión compensatoria.

En las últimas décadas, es menos habitual que se establezca con carácter vitalicio. No obstante, todavía es habitual fijar una pensión compensatoria como efecto derivado del divorcio, sobre todo cuando se trata de matrimonios que tienen mucho dinero o en el caso de cónyuges ya mayores que ponen fin a un

matrimonio de muchos años.

Si uno de los cónyuges no solicita la pensión compensatoria en un procedimiento judicial, el juez no puede establecerla.

Factores considerados por el juez

Las decisiones relacionadas con la pensión se toman siempre en función de cada caso concreto, ya que el Código Civil no fija criterios para determinar la cantidad y la duración. Si los cónyuges no llegan a un acuerdo, el juez decidirá en función de las circunstancias personales y familiares que se hayan probado en el procedimiento judicial. La ley dice qué factores debe contemplar el juez. Son los siguientes:

- ✓ Los acuerdos a que lleguen los cónyuges. Éstos pueden pactar lo que quieran, incluso renunciar a esta pensión; en ese caso, no se puede pedir más adelante.
- ✓ Los medios económicos y las necesidades de uno y otro cónyuge. Para que se conceda una pensión compensatoria hay que acreditar que hay una diferencia sustancial entre las situaciones socioeconómicas de los cónyuges. También hay que justificar las necesidades de uno y otro.
- ✓ La duración que ha tenido el matrimonio.
- ✓ La edad y el estado de salud. Estos aspectos son importantes para decidir cuánto habrá que pagar, pero, sobre todo, durante cuánto tiempo habrá que pagarlo. Si quien va a recibir la pensión tiene una edad avanzada y problemas de salud que le impidan desarrollar una vida normal o acceder al mercado laboral, la pensión compensatoria se establecerá por un plazo más largo o de forma indefinida; y su cuantía será más elevada, claro está.
- ✓ La cualificación profesional y la probabilidad de acceder a un empleo de quien vaya a recibirla. También es importante la edad, ya que es un factor que condiciona si será más o menos fácil acceder a un empleo.
- ✓ La dedicación pasada y futura a la familia. Tanto la fijación de la pensión como su cuantía o duración dependerán de cuánto se haya dedicado cada uno de los cónyuges a las tareas del hogar y al cuidado de los hijos. Si la dedicación ha sido similar es muy probable que no haya pensión compensatoria, a no ser que ambos cónyuges queden en una situación económica muy dispar.
- ✓ La colaboración de un cónyuge mediante su trabajo en las actividades mercantiles, industriales o profesionales del otro cónyuge.
- ✓ La pérdida eventual del derecho a percibir otro tipo de pensión; por

ejemplo, si un cónyuge tenía una pensión de alimentos y la pierde por la razón que sea, el juez puede decidir, para paliar el efecto de esa pérdida, que recibirá una pensión compensatoria.

Forma de pago de la pensión compensatoria

La pensión compensatoria se puede abonar en forma de pensión (es decir en pagos mensuales) o de prestación única (una cantidad de golpe). Además, en cualquier momento se puede sustituir la pensión fijada judicialmente por una renta vitalicia (una cantidad fija periódica a partir de una suma que tu ex deposita en el banco), el usufructo de algún bien o la entrega de un capital (en bienes o en dinero contante y sonante).

La opción de pactar la capitalización de la pensión compensatoria (es decir, pagarla toda de golpe), puede ser interesante para quien tiene que recibirla si le parece probable que su ex cónyuge cumplirá con los pagos mensuales.

Por el contrario, para quien debe pagar probablemente sea muy poco atractiva la idea de pagar de golpe (en eso consiste la capitalización). Si eres tú, recuerda que tu ex puede perder el derecho a la pensión compensatoria si vuelve a casarse o convive maritalmente con otra persona; y también si después de divorciaros las cosas le van tan bien que su situación económica es mejor que la tuya, ya que en ese caso el desequilibrio que dio lugar a la pensión ha desaparecido.

La capitalización de la pensión compensatoria puede ser una herramienta de negociación. Por ejemplo, si quieres que te toque un bien en concreto en el acuerdo de divorcio (como la casa), pero no disponéis de más bienes tu ex cónyuge puede aceptar que te quedes la vivienda a cambio de pagarte pensión compensatoria.

Si ése es tu caso, debes asegurarte de que la suma a tanto alzado (pagada de golpe) o el bien que tu cónyuge te ofrece son adecuados y proporcionados a lo que te correspondería como pensión compensatoria. No des por supuesto que has obtenido una cantidad justa sólo porque te parece mucho dinero, o si tu cónyuge prefiere pagarte una suma de dinero o un bien de entrada sin ofrecer la posibilidad de una pensión periódica. Es conveniente que hables con un abogado especializado en derecho de familia o con un asesor financiero independiente antes de firmar ningún papel.

Analiza las consecuencias de capitalizar la pensión compensatoria y piensa en lo que puedes hacer para atenuar los posibles efectos negativos antes de aceptar el pago de una suma a tanto alzado. Si recibes esa suma de golpe e ingresas toda la

cantidad en tu cuenta bancaria, podrías gastártela en poco tiempo.

Modificación de la pensión compensatoria

Una vez fijada la pensión, se puede modificar si cambian las circunstancias socioeconómicas de uno u otro cónyuge. Dicha modificación puede acordarse o bien de mutuo acuerdo entre los ex cónyuges, o bien negociando a través de los abogados o través de un proceso de mediación. Pero al final siempre hay que acudir al procedimiento judicial de modificación de medidas.

Si el desequilibrio sigue persistiendo pero la situación económica de quien paga la pensión empeora (o mejora la del otro ex cónyuge), es probable que el juez decida que se reduce la pensión, pero no la suprimirá siempre y cuando quien debe pagarla pueda atender a sus necesidades. Si no le alcanza para vivir, es probable que se elimine la pensión.

Causas de extinción de la pensión compensatoria

El Código Civil prevé las causas de extinción de la pensión compensatoria, tanto si se estableció con carácter temporal como si era por tiempo indefinido. Éstas son las causas:

- ✓ Cese de la causa que lo motivó
- ✓ Quien la recibe vuelve a casarse
- ✓ Quien la recibe vive maritalmente con otra persona

El “cese de la causa que lo motivó” significa que desaparece la situación de desequilibrio económico que se requiere para establecer una pensión compensatoria. Por ejemplo, si tú eres quien paga y la causa por la cual se fijó la pensión fue la falta de ingresos de tu cónyuge o que los que percibía eran muy inferiores a los tuyos, en el momento en que éste obtiene unos ingresos que hacen más parejas vuestras situaciones, el desequilibrio en el que quedó tras la ruptura ya no es tal; así que ha desaparecido la causa que dio lugar a la fijación de la pensión compensatoria y, en consecuencia, podrías solicitar su extinción.

Respecto a la segunda de las causas de extinción no hay interpretación posible: si recibes pensión compensatoria y te casas, la pierdes.

Pero si eres quien la paga y tu ex empieza a convivir maritalmente con otra persona, probar que es así suele ser un problema. Aunque todo el mundo lo sepa, es habitual que los miembros de esa pareja no estén empadronados en el mismo domicilio, o eviten recibir correspondencia en la misma vivienda, etc. Así

impiden que se pueda acreditar la causa de extinción. Si quieres conseguir que el juez anule la pensión tendrás que contratar los servicios de un detective para probar esa convivencia.

Debes saber que la pensión compensatoria no se extingue si fallece quien debe pagarla. No obstante, la ley permite que los herederos puedan solicitarle al juez la reducción o la extinción de la pensión compensatoria, si con lo que heredan no pueden afrontar la deuda o si el pago afectara a sus derechos en la legítima (la parte de la herencia que es irrenunciable); siempre tendrán que probarlo, claro.

El tratamiento fiscal de la pensión compensatoria

El Estado considera que recibir una pensión compensatoria es lo mismo que cobrar un sueldo; es decir que hay que ponerla en la declaración de la renta, o dicho de otra manera, deberás pagar. Por lo tanto, la pensión compensatoria, para el cónyuge que la recibe, será un rendimiento del trabajo más, lo que comportará obligaciones fiscales. Por su parte, para el que paga, será una disminución de la renta; es decir, que podrá aplicarse la reducción de la cantidad pagada.

Si recibes la pensión compensatoria

- ✓ Tendrás que consignar la pensión compensatoria en la declaración de la renta a partir del año de dictarse la sentencia, salvo que se reclame judicialmente, en cuyo caso no tendrás que declararla hasta que se resuelva definitivamente.
- ✓ Deberás incluir el importe en la base imponible del impuesto, sumándolo al resto de ingresos. Por otra parte, podrás aplicar las deducciones por rendimientos del trabajo. Ten en cuenta a la hora de negociar la pensión cuánto va a suponerte en impuestos.
- ✓ Si decides cobrar la pensión de una vez, echa cuentas porque todo lo que cobres ese año irá a la declaración de renta, o sea que puede ocurrir que te aumente mucho la base imponible y, por lo tanto, te toque pagar. Si tu matrimonio tiene una antigüedad superior a dos años podrás aplicarte una reducción del 40 % pero, aun así, no suele convenir cobrar la pensión compensatoria de golpe. La factura fiscal suele ser muy elevada.
- ✓ Hay un límite de ingresos hasta el cual no hay que declarar. Si estás negociando cobrar una pensión cercana a esa cantidad y no tienes otros ingresos, te sale más a cuenta quedarte en 11 100 euros porque así no tendrás que pagar nada a Hacienda.
- ✓ No te resultará muy ventajoso cambiar la pensión por un inmueble, ya que

tendrás que pagar en la declaración de la renta como si hubieras cobrado el inmueble de golpe (aunque podrás igualmente aplicar la reducción del 40 % si te corresponde por la duración del matrimonio).

- ✓ Si el pago se efectúa como usufructo de un bien se considera rendimiento del trabajo y se adjudica un valor. (Si tienes 20 años o menos es el 70 % del valor del bien; se va reduciendo a medida que aumenta la edad a razón del 1 % por año hasta el límite del 10 %. La razón es que se entiende que cuanto mayor eres menos tiempo podrás disfrutar de ese bien.) También aquí tienes derecho a reducir el 40 % si el matrimonio tenía más de dos años.
- ✓ Si lo que recibes es una renta vitalicia también se considera un rendimiento (irregular) del trabajo. La cantidad que tienes que declarar es la que tu ex cónyuge deposite en el banco para que tú vayas cobrando la renta vitalicia.

Si pagas la pensión compensatoria

- ✓ Se te reduce la base imponible del impuesto sobre la renta. Puedes aplicar esa reducción a partir de la sentencia, salvo que ésta tenga efectos retroactivos, en cuyo caso puedes aplicarla desde la fecha de la demanda (o la que diga la sentencia).
- ✓ Si en vez de pagar una pensión entregas una cantidad fija, o un inmueble o su usufructo, podrás contarlo como reducción de la base imponible; hasta un límite, ya que no es posible que la base sea negativa y compensarla en años posteriores. Es muy probable que no puedas aprovechar fiscalmente toda la cantidad entregada; en cambio si pagas la pensión en cuotas anuales, podrás reducirte la base de declaración de la renta todos los años que la pagues.
- ✓ Si el pago de la pensión lo sustituyes por la entrega de un inmueble, puede generarte una ganancia patrimonial (que implica pagar). Imagínate que compraste un piso hace cinco años y que ahora lo entregas como pensión compensatoria; pues bien, la diferencia entre lo que te costó al comprarlo y el valor que tiene el piso al entregarlo como pensión es un beneficio que has obtenido y tendrás que declararlo en tu renta.

Para rebajar la carga fiscal por el pago de una pensión compensatoria:

- ✓ La prestación económica tiene que establecerla una sentencia judicial. Vale tanto la fijada por el juez como la acordada por un convenio regulador (está explicado en el [capítulo 14](#)), siempre que lo ratifique el juez. Una pensión acordada por documento notarial no es deducible, ya que se considera una donación al que la recibe (que debe declararla y pagar por ella).

- ✓ Deberás clarificar que el pago se efectúa para compensar el desequilibrio económico producido con motivo de la ruptura o cese de la convivencia y que no es una pensión de alimentos para los hijos.
- ✓ Deberá ser una pensión satisfecha, es decir, que se pueda demostrar el pago (a través de documentos bancarios por ejemplo).
- ✓ Tiene que estar dentro de unos límites. La cantidad que paga alguien como pensión debe estar dentro de su capacidad económica. Si la pensión sobrepasa ese máximo se puede negar su reducción en la base para el que la da y se imputaría como donación para el que la recibe.

Capítulo 13

La pensión de alimentos para los hijos

En este capítulo

Qué es la pensión de alimentos a favor de los hijos
El importe adecuado de la pensión de alimentos
Los gastos extraordinarios de los hijos
La negociación de la pensión de alimentos
Cuando no se cumple con la pensión de alimentos

Ser progenitor significa que tienes la responsabilidad legal y moral de mantener a los hijos que están a tu cargo, proporcionarles un hogar, ropa, alimentos, educación, etc., todo ello en función de tus posibilidades económicas. El divorcio no cambiará estas obligaciones, tanto si los niños viven contigo como si tu ex pareja tiene la guarda.

Este capítulo explica cómo se adjudica el pago de la manutención de los hijos. Te indicaremos también cómo debes negociar el acuerdo relativo a esa pensión y cuándo podría entrar en juego un tribunal. Asimismo, trataremos otros gastos, además de los esenciales, que tendréis que contemplar en el acuerdo de divorcio o que un juez podría obligaros a pagar.

Las obligaciones contempladas en este capítulo tienen validez independientemente de que hayáis decidido divorciaros, separaros, disolver una unión estable de pareja o separaros después de vivir juntos. Quizá se aplique una legislación diferente a cada caso si acudís a los tribunales, en función de la comunidad autónoma en la que viváis, pero los principios son siempre los mismos.

La pensión de alimentos

La *pensión de alimentos a favor de los hijos* es la suma de dinero que un progenitor paga a otro, después de que la pareja se haya separado, para ayudar a cubrir los gastos que conlleva el cuidado de los hijos a su cargo. Tanto la Constitución como el Código Civil expresan esas obligaciones, de las que nada os exime, así que si tenéis hijos una parte muy importante del proceso de divorcio consistirá en determinar cómo compartiréis los gastos de sus cuidados.

La cuantía de la pensión de alimentos a favor de los hijos depende de los ingresos totales (salarios, rentas, intereses...) que tengáis y de las necesidades de los hijos, así que más o menos la pensión se reparte en función de vuestras posibilidades; y decimos más o menos porque no se aplica una regla de tres estricta y precisa.

Al contrario que en otros países europeos, no existe en la legislación española ningún baremo que determine cuál debe ser la cuantía de la pensión de alimentos para los hijos; no existe cantidad mínima ni máxima. La ley dispone que la pensión tiene que ser suficiente para cubrir las necesidades de los hijos. Cada juez puede interpretar de distinta manera cuáles son dichas necesidades. No obstante, en la práctica, salvo excepciones, cuando un progenitor tiene la guarda y custodia exclusiva, la pensión de alimentos que tiene que pagar el progenitor no custodio no suele superar el 35 % de sus ingresos.

Para calcular la cuantía en la que cada progenitor debe contribuir a las necesidades vitales de sus hijos, el juez, partiendo siempre del principio de proporcionalidad (es decir, que hay que encontrar un equilibrio entre lo que pueden pagar los padres y lo que necesitan los hijos) tendrá en consideración los siguientes factores:

- ✓ El número de hijos. Tanto los hijos menores de edad como los mayores tienen derecho a esa pensión. No obstante, en el caso de los hijos mayores de edad, éstos deben carecer de ingresos propios o, si los tienen, tendrán que ser insuficientes para vivir de forma autónoma e independiente.
- ✓ Los ingresos netos y las circunstancias, los gastos imprescindibles y las deudas de ambos progenitores, si las tienen
- ✓ La forma en que queda atribuida la guarda y custodia de los hijos menores y, en su caso, con quién vivirán los hijos mayores de edad que tengan derecho a la pensión
- ✓ La atribución del uso del domicilio familiar, en el caso de que sea propiedad del progenitor no custodio o copropiedad de ambos

Circunstancias especiales



Además de esos factores, si no habéis alcanzado un acuerdo y es el juez quien debe determinar el importe de la pensión de alimentos dará prioridad a las necesidades de los hijos y tomará en consideración otros factores, como puedan ser las necesidades especiales de cada uno de vosotros y de los niños; si

es el caso, por supuesto, también tendrá en cuenta las discapacidades mentales o físicas de los hijos y la forma en que los educabais (o habíais previsto educarlos).

Es excepcional que si tenéis varios hijos, el juez acuerde que unos queden con un progenitor y los demás con el otro. Si eso ocurre, puede no fijar ninguna pensión de alimentos, siempre que los gastos de los hijos que se quedan con cada uno de vosotros sean similares y también sean parejos los ingresos de vosotros dos. En caso de no darse este equilibrio, se fijará una pensión a favor de aquel de los dos que asuma mayores gastos o cuente con menos ingresos para asumirlos.



Si los ingresos de uno de los progenitores (generalmente del obligado al pago) provienen de actividades desarrolladas en economía sumergida o de difícil control, suelen surgir dificultades para probar su existencia. Cuando eso ocurre los abogados intentan recurrir a los “signos externos”, es decir, a presentarle al juez elementos que pongan de manifiesto que los gastos que se asumían durante la convivencia superaban los ingresos oficialmente declarados. Así pues, ten en cuenta que las declaraciones de renta no serán el único medio de prueba que se valorará para determinar la capacidad económica de cada uno de los progenitores y no será tan fácil engañar al juez.

Cuando la guarda y custodia es exclusiva

Cuando un cónyuge se encarga en exclusiva del cuidado de los hijos (el *progenitor custodio*) se considera que ya cumple con una parte de su obligación de pagar una manutención al ocuparse de ellos. Por eso el otro (el *progenitor no custodio*) está obligado a pagar una cantidad mensual por el concepto de pensión de alimentos para los hijos. Tiene que ingresarla dentro de los cinco primeros días de cada mes en la cuenta que diga el progenitor custodio. Esta pensión de alimentos se actualiza anualmente en función del índice de precios al consumo (IPC).

Si la vivienda es de los dos y se adjudica el uso al que tiene la custodia, se considera que eso ya es una parte de la pensión de alimentos, así que se reducirá el importe en metálico.

Cuando la guarda y custodia es compartida

Debes saber que la guarda y custodia compartida no requiere repartir al 50 % los

días que los hijos vivirán con cada uno de vosotros. Eso hay que tenerlo en cuenta al repartir los gastos; es decir, cada uno pagará en proporción al tiempo que tenga los hijos (además de a sus ingresos y gastos necesarios).

Por otra parte, el hecho de que tengáis atribuida la guarda y custodia de los hijos en forma compartida no implica necesariamente que los gastos de los hijos debáis compartirlos a medias. Es el caso que se da si uno de vosotros no tiene ingresos o, si los tiene, resultan insuficientes para atender las necesidades. En estas circunstancias el progenitor que tiene ingresos deberá abonar una cantidad mensual como pensión de alimentos; no obstante, como cuando tiene los hijos ya corre con gastos de manutención, la cantidad que deba pagar siempre será más baja que si la custodia fuera exclusiva del otro.

Las formas de atender los gastos de los hijos en caso de guarda y custodia compartida pueden ser múltiples. Por ejemplo:

- ✓ Si vuestros ingresos son similares, cada uno ingresa una cantidad mensual en la cuenta en la que se han domiciliado los gastos; con ese dinero, cada uno paga los gastos de los hijos cuando los tengáis con vosotros.
- ✓ Si los ingresos son distintos y el gasto de colegio es importante, es frecuente que uno se haga cargo directamente de pagarlo y cada uno corra con los otros gastos básicos (alimentos, higiene, ropa etc.) cuando tenga los hijos consigo.

El importe de la pensión de alimentos de los hijos

El factor principal para determinar el importe de la pensión es cuánto necesitan los hijos. El cálculo de esas necesidades y su plasmación en una cantidad en metálico requiere, por lo tanto, concentración y reflexión.

Cálculo de los gastos de los hijos

Para calcular los gastos ordinarios de los hijos debemos analizar los siguientes conceptos:

- ✓ Gastos de educación
- ✓ Gastos derivados de la necesidad de vivienda
- ✓ Gastos de alimentación, higiene, vestido y calzado
- ✓ Gastos sanitarios
- ✓ Gastos como ocio y transporte, entre otros

Gastos de educación

En el caso de que vuestros hijos vayan a un colegio concertado o privado, tenéis que prever no sólo la cuota mensual, sino también otros gastos, como son la media pensión, salidas culturales o excursiones que se realizan habitualmente y, en su caso, uniformes y libros.

Debéis tener en cuenta que habitualmente la cuota de escolaridad y media pensión se paga durante diez meses, de modo que si, por ejemplo, el recibo mensual asciende a 300 euros, hay que multiplicar esa cantidad por 10 y el resultado dividirlo por 12; así sabréis que coste hay que contar para establecer una pensión mensual.



Si bien la ley no dice nada, muchos tribunales entienden que los libros y el material escolar son gastos ordinarios, o sea, periódicos y previsibles, así que los incluyen en la pensión. Lo cierto es que esos gastos suelen ser muy altos y cambian en función del curso que hagan los niños; por eso es aconsejable que os pongáis de acuerdo en considerarlos extraordinarios. (Lee más adelante en este capítulo el apartado “Los gastos extraordinarios”).

Gastos derivados de la necesidad habitacional de los hijos

Ese concepto de nombre tan largo consiste en los gastos que los hijos producen en casa en el día a día. Tened en cuenta que consumen gran parte de las facturas de luz, agua, gas, teléfono, calefacción, etc., y, que tras el divorcio, seguirán generando un gasto que hay que contar para llegar a la suma total de sus necesidades.

Recordad que alguno de esos servicios no se paga cada mes, así que hay que hacer un cálculo repartido por meses (prorrateado) del total del año para luego repartirlo en mensualidades. Una manera sencilla de hacerlo es sumar los cargos que figuren en la cuenta bancaria por esos conceptos durante el último año completo y dividir la suma por 12. Después, para saber qué parte de esa cantidad corresponde a los hijos se divide por el número de personas que viven en el domicilio. Eso da el coste mensual por persona; entonces, al multiplicarlo por el número de hijos, se obtiene la parte de gastos que hay que contar en la pensión de alimentos cada mes.

Gastos de alimentación, higiene, vestido y calzado

Quizá nunca calculasteis cuánto se gastaba por esos conceptos mientras estabais casados. Se trata de gastos difíciles de probar; por otra parte son muy distintos según el nivel económico familiar. Como orientación se puede usar la

información que elabora el Gobierno a través de los paneles de consumo alimentario. Por ejemplo, esa fuente estima que en el año 2009 el consumo medio en el hogar de una persona en alimentos y bebidas fue de 1419 euros; así que la media mensual fue de 118,3 euros. No obstante, eso es una media y está claro que en algunas familias se gasta bastante menos y en otras mucho más de esa cantidad. Tendréis que calcular por dónde andáis vosotros.

Repartirse los gastos extraordinarios de los hijos

La pensión de alimentos es una suma de dinero periódica y mensual que se considera suficiente para atender de forma satisfactoria las necesidades de un hijo. Sin embargo, esa cantidad puede no cubrir los extras, por ejemplo, unas clases de refuerzo, lecciones de música o de otra materia, o cursos durante las vacaciones.

Si habéis alcanzado un acuerdo sobre la pensión de alimentos, es conveniente que determinéis de qué gastos especiales os encargaréis y cómo dividiréis los desembolsos de dinero que, en vuestra opinión, se merecen vuestros hijos. Una buena idea es decidir primero cómo contribuirá cada uno a las actividades que no son estrictamente necesarias. Una forma sencilla de hacer el reparto es que cada uno se haga cargo de un porcentaje proporcional a los ingresos.

Imagínate la siguiente situación: al año los gastos adicionales ascienden a 5000 euros, tú ganas 40 000 euros al año y tu ex cónyuge gana 45 000 euros (lo que hace un total de 85 000 euros al año). En ese caso, tus ingresos suponen el 47 % del total y los de tu cónyuge, el 53 %. Si aplicas estos porcentajes a los gastos adicionales que queréis cubrir (5000 euros), tú deberás contribuir con 2350 euros al año y tu cónyuge, con 2650 euros. Dado el enorme esfuerzo económico que supone mantener dos hogares, quizá os deis cuenta de que no estáis siendo realistas, ya que no disponéis de dinero suficiente para seguir garantizando todos los extras a los que están acostumbrados vuestros hijos o que queréis ofrecerles, a menos que hagáis algún que otro recorte en vuestros presupuestos tras el divorcio.

Gastos sanitarios

Si vuestros hijos son beneficiarios de una mutua médica privada, deberéis computar el coste que mensualmente supone la cuota que abonáis. Si algún servicio médico que precisen no está cubierto por la mutua médica privada, el gasto que suponga se cuenta como gastos extraordinarios (lee más adelante en este capítulo el apartado “Los gastos extraordinarios”).

Otros gastos

Cuando tengáis que calcular los gastos de vuestros hijos, deberéis tener en cuenta que hay cosas que no suelen sumarse en el presupuesto familiar pero que van representando gastos más o menos extraordinarios, pero bastante habituales: los desplazamientos al colegio, la paga semanal o lo que piden para ir el fin de semana con sus amigos, la entrada del cine, el regalito que llevan a la fiesta de cumpleaños de un compañero de la clase, un concierto de su grupo preferido o

un libro que les apetezca leer, entre otros muchos. Se trata de gastos que varían en función del nivel socioeconómico de la familia y de sus costumbres sociales y de ocio. Es importante tenerlos en cuenta, pues hay que intentar que al fijar los gastos de los hijos se ajusten al máximo a la realidad.

A repartir los gastos



Una vez estimadas todas las partidas, sumadas y recalculadas, tenéis que ver a cuánto suben vuestros ingresos (siempre serán poco, seguro) y los gastos que afrontáis (siempre muchos, sin duda) para mirar por vuestras propias necesidades básicas (vivienda, comida, desplazamientos, un libro y un disco, salir de vez en cuando, unos zapatos nuevos...).

Hechas las sumas y restas pertinentes, ya sólo tenéis que aplicar reglas de tres o porcentajes para determinar la contribución que le corresponde a cada uno de vosotros en función de sus posibilidades para cubrir los gastos de vuestros hijos; y, en su caso, cuál debe ser el importe de la pensión de alimentos que deberá ingresar uno de vosotros al otro cónyuge.

Prestaciones del Estado

Prestación por hijo a cargo

Si tienes un hijo afectado de minusvalía y le corresponde una prestación, en caso de separación, nulidad o divorcio, el beneficiario será quien lo tenga a su cargo, aunque no sea la persona que tenía reconocida esa prestación antes de divorciaros; para eso, los ingresos del beneficiario no pueden superar los límites establecidos.

No obstante, si ambos progenitores (o adoptantes o acogedores) cumplís las condiciones para ser beneficiarios, la prestación se reconocerá a uno solo de vosotros, el que decidáis de común acuerdo; y si no os ponéis de acuerdo, como siempre, el juez decidirá; y decidirá que sea para el que tenga la custodia.

Y si tenéis la custodia compartida, ambos seréis beneficiarios (si lo pedís) en proporción al tiempo que os toque tener el hijo afectado.

Asistencia sanitaria de la Seguridad Social

La separación, nulidad o divorcio no anulan el derecho a la asistencia sanitaria de la Seguridad Social de la que eran beneficiarios los hijos y el ex cónyuge.

Recuerda que para obtener la prestación de asistencia sanitaria para ti y los hijos que convivan contigo, deberás solicitarla en la Dirección Provincial de la Seguridad Social de la provincia en que esté dado de alta el titular.

Pero si tú eras beneficiario por tu cónyuge únicamente mantendrás ese derecho si en la sentencia se establece una pensión compensatoria a tu favor. (Todo lo referente a la pensión compensatoria está en el [capítulo 12](#)).

Los gastos extraordinarios



Cuando se produce una separación, divorcio o nulidad, además de los gastos ordinarios de los hijos, tienen que contemplarse los llamados *gastos extraordinarios de los hijos*. Son aquellos que no se producen periódicamente y que, por lo tanto, no se incluyen en la pensión de alimentos para los hijos, pues se ignora si se producirán o no (pero no dudes de que algunos habrá).

La ley no dice qué características o requisitos han de tener los gastos de los hijos para ser considerados como extraordinarios y ha sido la jurisprudencia la que ha ido perfilando las condiciones. Deben ser necesarios, imprevisibles y acordes al nivel socioeconómico de los progenitores.

Entre los más habituales están:

- ✓ Gastos médicos no cubiertos por la Seguridad Social o la mutua privada; por ejemplo, la ortodoncia o las gafas
- ✓ Gastos de profesores de apoyo escolar
- ✓ Viajes escolares que se realizan con carácter puntual, como el viaje de fin de bachillerato o de fin de la ESO



A falta de acuerdo, el juez decidirá cómo se afrontarán esos gastos extraordinarios. Habitualmente suele establecer que los paguéis a partes iguales. No obstante, puede acordarse que uno pague más que el otro si el desequilibrio entre vuestras respectivas capacidades económicas es importante.

Si tienes la custodia y si vas a hacer frente a un gasto de tus hijos que consideras extraordinario con la intención de luego exigírselo al otro progenitor, ten presente

que salvo en el caso de los gastos médicos urgentes, para poder reclamar el reembolso es necesario que te haya dado su consentimiento antes de que se produjera el gasto. En caso de discrepancia el juez decidirá en primer lugar si el gasto tiene o no la naturaleza de extraordinario; y, en segundo lugar, si su coste se ajusta o no a las circunstancias socioeconómicas familiares.

La negociación de la pensión de alimentos

Al igual que sucede con los demás acuerdos, podéis negociar vosotros mismos la pensión de alimentos para los hijos. Obviamente, ese procedimiento tiene grandes ventajas. Por si necesitas recordar algunas, aquí van:

- ✓ Por lo general, las madres se convierten en las defensoras de los intereses económicos de los hijos cuando el caso llega a los tribunales. Sin embargo, tanto si es cierto como si no, los cónyuges a veces tienen la impresión de que las madres están defendiendo sus propios intereses, y no los de los hijos y que la pensión que reclaman es para ellas y no para éstos. Por esa razón, el proceso de negociación os animará a asumir el mismo grado de responsabilidad para decidir cómo cubriréis las necesidades económicas de los hijos.
- ✓ El hecho de negociar juntos os hará daros cuenta de que, aunque vuestra relación conyugal está cambiando, seguís manteniendo una relación como padres y sois responsables legales del bienestar de vuestros hijos.
- ✓ Gracias a esta colaboración será más probable que, una vez divorciados, el progenitor responsable del pago de la manutención cumpla con su obligación.
- ✓ Reduciréis el trabajo del abogado; es decir que ahorraréis dinero.

Una vez que hayáis alcanzado un acuerdo es imprescindible acudir a un abogado especializado en derecho de familia para que le dé forma jurídica (entre otras cosas, se ocupará de evitar que queden flecos sueltos que podrían ocasionaros conflictos más adelante). En ese documento hay que especificar con todo detalle la forma de pago, la frecuencia, el importe de cada pago y la fecha en que debe abonarse, así como el modo en que se actualizará esa pensión (aunque lo más habitual es que se incremente cada año lo mismo que sube el índice de precios al consumo).

Vuestros acuerdos los pondréis en el convenio regulador (en el [capítulo 14](#) puedes leer todo sobre este convenio); pero recordad que para que lo apruebe el juez (para que sea válido es necesario que lo haga) debe cumplir una serie de requisitos legales y no contener ningún pacto contrario a las leyes.

Relación entre la pensión de alimentos y el contacto con los hijos

La pensión de alimentos a favor de los hijos y el régimen de visitas, comunicaciones y estancias son independientes. Eso significa que aunque no se pague la pensión de alimentos no es posible privar de la relación paternofilial a un progenitor (ni menos al hijo, claro). Igualmente, que el progenitor no custodio no cumpla el régimen de visitas y no acuda a recoger a sus hijos cuando le toque estar con ellos no le da derecho a dejar de abonar la pensión de alimentos que tenga fijada.

No obstante, el incumplimiento reiterado del pago de las **pensiones de alimentos** puede acarrear la limitación en las visitas para el incumplidor; además puede ser una causa para privarlo de la patria potestad.

Modificar el acuerdo a medida que vuestra vida cambie



Las condiciones que se hayan adoptado (bien de mutuo acuerdo o bien mediante una sentencia judicial) se pueden modificar si cambian sustancialmente las circunstancias que se daban cuando se adoptó el acuerdo.

Si tú y tu ex pareja estáis conformes en modificar el acuerdo, será necesario reflejar los cambios en un nuevo convenio regulador (lee el [capítulo 14](#) para saber más sobre él) y presentarlo en el juzgado (junto con un documento que es la demanda de modificación de medidas definitivas de mutuo acuerdo). Será necesaria la intervención de un abogado y un procurador, si bien el coste será muy inferior a lo que os costaría solicitar el cambio por la vía contenciosa (o sea, sin que estéis de acuerdo).

Si no llegáis a un acuerdo, cualquiera de los cónyuges puede pedir la modificación a través de un proceso contencioso que sigue los mismos trámites que un proceso de separación o divorcio. Son esos casos, por ejemplo, en que uno cree que debe pagar menos porque su ex ahora gana más o porque los hijos gastan menos de lo que le dicen. Pero como si vais a juicio es que no está tan claro, para que haya una modificación, el juez exigirá los siguientes requisitos:

- ✓ Que se trate de un cambio objetivo en la situación que se daba cuando se establecieron las medidas que ahora queréis modificar
- ✓ Que el cambio en vuestras condiciones socioeconómicas sea esencial, y no por circunstancias accidentales o accesorias
- ✓ Que se trate de un cambio perdurable y no meramente coyuntural

■ ✓ Que se trate de un cambio imprevisible

Ya con las nuevas condiciones de la pensión de alimentos para los hijos, nada impide modificarlas de nuevo si, pasado un tiempo, se producen nuevos cambios sustanciales en vuestras vidas; no hay más que volver a seguir el procedimiento.

Y si no paga la manutención

No tienes manera de saber lo que sucederá en el futuro, y la verdad es que recuperar la “soltería” puede hacer cambiar las prioridades de quien antes era un progenitor entregado. Por consiguiente, tu ex cónyuge podría dejar de tomarse tan en serio su obligación de pagar la manutención, o incluso dejar de pagarla como venganza si las cosas no van bien entre vosotros. El grado de compromiso de tu ex con el pago de la manutención también puede verse afectado por el fracaso de su negocio, su nuevo matrimonio, el nacimiento de otro hijo, que se lo coman las deudas o que se aficione al juego o a las drogas.

Por mandato judicial

Si negociáis el acuerdo de manutención, lo mejor es someterlo a la aprobación de los tribunales para que emitan una sentencia. Es muy importante tomar esta precaución, incluso si crees que tu ex cónyuge es digno de confianza y que cumplirá las condiciones del acuerdo. El convenio regulador (explicado en el [capítulo 14](#)) no sometido a aprobación judicial no puede ejecutarse de inmediato; eso significa que si tu ex no cumple lo que acordasteis entre vosotros, no tendrás más remedio que interponer una demanda de separación o divorcio y esperar a que se dicte una resolución judicial.

Recurrir a la deducción automática del salario

Si tu ex cónyuge deja de realizar los pagos periódicos establecidos en una resolución judicial, ponte en contacto con el abogado para que solicite la ejecución de esa resolución judicial y el embargo del salario u otros bienes de tu ex, en cantidad suficiente para cubrir no sólo la deuda, sino también los intereses y las costas que te ocasione el procedimiento de reclamación. Este trámite suele ser muy rápido. En el momento en que el juez acuerde el embargo, remitirá una orden al empresario para el que trabaje tu ex; esa orden lo obliga a retenerle la cantidad que debe pagarte y a ingresarla en una cuenta que controla el juzgado (o en la tuya); si quien le paga el sueldo a tu ex no lo hace, estará infringiendo el mandato y podrá ser penado por la ley.

La retención de ingresos es la mejor manera de asegurarte que conseguirás la

manutención cuando tu ex no cumple, pero hay algunos casos en los que no puedes esperar que te solucione las cosas:

- ✓ El juez sólo optará por esa vía si el incumplimiento en el pago es reiterado, así que no te precipites a solicitarlo al día siguiente de la primera vez que no pague.
- ✓ Si tu ex cónyuge tiene un trabajo estable, el procedimiento es fácil. Sin embargo, no es tan eficaz si cambia de trabajo a menudo, ya que necesitarás saber para qué empresa trabaja (vas a requerir la experiencia de un abogado para saber qué hacer).
- ✓ En el caso de que tu ex sea autónomo, no es posible retenerle ingresos para recuperar los pagos que te debe. En ese caso, sí que puedes recuperarlos si el juez dictamina que se le embarguen, por ejemplo, los saldos que tenga en cuentas bancarias y, en última instancia, algún bien inmueble que posea.

Hasta cuándo tiene que abonarse la pensión de alimentos

La pensión de alimentos a favor de los hijos debe satisfacerse mientras sean menores de edad. No obstante, si llegada la mayoría de edad no tienen medios que les permitan atender sus necesidades por causa que no les sea imputable (es decir, no porque no quieran hacer nada) la pensión de alimentos y sus condiciones de pago seguirán vigentes.

No obstante, hay algunas diferencias en la obligación de pagar la pensión de alimentos para los hijos mayores de edad:

- ✓ No se trata de una obligación incondicional
- ✓ Debe acreditarse la necesidad de los alimentos
- ✓ Su contenido es más limitado y cabe la posibilidad de anularla
- ✓ La ley permite que se opte por mantener a los hijos mayores de edad en la casa del progenitor que tiene que pagar la pensión (en la práctica no suele aceptarse por la conflictividad que puede generar).

A veces ocurre que los hijos prolonguen excesivamente sus estudios por no ser muy aplicados. También suele pasar que una vez finalizados no encuentren un trabajo que se adecue a los estudios cursados, o bien, que mantengan una actitud de pasividad laboral. Si pagas pensión de alimentos de un hijo mayor de edad y te consta que ni estudia ni trabaja porque no quiere, puedes solicitar que se anule tu obligación de pagar esa pensión. Por el contrario, aunque tu hijo haya accedido al mercado laboral, no debes precipitarte y conviene que esperes a que tenga una cierta estabilidad laboral para dejar de hacerte cargo de su

manutención.

Contratar un seguro de vida con los hijos como beneficiarios

Si falleces cuando tus hijos todavía dependen económicamente de ti, el seguro de vida ofrecerá asistencia para su cuidado (es interesante que le proporciones todos los años a tu ex cónyuge una prueba de que la póliza sigue vigente). Si compartís los gastos del cuidado de los hijos, es recomendable que ambos contratéis una póliza de seguro de vida. Debéis saber que el juez no se pronunciará al respecto.



Si no confías en que tu ex cónyuge gestionará de forma responsable el dinero que les correspondería a tus hijos a tu fallecimiento, en el testamento deberías nombrar a un administrador patrimonial, es decir, un adulto que se ocupe de gestionar la indemnización de la que sean beneficiarios tus hijos, así como el patrimonio que perciban de tu herencia en caso de que sean menores de edad al recibirla. Puedes nombrar a cualquier adulto que consideres oportuno, y no tiene por qué ser un familiar.

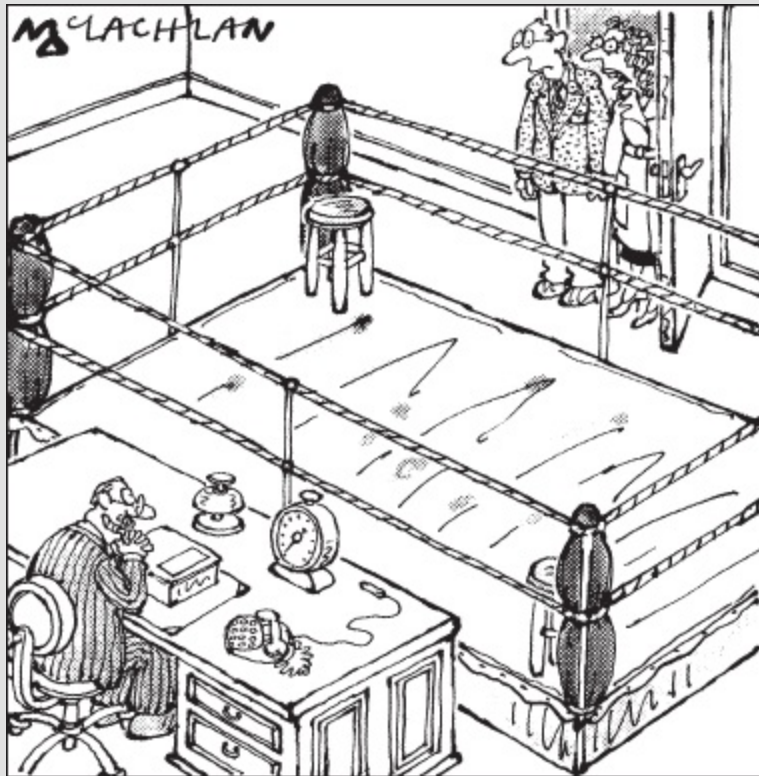
Contratar un seguro de invalidez



Los seguros de invalidez o enfermedad grave proporcionan al progenitor que trabaja un porcentaje de sus ingresos en caso de que no pueda trabajar como consecuencia de una enfermedad o una lesión. Algunos de los progenitores que pagan la manutención de los hijos contratan ese tipo de seguros, sobre todo si trabajan por cuenta propia, es decir, si son autónomos o propietarios exclusivos de un negocio, y también cuando participan en una sociedad colectiva o en una pequeña sociedad limitada.

Parte IV

Los términos del acuerdo de divorcio



—PEPE, ¿SEGURO QUE ES UN MEDIADOR DE VERDAD?

En esta parte...

Si tanto tú como tu cónyuge vais a negociar vuestro divorcio de forma amistosa y en la medida de lo posible, juntos, esta parte del libro te será de gran utilidad. Facilita un marco para negociar y explica cómo pueden ayudaros los mediadores o los abogados, además de saber cómo podéis obtener asistencia jurídica gratuita. Por otro lado verás algunas pautas para centrarte en las necesidades de tus hijos y en tu propio futuro.

Para que tanto tu cónyuge como tú evitéis los gastos y el mal trago de un juicio por divorcio, podéis pensar en usar la mediación; verás las ventajas de hacerlo. Asimismo, hallarás consejos para encontrar el abogado que más te convenga; quizá uno que ofrezca un acuerdo extrajudicial. También te será útil aprender a llegar a establecer y financiar una relación de cooperación con tu abogado.

Si finalmente no alcanzas un acuerdo amistoso de divorcio, en el último capítulo encontrarás algunas pinceladas de un proceso judicial por divorcio. Llegados a ese punto, las grandes decisiones se dejan en manos del juez.

Capítulo 14

Negociar por tu cuenta

En este capítulo

El comportamiento adecuado
La planificación de una estrategia de negociación
Lugar y hora de las sesiones de negociación
El tipo de información y la ayuda externa necesaria
La negociación de la tutela y la manutención de los hijos, y la pensión de alimentos del cónyuge
Los acuerdos de división de bienes comunes
El convenio regulador

Negociar tu propio acuerdo de divorcio (o al menos una parte) puede ahorrarte mucho dinero en abogados y en costas judiciales. Pero eso requiere trabajar en colaboración con tu futuro ex cónyuge, lo que puede ser todo un reto. Ambos tenéis que estar muy seguros de que os lleváis lo suficientemente bien como para intentarlo. No hay un mediador en la sala para que las reuniones sean civilizadas y productivas ni tampoco hay un abogado que negocie por ti.

No te decimos *qué* hacer (es cosa tuya), pero sí te preparamos para adoptar las decisiones adecuadas. Verás cómo planificar y organizar las sesiones de negociación y dispondrás de algunas pautas básicas de negociación. En este capítulo también hallarás los elementos clave que tanto tú como tu cónyuge tendréis que resolver antes de hacer efectivo vuestro divorcio y los aspectos esenciales de la elaboración de un convenio regulador.

En primer lugar, prudencia

No olvides que estás diseñando un plan de acción en una situación ideal. Es posible que no te apetezca hacer todo lo que recomendamos; es perfectamente comprensible. Haz lo que puedas, con todo y con eso seguirás ahorrando tiempo y dinero.



No todas las parejas pueden negociar por su cuenta; para algunas puede ser francamente conflictivo. Cuando negocias por tu cuenta tienes menos protección que si lo haces en una mediación o si lo hace un abogado en tu nombre. Puede que acabes teniendo una serie de problemas: un acuerdo de divorcio que te concede menos de lo que te corresponde, un régimen de guarda y custodia o de visitas perjudicial para tus hijos o un acuerdo totalmente inaplicable.



Además, si acabáis en juicio, lo que os hayáis dicho durante las negociaciones podéis usarlo uno en contra del otro, así que cúbrete las espaldas y no pases ninguna propuesta por escrito.

El comportamiento adecuado

Que la negociación sea un éxito requiere un gran esfuerzo por parte de ambos, una gran implicación en el proceso de negociación y estar dispuestos a actuar como adultos. Si ya es algo difícil para las parejas felizmente casadas, ni que decir tiene para aquellos que se están separando. Vais a tener que sentaros frente a frente, hablar con sinceridad, buscar soluciones a los problemas de forma racional y estar dispuestos a ceder. Durante las negociaciones, trataos de forma educada y sed justos. Si no lo hacéis así, probablemente la negociación será más dura de llevar y el recuerdo de por qué os divorciáis aflorará constantemente.

Negociar tu propio divorcio significa que ambos tenéis que:

- ✓ Dejar que rijan la razón y no las emociones.
- ✓ Escuchar al otro sin interrumpir. Es difícil esperar para dar tu opinión, sobre todo si no te gusta lo que estás oyendo.
- ✓ No responder mientras el otro esté hablando. Tranquilidad. Si te molesta algo de lo que dice o hace durante la negociación, muérdete la lengua. No contestes en caliente.
- ✓ Dejar que el otro dé su opinión y respetar lo que dice. Ridiculizar su discurso hará que se ponga a la defensiva y que cierre el grifo de la comunicación.
- ✓ Hay que estar abierto al compromiso. Ninguno de los dos obtendrá del

divorcio todo lo deseado, por lo que hay que prepararse para hacer algunas concesiones.

- ✓ Evitar intimidar o amenazar para conseguir lo que uno quiere (es posible que te salga el tiro por la culata si lo haces).
- ✓ Sinceridad y educación.

Permaneced sentados cuando negociéis. Si estás de pie o andando cuando te habla tu cónyuge escucharás peor lo que te dice y tendrás las emociones a flor de piel.

Empieza con buen pie: asuntos previos

Ambos queréis terminar las negociaciones lo antes posible. Sin embargo, pararse y preparar la negociación marcará la diferencia entre progreso y frustración. Antes de empezar las negociaciones formales, conviene que hayáis decidido:

- ✓ Cuándo y dónde negociar.
- ✓ Qué cuestiones se tratarán en cada sesión de negociación. A menos que sea un divorcio sencillo (pocos bienes, sin hijos a cargo y sin pensión compensatoria), se necesitará más de una sesión para negociarlo. Por ejemplo, de vez en cuando habrá que esperar a que llegue información de diversos organismos, empresas, bancos, etc.
- ✓ Cómo vais a estructurar las sesiones de negociación.
- ✓ Qué información y documentos se necesitan y qué sistema se utilizará para ir dejando constancia de los progresos realizados.

Siempre cabe la posibilidad de llegar a un callejón sin salida, por mucho que te esfuerces en alcanzar un acuerdo, por lo que debes decidir con antelación qué hacer si te encuentras en un punto muerto; quizá la solución esté en la mediación o en que un abogado lleve la negociación. También debes pensar con antelación dónde informarte si surge alguna duda de carácter jurídico o económico que no entiendes.

Si firmasteis capitulaciones matrimoniales seguramente habrá menos cosas que negociar después (para saber cómo funcionan estos acuerdos consulta el [capítulo 21](#)).

El método de negociación

No hay una forma concreta de negociar. Un método útil para una pareja a lo mejor no sirve con la tuya. Sin embargo, antes de sentarse a negociar debéis

alcanzar un acuerdo general sobre cómo se van a estructurar las sesiones de negociación para que sean lo más eficaces posible. A continuación se describe un plan de acción que puede funcionar:

- 1. Compartid objetivos y tratad todos los puntos que os preocupen antes de abordar temas más importantes, como la guarda y custodia de los hijos, la pensión de alimentos para éstos, la pensión compensatoria o en su caso la compensación económica o el reparto de bienes.**

Sed realistas al hablar de vuestras necesidades y las de los hijos. Identificad los puntos de acuerdo y desacuerdo, y dónde radican los intereses comunes.

- 2. Elaborad juntos una lista de soluciones, pero ten en cuenta tus objetivos y prioridades personales, así como las áreas de acuerdo y desacuerdo.**

Sed imaginativos a la hora de pensar opciones y no censuréis ni juzguéis de antemano ninguna idea. Una idea aparentemente tonta puede inspirar una nueva, más práctica y que funcione para ambos. Puedes hacer una lista de opciones por tu cuenta y luego intercambiarla con la de tu pareja.

- 3. Eliminad las ideas que no os gusten o que parezcan poco realistas.**

- 4. Utilizad todos los recursos a vuestro alcance para desarrollar propuestas con el objetivo de resolver cualquier problema que surja durante la negociación.** Cada uno puede aportar su solución, exponérsela al otro y responder con contrapropuestas. Cada vez que coincidáis en un tema en concreto, más cerca estaréis del acuerdo de divorcio. Sin embargo, una decisión en un punto puede repercutir en otro, así que no des por acabada la negociación hasta que no esté todo bien atado.

Respira antes de que estalle la tormenta

A veces es difícil mantener la calma por mucho que lo intentes. Las viejas heridas y la inseguridad pueden resurgir durante las negociaciones, sobre todo si tu pareja tiene la asombrosa capacidad de meter el dedo en la llaga y herir tus sentimientos deliberadamente, o no. En lugar de dejar que las emociones saquen lo peor de ti o hagan derrapar las negociaciones, intenta lo siguiente:

- ✓ Haz descansos, date una vuelta por el barrio, come algo, escucha música tranquila o lee una revista. A continuación, vuelve a la negociación.
- ✓ Si necesitas algo más de tiempo de descanso, coméntale a tu cónyuge que no puedes seguir negociando y fijad otro momento para seguir.
- ✓ Reconoce que necesitas ayuda de terceros.

No precipites las negociaciones. Tómate todo el tiempo del mundo, estás decidiendo aspectos muy importantes que afectarán a tu vida y a las de tus hijos en los próximos años.

Tu proceso de negociación no tiene que ser tan formal como el que acabamos de describir. Debéis encontrar un método en el que ambos os sintáis cómodos y que facilite una solución justa para cada problema.

El entorno adecuado

Busca un lugar para las negociaciones que sea tranquilo y cómodo (sin pasarse) y en el que haya pocas distracciones. Eso descarta automáticamente negociar frente a una tele o en casa cuando los niños están alrededor. Esperad a que se hayan ido a dormir, o mejor aún, negociad fuera de casa, en un lugar neutral: en un rincón de la biblioteca más cercana o en un parque, por ejemplo.



Cuando se negocia en un lugar público uno tiende a comportarse mejor, lo que implica que habrá menos posibilidades de gritarse, romper a llorar o tener arranques de mal genio.

Los horarios convenientes

La negociación del acuerdo de divorcio seguramente requiera varias sesiones, depende de lo que haya que resolver y la rapidez en alcanzar el consenso. Así pues, fija con antelación las sesiones y márcalas como una prioridad absoluta. Tienen que ser tan importantes como las reuniones de trabajo, acudir a la consulta del médico, las reuniones de padres en la escuela o los cumpleaños de tus hijos.



Fija una hora para empezar y terminar cada sesión. En general, no deben durar más de dos horas. Si se alargan pueden llegar a ser infructuosas, como cualquier reunión larga.

No eludas una sesión fijada de antemano sin una buena razón (jugar al golf, cenar con los amigos o no tener ganas no son razones de peso). Pero pueden ocurrir cosas inesperadas y que justifiquen la ausencia; en tal caso, trata de avisar con suficiente antelación.

El orden del día

Llevad un programa por escrito para las sesiones de negociación o determinad con antelación quién las prepara. Podéis hacerlo por turnos o acordar quién lo hará. En cualquier caso, aseguraos de tener una copia del programa con bastante antelación a la próxima sesión de negociación. Abordad los principales asuntos del divorcio en este orden:

- ✓ Guarda y custodia, régimen de visitas o estancias y pensión de alimentos para los hijos. Si tenéis hijos, su bienestar es vuestro principal cometido durante el proceso de divorcio. En el [capítulo 10](#) hay consejos sobre cómo decidir quién se encarga de los hijos.
- ✓ Pensión compensatoria. Si se diera el caso, tenéis que decidir si uno de los dos debe pagar una pensión compensatoria. El [capítulo 12](#) te permitirá saber en qué consiste esa pensión y cuándo proceder a pagarla o recibirla.
- ✓ División de bienes. No olvidéis hablar del reparto de las deudas que podáis tener pendientes.

Haz que la negociación sea lo menos dolorosa posible

Evidentemente, negociar una ruptura matrimonial no es muy divertido. Algunas sugerencias para facilitar las cosas son:

- ✓ Empezad a negociar cosas fáciles, algo en lo que seguramente estéis de acuerdo. Un primer éxito permite instaurar la confianza y dar el impulso necesario para seguir avanzando.
- ✓ Recuerda los objetivos: acuerdos firmes y en común para los hijos, menos gastos de divorcio, acuerdo satisfactorio para ambas partes y el compromiso mutuo de hacer que el acuerdo se cumpla tras oficializar el divorcio.
- ✓ Evita pasarte de exigente o posicionarte para obtener el control.
- ✓ Cuando tu cónyuge haga una confesión que te beneficie, agrádescelo, (sí, itrágate el orgullo y hazlo!). Así propicias que haga más concesiones y acepte más compromisos. Pero no te olvides que para mantener dichos compromisos y concesiones tú tam-bién tienes que ceder.
- ✓ Asegúrate de que tu cónyuge no confunde tu disposición a ceder en algunos puntos con el deseo de volver juntos, a menos que sea eso lo que quieres.
- ✓ Trata de no tomar decisiones "en ca-liente" o cuando te sientas deprimido o culpable por tu divorcio. Es más probable que en ese caso tomes decisiones que lamentarás más adelante.

Utilizar un programa por escrito puede parecer innecesario, pero prepararlo significa que:

- ✓ Sabes qué tipo de “deberes” tienes que hacer antes de la próxima sesión.
- ✓ Te pones a trabajar directamente al empezar la sesión y no pierdes tiempo decidiendo de qué se va a hablar.
- ✓ Mantienes el hilo de la negociación porque hay algo por escrito que te recuerda sobre qué debes estar hablando.

Si en una primera ronda no se resuelve un problema, acordad volver a tratarlo en otro momento (uno preciso, fijad una fecha) o buscad ayuda exterior. Un problema que parece irresoluble en un momento concreto, pasado algo de tiempo puede parecer menos importante o más fácil de solucionar, sobre todo si podéis ver que ya habéis avanzado en otros asuntos.



Antes de negociar, infórmate sobre tus derechos y responsabilidades legales en materia de divorcio. Para ello, te puede servir un abogado, amigos que ya hayan pasado por ello, publicaciones escritas o páginas web de contenido jurídico.

Déjate aconsejar por un experto

Tanto tú como tu cónyuge debéis determinar qué información necesitáis para tomar las decisiones adecuadas. En primer lugar, haced una lista de lo necesario y turnaos para elegir un tema. A continuación, puede que tengáis que recurrir a alguno de estos profesionales:

- ✓ Un asesor fiscal que os ayude a entender las repercusiones fiscales de vuestras decisiones económicas (lo que os van a suponer en la declaración de la renta).
- ✓ Un agente inmobiliario o tasador profesional para que valore la vivienda, bienes, objetos de colección, obras de arte, etc.
- ✓ Un asesor financiero que determine qué hacer con los activos o pensiones recibidos tras el acuerdo de división de bienes comunes.

Si vais a compartir los gastos de consultar con asesores, decidid de antemano cómo los pagaréis. Es factible de cualquiera de estas formas:

- ✓ Liquidar un activo. Por ejemplo, vender uno de los coches, algunas acciones, bonos o echar mano de los ahorros.
- ✓ Os dividís los gastos, a medias o en otra proporción, 60-40, 75-25..., lo que

consideréis adecuado.

- ✓ Uno paga los gastos de un experto y el otro los gastos de otro. Sin embargo, para que sea justo, el coste de dichos expertos debería ser proporcional al sueldo de cada cónyuge.

Una vez disipadas las dudas sobre la ecuanimidad del asesoramiento externo, elegid a profesionales que no tengan ninguna relación personal o profesional con vosotros. Reuníos con el experto (nunca por separado) y dejadle claro que trabaja para ambos. Si es un abogado, en caso de que por cualquier motivo no lleguéis al acuerdo, no podrá ser abogado de ninguno de los dos.

El abogado

Si eres como la mayoría de la gente, querrás negociar tu divorcio de tal manera que se reduzcan los gastos de abogados. Sin embargo, en todos los divorcios, antes o después, es necesaria la intervención de uno. (Encontrarás más detalles sobre la elección del letrado en el [capítulo 15](#).)

Si bien la normativa no impide que el mismo abogado represente a los dos miembros de la pareja que se separa o divorcia, es conveniente que, salvo que no tengáis hijos ni patrimonio importante, cada uno tenga el suyo.

Información básica

Antes de empezar a negociar, cada uno debe entrevistarse con su abogado. La entrevista debe servir para hacerse una idea sobre la legislación y las normas que regulan el divorcio, saber qué se debe incluir en el acuerdo de divorcio y determinar los asuntos y propuestas que hay que tratar durante la negociación. A menos que seas aficionado a leer sobre legislación o ya te hayas divorciado alguna vez, es poco probable que seas experto en estos temas.

Asegúrate de obtener el asesoramiento necesario sobre cualquier cuestión relacionada con tus futuras decisiones y recaba toda la información posible sobre los escollos o problemas jurídicos que puedes encontrar. Después de hablar con el abogado sobre las cuestiones relativas al divorcio, podría ocurrir que decidierais que negociarlo por vosotros mismos es demasiado complicado.

O quizá, por el contrario, te ayude a ver que no es tan difícil llegar a acuerdos si va asesorándote sobre cuestiones concretas durante la negociación. Por ejemplo, el abogado puede estudiar el papeleo económico, dar su opinión sobre una propuesta de tu cónyuge o analizar esa contraoferta que te estás pensando y reorientarla si tú te has ofuscado.

Si andas corto de dinero, díselo con sinceridad. Por ejemplo, puedes comentarle lo máximo que puedes pagarle. Los abogados están obligados a informarte previamente del coste de las consultas.

Los acuerdos sobre los hijos

La mayoría de los padres divorciados quieren participar activamente en la vida de sus hijos. Además, está comprobado que a los niños les va mejor cuando sus padres se implican en sus vidas.

Sin embargo, las negociaciones sobre el futuro de los hijos suelen centrarse en decidir la forma de dedicarles tiempo, las vías de seguir compartiendo responsabilidades cuando la pareja de progenitores ya no está junta y la manera de seguir dándoles todo el cariño posible (encontrarás más información sobre los acuerdos relativos a los hijos en el [capítulo 10](#)).

Lo que decidáis al final no será la situación ideal con dos progenitores bajo el mismo techo, pero se puede acercar. Y si vuestro matrimonio era una fuente constante de tensiones y conflictos, criar a los hijos en dos hogares puede llegar a ser mejor que en uno.

La manutención de los hijos

Si tenéis hijos a vuestro cargo, su manutención será uno de los pilares de la negociación.

Aunque ambos coincidáis en que queréis lo mejor para ellos, si durante el matrimonio andabais justos de dinero, después de divorciaros es probable que dispongáis de menos aún. Por tanto, si queréis darles algún capricho a vuestros hijos tendréis que poneros de acuerdo y recortar de vuestro propio presupuesto para después del divorcio. También puede pasar, por muy triste que parezca, que tras divorciaros sea difícil mantener el nivel de vida de vuestros hijos: quizá no puedas darles todos los caprichos deseados. Decidir por dónde se mete la tijera es una decisión difícil.

Cuando elabores los presupuestos con los costes de educar a tus hijos, no te olvides de incluir su parte en los gastos del hogar, incluido el alquiler o la hipoteca, servicios, alimentación, ropa, viajes, comedor escolar, atención infantil, deporte, clases de música, etc. Consulta la hoja de gastos del [capítulo 3](#). Tampoco te olvides de pensar cómo pagaréis otros gastos: dentista, universidad, asistencia sanitaria privada, refuerzo escolar o incluso su primera comunión u otra celebración importante para vosotros y vuestros hijos. No dejes de leer el [capítulo 13](#) para conocer los entresijos de la pensión de alimentos para los hijos.

Una sentencia judicial, aunque estéis de acuerdo

Aunque el divorcio sea amistoso y ambos estéis de acuerdo en el modo en que afrontaréis los gastos de los hijos, es necesario presentar ante el juzgado una demanda de mutuo acuerdo, a la que se deberá acompañar un documento firmado por los dos, que contendrá los acuerdos alcanzados (el *convenio regulador*). Entonces el juez dictará una sentencia por la que se declarará la disolución del matrimonio por divorcio (o la separación si eso es lo planteado) y se aprobarán como medidas derivadas las que habéis acordado tú y tu cónyuge en el convenio regulador.

Recuerda que si tu cónyuge no cumple el acuerdo, debes ponerlo en conocimiento de un abogado para que solicite la ejecución del pacto o pactos del acuerdo incumplidos. Como nadie puede saber lo que llegará a pasar, es importante que queden ratificados en una sentencia todos los acuerdos pactados de buena fe entre vosotros, por si, misteriosamente y sin que nadie se lo explique, desaparece la buena fe de uno de vosotros.

La pensión compensatoria

Si consideras que el divorcio da lugar a que tu situación económica empeore respecto a la que tenías durante la convivencia conyugal, incluye en la negociación un apartado sobre la pensión compensatoria que crees que debes recibir (en el [capítulo 12](#) se detallan los aspectos de esta pensión). Ten en cuenta que puede ser difícil negociarla, así que no empieces por ahí y tampoco te des por vencido si no llegáis a un acuerdo la primera vez que habléis de ese asunto.

Si tu cónyuge es reacio a pagarte una pensión compensatoria, para demostrar que estás en lo cierto ten en cuenta estas precauciones:

- ✓ Compara tus necesidades y recursos económicos tras el divorcio con los de tu cónyuge.
- ✓ Indica cómo colaboraste en tu matrimonio o en la trayectoria profesional de tu cónyuge.
- ✓ Evita expresiones como “necesito”, “exijo” y “me merezco”.
- ✓ No actúes con rencor por los sacrificios que tuviste que hacer por tu cónyuge o tu matrimonio. En aquel momento tomaste esa decisión y seguramente lo hiciste porque pensabas que era lo mejor.
- ✓ Si puede ser, céntrate en cómo os vais a beneficiar ambos de la pensión que te podría pasar tu cónyuge. Por ejemplo, quizá ahora necesites la pensión para desarrollar las capacidades profesionales necesarias para en un futuro ganarte mejor la vida. En función de las circunstancias, si tienes un

buen trabajo, tu cónyuge podrá dejar de pasarte la pensión y además podrás empezar a contribuir un poco más en la manutención de tus hijos. Dicho de otra forma, tu cónyuge se sacrificará a corto plazo para obtener réditos a largo plazo y además el pago de la pensión compensatoria le supondrá a tu ex cónyuge beneficios fiscales.

- ✓ Cuando prepares tu presupuesto para después del divorcio y estimes los ingresos mensuales sin pensión compensatoria, no incluyas en la cifra de ingresos el importe que recibirás por el concepto de la pensión de alimentos para los hijos. La pensión de alimentos a favor de los hijos es para atender sus necesidades, no para ti.

Reparte bienes y deudas

Si no tenéis hijos a los que mantener y contáis con un buen sueldo, lo único que debéis decidir es la división de bienes y deudas. Antes de decidir quién se queda qué, es fundamental realizar un inventario exhaustivo de bienes y deudas y determinar el valor exacto de cada elemento (consulta el [capítulo 7](#) para aprender a crear una lista de bienes).



Si tenéis un negocio, o si uno de los dos dirige una sociedad limitada, no intentéis negociar qué hacer con la empresa sin la ayuda de un abogado. Las cuestiones económicas son demasiado complicadas para resolverlas por uno mismo.

Si te divorcias después de un matrimonio que ha durado poco, en una sola sesión podréis alcanzar un acuerdo sobre la división de bienes. Por lo general, cuanto más dure un matrimonio, más posesiones se han acumulado, y también más deudas; por lo tanto, se necesita más tiempo para alcanzar un acuerdo de división de bienes comunes.

Mitad y mitad, o no



Por razones prácticas, muchas parejas que se divorcian piensan que deben repartir sus propiedades y deudas al 50-50. Dependiendo de cuál sea vuestro régimen económico matrimonial el reparto deberá efectuarse de otro modo. Consulta las directrices del [capítulo 11](#) como referencia para el reparto.

También puedes preguntarle a tu abogado qué criterios seguirá el juez para decidir sobre el reparto de propiedades y deudas, a fin de no acordar pactos que luego no se aprueben.

Independientemente de cuál sea la forma de reparto de los bienes y deudas, ambos tenéis que quedar satisfechos, además de motivar las razones para acordar el porcentaje de reparto. Primero repartid los grandes bienes y después los diversos. Antes de repartir bienes y deudas, haz una lista de tus ingresos y necesidades previstas.



Seguramente habrás visto en los medios de comunicación casos de “mucho dinero” en los que gente muy rica discute en los tribunales sobre cómo repartir bienes valorados en varios millones de euros. Esos casos se parecen poco a los divorcios normales, esas agrias discusiones suelen surgir por lo que ellos llaman “necesidades” pero que nosotros llamaremos “lujos” (por ejemplo, 4000 euros anuales para la comida del perro) con enormes cantidades de sobra.

Reparte las cosas importantes

La primera etapa se centra en repartir los bienes más importantes: casa, otros bienes inmuebles, cuentas bancarias, inversiones, vehículos, etc. y las deudas. No te olvides de las implicaciones fiscales que tendrán las decisiones que toméis en esta etapa. Debes estar dispuesto a la venta de activos si al hacerlo se crea una situación favorable para todos (lo más probable es que necesites asesoramiento profesional).

Cuando repartáis aquellos activos que garantizan una hipoteca o un préstamo (casa, coche, etc.), examinad tanto la deuda (lo que os han prestado) como el propio activo (la casa o el coche que pusisteis como garantía al pedir el crédito). Atención, para valorar esa casa o ese coche no tienes que pensar en su valor de mercado, sino que debes pensar: me darían tanto si lo vendiera, pero le quito el crédito ése que hay que devolver, y también los gastos que me ocasionaría vender la casa o el coche; ese valor es el que debes contar para repartir (se llama *volumen de capital*).

Reparte las cosas pequeñas

Una segunda fase servirá para repartir vuestros bienes menores (o no, cada cual le da el valor que quiere a las cosas), como una minicadena, el televisor, muebles, discos, ordenador, utensilios de cocina, ropa de cama, herramientas,

etc. No podrás asignar valores concretos a esos objetos, pero será suficiente con un valor aproximado.

No te olvides de las mascotas al repartir los bienes. Si tenéis hijos, seguramente tendréis que dejar los animales donde más tiempo pasen éstos una vez pronunciado el divorcio. Tenerlos cerca mejora la estabilidad y seguridad de los niños tras la ruptura. No podrás cuantificar su valor, pero ten por seguro que es muy elevado.

Durante esta etapa también se pueden dividir las deudas de tarjetas de crédito y otras deudas conjuntas no garantizadas. Se pueden intercambiar deudas por activos o viceversa; por ejemplo, puedes asumir más deuda que tu cónyuge a cambio de más bienes (dinero o cosas) o disponer de menos propiedades y pagar menos por las deudas.

Si es sensato y rentable, vendes activos para saldar todo lo que podáis de la deuda conjunta. Minimizar los lazos económicos tras el divorcio es casi siempre una buena idea. También podéis intentar vender bienes comunes para obtener el dinero necesario para iniciar vuestras nuevas vidas de “solteros”. Pero cuidado, no los vendáis por menos de su valor real (tienes más información en el [capítulo 11](#)).



No te olvides del impuesto sobre la renta y de los impuestos sobre plusvalías (el que se paga al vender un inmueble) cuando negocies el acuerdo de divorcio (consulta el [capítulo 11](#)). Pídele a un asesor fiscal o a un abogado que te asesore.

Qué hacer con la vivienda

Seguramente la casa es el bien más valioso que tenéis. Qué hacer con la casa tras la ruptura puede ser duro psicológica y económicamente. Sin embargo, lo que ocurra con la casa es, a fin de cuentas, una cuestión económica (consulta el [capítulo 11](#)). Para adoptar la decisión adecuada, plantéate lo siguiente y habla con tu cónyuge sobre las respuestas:

- ✓ ¿Cuánto cuesta una vivienda similar?
- ✓ ¿Qué lazos emocionales os unen a cada uno con la casa y el barrio?
- ✓ ¿Por cuánto podéis venderla?
- ✓ ¿Cuál sería el coste de la compraventa?

- ✓ ¿Es vital que nuestros hijos sigan viviendo en el mismo barrio o vayan al mismo colegio?
- ✓ ¿Podrías mudarte con tus hijos a otra vivienda dentro del mismo barrio?
- ✓ Si quieres conservarla, ¿puedes costeártela? Ten en cuenta la hipoteca, gastos de seguros, impuestos, pensión de alimentos para los hijos y, en su caso, pensión compensatoria.
- ✓ Si te quedas con la casa, ¿qué se lleva tu cónyuge a cambio?

Análisis y redacción del acuerdo final

Cuando veáis que estáis cerca de llegar a un acuerdo de divorcio, acudid a los abogados para que redacten un acuerdo que refleje todo lo decidido hasta el momento. Aunque haya algunos flecos por resolver, ya habréis avanzado mucho. Al ver el final tan cerca, quizá os resulte más fácil ir al grano y atar los cabos sueltos con ayuda de los letrados. En el [capítulo 15](#) encontrarás más información sobre los abogados.

Una vez resueltas todas las cuestiones relacionadas con el divorcio, o al menos una parte, antes de firmar nada, pídele a un abogado que estudie la propuesta de acuerdo (si no ha ido supervisándola y aconsejándote). Además, tenéis que poneros de acuerdo y decidir qué letrado redactará el acuerdo final. Para ello, o bien se lanza una moneda al aire, o decidís que el cónyuge que tenga mejor situación económica contrata al abogado para preparar el acuerdo final, o bien decidís compartir gastos. Si tu abogado lo redacta, el de tu cónyuge deberá estudiarlo y viceversa.

Este profesional te tranquilizará sobre los siguientes aspectos:

- ✓ Si el acuerdo que estáis negociando por vuestra cuenta es equitativo (justo) para ambos según la legislación. A lo mejor el acuerdo te parece estupendo, pero tu abogado te dice que te corresponde algo más de lo acordado.
- ✓ Si hay mejores opciones desde el punto de vista fiscal porque lo que has acordado te va a salir muy caro en la declaración de la renta del año siguiente.
- ✓ Si estás renunciando a algo que no contemplabas.
- ✓ Si has pasado por alto alguna cuestión que podría acarrear problemas (los impuestos, por ejemplo).
- ✓ Si es jurídicamente válido.

El abogado está capacitado para proteger tus intereses y, por lo tanto, puede

prever las peores situaciones posibles y ofrecer alternativas y soluciones. Así pues, no te preocupes si te dice algo que te hace poner los pelos de punta o que hace que te plantees que no puedes negociar el divorcio por tu cuenta. La obligación del abogado es avisarte de todo lo que puede pasar, y ofrecerte soluciones, claro, y es mejor saber que algo puede ir mal y arreglarlo que arrepentirse más adelante por no haber escuchado atentamente.

El convenio regulador

La ley os da la posibilidad de decidir y recoger en un convenio regulador todos los efectos del divorcio (o separación o ruptura de unión estable de pareja).

El *convenio regulador* es un documento que acuerdan los dos integrantes de una pareja en el que expresarán libremente (a menudo tras asesorarse mediante abogados) su voluntad de separarse, divorciarse o poner fin a la convivencia.

Al redactar el convenio regulador, en el mismo documento también reflejaréis cómo habéis decidido organizar los efectos de la ruptura de la convivencia. Los asuntos que como mínimo deben constar en un convenio regulador son los siguientes:

- ✓ Las relaciones personales con los hijos (patria potestad, guarda y custodia, régimen de comunicación, estancias y visitas del progenitor no custodio o reparto de períodos vacacionales de los hijos, en caso de guarda y custodia compartida).
- ✓ Las obligaciones económicas respecto a los hijos, incluidos, si los tenéis, los hijos mayores de edad o emancipados que no tengan recursos económicos propios (pensión de alimentos y gastos extraordinarios).
- ✓ Quién se queda el uso del domicilio conyugal o familiar y del ajuar que haya en él.
- ✓ Las pensiones que vayáis a pagaros entre vosotros, si es que decidís que haya alguna.
- ✓ El modo en que os repartiréis los bienes y las deudas conjuntos; es decir, cómo liquidáis el régimen económico matrimonial que tengáis. No obstante, en el convenio podéis acordar que posponéis esa liquidación.

Además de esos pactos, el convenio puede contener otros, siempre que no sean contrarios a las leyes. Además, es recomendable que dejéis acordado en el convenio que si surgen discrepancias sobre su aplicación, antes de acudir a la vía judicial, intentaréis solucionarlas a través de la mediación.

Una vez firmado, el convenio regulador se presenta al juez con la demanda de separación (divorcio o ruptura de unión estable de pareja). Esta demanda la puede presentar una de las partes, a través de su abogado y procurador; en ese caso, la otra parte presta su consentimiento. También es posible que un abogado la presente en nombre de los dos. (En el [capítulo 5](#) puedes leer cómo funciona el proceso de mutuo acuerdo.)

Para más adelante, debes saber que si cambian de modo sustancial las circunstancias que se daban cuando firmasteis el convenio regulador, tanto tú como tu ex cónyuge podéis solicitar que sean modificados los acuerdos firmados. Esa modificación podéis solicitarla tanto de mutuo acuerdo como por la vía contenciosa (es decir, yendo a juicio) si no habéis sido capaces de alcanzar un acuerdo. Respecto a los posibles cambios de la pensión compensatoria, lee el [capítulo 12](#).

Lógicamente, si en el convenio regulador acordasteis el reparto de los bienes, eso tampoco se puede modificar.

Capítulo 15

El abogado

En este capítulo

¿Necesito un abogado?

La búsqueda del abogado más conveniente

Cambio de abogado

La asistencia jurídica gratuita

Independientemente de tu opinión sobre los abogados —sabios asesores jurídicos o mal necesario— es inevitable tener que recurrir a uno cuando te divorcias. La legislación española establece la obligatoriedad de la intervención de un abogado en los procesos de separación, nulidad o divorcio, tanto si son de común acuerdo como si van por un proceso contencioso. Si tu divorcio es complicado y controvertido, su ayuda es fundamental desde el primer momento. Si la ruptura es más sencilla y amistosa, incluso si decidís realizar la mayor parte de la negociación por vuestra cuenta, podréis esperar hasta que los acuerdos estén avanzados, pero al final para presentar la petición al juzgado será necesaria una demanda firmada por un abogado y un procurador; no obstante, es conveniente contar con el asesoramiento de un abogado antes de firmar cualquier acuerdo.

Después de leer este capítulo te intimidarán menos los abogados y estarás más seguro de recurrir a ellos. Te indicaremos lo que hay que buscar en un abogado, cuánto cobran y cómo encontrar a uno en el que puedas confiar y al que puedas pagar. Te facilitamos una serie de preguntas que tendrás que plantearle a los abogados y una serie de datos y cuestiones que debes tener en cuenta para elegir uno. Para más información sobre los abogados échale un vistazo al [capítulo 4](#).

Cuándo contratar un abogado

Como seguramente eres un ciudadano respetuoso con la ley y nunca te han llevado a juicio ni has demandado a nadie, es probable que nunca hayas recurrido a un abogado. Así pues, piensa en contratar a un abogado ya, sobre todo si en tu casa siempre ha tomado las decisiones tu cónyuge.

La mayoría de los divorcios no son fáciles y, por lo tanto, la participación activa

de un abogado es útil. En cualquiera de estas situaciones, piensa bien si necesitas contratar a un abogado:

- ✓ Has estado en casa durante el matrimonio y no tienes las capacidades profesionales y los contactos para empezar una nueva vida profesional de inmediato, o tienes ya una cierta edad y nunca has trabajado.
- ✓ Hay bienes valiosos cuya titularidad es complicada (las posesiones están a nombre de sociedades o de otros familiares); o bien la situación fiscal (impuestos y plusvalías) es enrevesada y cuantiosa.
- ✓ Habéis contribuido de forma distinta al matrimonio; u otros factores similares.
- ✓ Tú, tu cónyuge o ambos tenéis un negocio, o sois socios en alguna empresa.
- ✓ Tenéis una deuda conjunta.
- ✓ Te cuesta decir lo que piensas cuando discrepas con tu cónyuge y te echas atrás cuando te lleva la contraria.
- ✓ No te parece que tu cónyuge vaya a ser sincero y equitativo.
- ✓ Estáis tan alejados que ya no caben planteamientos civilizados y el compromiso ya no forma parte de vuestras conversaciones.
- ✓ Tu cónyuge tiene un comportamiento física o psicológicamente ofensivo.
- ✓ Tu cónyuge ha contratado a un abogado.

Ten en cuenta que no es ético que un abogado os defienda a ambos, ya que en caso de que surja un conflicto no puede ser independiente y defender los intereses de los dos por igual.

Qué debe tener un abogado

El abogado puede intervenir de principio a fin del divorcio o trabajar contigo de forma limitada. La segunda opción implica que tú y tu cónyuge consideráis que seréis capaces de negociar vuestro acuerdo de divorcio; en ese caso puedes pedirle al abogado que te dé unos consejos iniciales e información básica, y una vez alcanzados los acuerdos, encargarle la evaluación final y la redacción del convenio regulador y de la demanda de mutuo acuerdo. La segunda opción es más barata, claro.

Contratar a un abogado es algo más que buscar en las Páginas Amarillas o en Google. Es posible que tampoco te sirva el bufete que redactó el contrato de arrendamiento de tu oficina o el que preparó el testamento de tus abuelos. Para

un divorcio (o separación) el abogado tiene que:

- ✓ Tener experiencia en derecho de familia.
- ✓ Hablarte de forma sencilla, sin tecnicismos.
- ✓ Prestar atención a lo que le dices. Quizá tenga mucha experiencia, pero para ti tu divorcio es único y, probablemente, el primero al que te enfrentas.
- ✓ Inspirar confianza y hacerte sentir cómodo, porque tendrás que revelarle información muy personal sobre ti y tu matrimonio.
- ✓ Dejar claro que, si tienes niños pequeños, sus necesidades son prioritarias durante el proceso de divorcio y que no se dedicará a realizar peticiones económicas poco razonables o peticiones sobre la custodia y el régimen de visitas, o sobre la atribución de la vivienda que sean perjudiciales para los niños.
- ✓ Contestar al teléfono rápida y profesionalmente.
- ✓ Ser asequible.

Competencias adecuadas y experiencia

Hay un refrán que dice “Lo que para uno es miel, para otro es hiel”. Este dicho es tan cierto para un abogado como para cualquier otro profesional. Es decir, cuando eliges a un abogado quieres que sea alguien competente y que tenga los conocimientos jurídicos necesarios para cumplir con su trabajo:

- ✓ Si necesitas ayuda para negociar el acuerdo de divorcio, un abogado es lo ideal para resolver problemas: trabaja bien con la gente, es ducho en alcanzar acuerdos y se siente cómodo ante un juez. Aunque no queráis pasar por el juzgado, las tablas de un abogado, su experiencia e historial de éxitos en un tribunal pueden tener algo que ver con su capacidad para negociar un acuerdo con el abogado de tu cónyuge.
- ✓ Si desde el principio sabes que la vista será contenciosa, seguramente querrás que te represente un abogado con experiencia en los tribunales, ya que no todos la tienen. Por otra parte, tu letrado tiene que tener una buena relación de trabajo con los demás abogados de la zona. En el [capítulo 4](#) encontrarás más información sobre los diversos roles de los abogados.



- ✓ Elige a un abogado que conozca a los jueces de familia de la zona. Si éste sabe cómo actúa el juez que decidirá sobre tu caso y está al tanto de las resoluciones que se adoptaron en casos anteriores similares al tuyo, podrá adaptar su estrategia legal y su estilo a ese juez en concreto.



No elijas al abogado por la apariencia de su oficina. Un despacho lujoso en un edificio de alto copete no tiene nada que ver con los conocimientos jurídicos de un abogado. Por otra parte, pagar mucho no implica que vayan a proporcionarte una representación legal adecuada para tus necesidades ni que su trabajo tenga calidad.

Si tu situación económica es complicada, debes hacérselo saber al abogado que contrates o trabajar en estrecha colaboración con expertos en finanzas que dispongan de esos conocimientos, como son los asesores financieros, o tasadores. Recuerda que en una negociación de divorcio se habla tanto o más de dinero que de relaciones paternofiliales.

El estilo personal

Si vas a confiarle a un abogado algo más que la relectura del papeleo tienes que estar dispuesto a compartir detalles personales sobre tu matrimonio, además de información económica. Por lo tanto, debes sentirte cómodo con la persona que te representa. Por otra parte, debe compartir y respaldar tus objetivos y tu actitud frente al divorcio; por ejemplo, si quieres que la cosa vaya tranquilamente, de forma amistosa y con la menor confrontación posible, evita aquellos abogados a los que les gusta “ir a la yugular del enemigo”.

El precio

Algunos abogados facturan por horas. La mayoría suelen presupuestar sus servicios estimando el tiempo que consideran que dedicarán a tu divorcio.

Es difícil estimar lo que durará el proceso de divorcio, ya que ningún abogado sabe exactamente cómo va a ir. Ten en cuenta que los honorarios de un abogado también varían en función de dónde vivas. Suelen ser más elevados en bufetes de primera categoría de Madrid o Barcelona, que en una pequeña población. A los honorarios del abogado hay que sumar los gastos (los llaman *suplidos*) y el IVA. Insiste en que te presupuesten todos los gastos en la medida de lo posible.



La mayoría de los abogados solicitan un pago por adelantado, a cuenta de los honorarios y gastos; la cantidad variará en función de la complejidad del caso y de las pretensiones económicas que deban dilucidarse (muchos o pocos bienes que repartir, varias empresas a nombre de varios socios o los sueldos sin más, pensiones para los hijos o sin hijos, etc.). Este pago adelantado, que los abogados llaman *provisión de fondos* suele ser entre el 40 y el 50 % del presupuesto estimado. Esa cantidad sirve para empezar a trabajar y, está claro, asegurarse de que le pagas.

Si tu situación económica no te permite contratar un abogado, ve al apartado “Si no puedes costear un abogado” de este mismo capítulo, en el que encontrarás más información sobre la asistencia jurídica gratuita.

Qué esperar de un abogado

En cierto modo, el abogado es como un médico, en medio de una red de servicios que se han desarrollado para ayudarte a ti y a tu familia durante el divorcio. A su vez, debe tener los conocimientos jurídicos necesarios y un enfoque que se adapte a tus ideas para conducirte de forma segura a lo largo de esa crisis que estás viviendo.

Un buen abogado escucha tu historia con varias cosas en mente. Uno de los primeros aspectos que deberías aclarar es si estás listo para empezar el proceso de divorcio. Si no estás seguro de que tu matrimonio se haya acabado, o si es tu pareja la que solicita el divorcio, o si estás en estado de shock por la situación, un buen abogado te indicará cómo ponerte en contacto con un terapeuta matrimonial. Si tu abogado descubre que has sufrido malos tratos se pondrá en acción (consulta el [capítulo 2](#)) y te indicará cómo solicitar protección.

El abogado debe tener en cuenta la posibilidad de recurrir a la mediación; depende de cómo quieras llevar tu divorcio y también de cómo quiera hacerlo tu cónyuge. Quizá pienses que la mediación sólo se utiliza en casos de mutuo acuerdo ([capítulo 5](#)), pero también puede funcionar aunque hayáis dejado de hablaros; por lo tanto, el abogado debería sugerirlo si considera que es adecuado para vuestra situación (en el [capítulo 16](#) encontrarás más información sobre la mediación).



Tu abogado debe informarte sobre si te corresponde algún tipo de prestación pública y debe comunicarte cómo y dónde solicitarla. En los [capítulos 10 y 13](#) encontrarás más información sobre prestaciones públicas. Relacionado con ese aspecto, debes saber que si tienes derecho a la asistencia jurídica gratuita, puedes solicitar asimismo la mediación (el abogado también debería recordártelo). El mediador también puede asesorarte acerca de si el procedimiento que estás siguiendo es adecuado o no, por ejemplo, porque ha habido malos tratos.

El abogado adecuado

Encontrar a un buen abogado lleva su tiempo. Para empezar a buscarlo puedes:

- ✓ Preguntar a familiares y amigos que se hayan divorciado, y que estén satisfechos con sus abogados.
- ✓ Preguntar a abogados con los que hayas trabajado por otros asuntos. Antes de pedir el nombre de un abogado, explica la naturaleza de tu divorcio y el tipo de asistencia jurídica que necesitas.
- ✓ Ponerte en contacto con el colegio de abogados de tu comunidad autónoma; te proporcionarán la lista de abogados de derecho matrimonial y de familia.
- ✓ Si has acudido a un terapeuta familiar o a un trabajador social, consúltale.
- ✓ Busca en internet. Muchos abogados tienen webs y seguramente hay alguno por tu zona. Muchas webs de divorcios o de consultas legales también disponen de enlaces a páginas de abogados.

El abogado inadecuado

Si prevés que va a ser un divorcio contencioso, querrás a un abogado que actúe como tu aliado legal y tu defensor, no a alguien a quien sólo le interesa cobrar. Aléjate de aquellos que se jactan de sí mismos, que se distraen cuando les hablas, que trivializan tus preguntas y no las contestan o te dicen aquello de “no te preocupes” o simplemente pasan de la pregunta.

Evita a los que te hablan con aires de superioridad, que no te hacen preguntas o que dejan que los interrumpen constantemente con llamadas o conversaciones con gente que entra en el despacho mientras estáis reunidos. Y fíjate en lo cuidadoso (o descuidado) que es con la información sensible; por ejemplo, fíjate

en si deja a la vista expedientes de otros clientes en los que se pueda ver o leer su información confidencial.



Si en el proceso de búsqueda alguno de los abogados con los que tienes un primer contacto no te hace preguntas, o muy pocas, sobre tu matrimonio, tu economía o qué esperas obtener del divorcio, táchalo inmediatamente de la lista.

La selección del abogado

Después de limitar la lista de abogados, una buena idea es llamar por teléfono a los despachos para comprobar la disponibilidad personal, además de otros criterios básicos, como la posibilidad de recibir asistencia jurídica gratuita en caso de necesitarla. A estas alturas quedarán en la lista uno o dos profesionales con los que tienes que concertar una entrevista para tratar tu caso. No contrates a un abogado sólo porque alguien que conoces lo pone por las nubes. Reúnete con él para hacerte una idea.



Durante la primera reunión, no tengas miedo y haz preguntas. Interésate por su experiencia y hablad sobre posibles enfoques para tu divorcio. Asegúrate de que tanto tú como el abogado con el que vayas a trabajar estáis de acuerdo sobre el tipo de divorcio deseado, así como sobre los objetivos y las prioridades (a menos que el abogado dé razones fundamentadas para reexaminar tus ideas previas).

El precio de la primera consulta

Algunos abogados conceden una primera consulta gratuita de treinta minutos o una hora (suelen anunciarlo en internet). La mayoría de los profesionales no ofrecen consultas gratuitas e, incluso, cobran una tarifa superior por la primera reunión. Los honorarios de los abogados son libres, de modo que el coste de la primera reunión puede variar sustancialmente de un letrado a otro. No obstante, lo que te cobren en esa sesión no tiene nada que ver con sus conocimientos en materia de divorcio.

Las respuestas imprescindibles

A las reuniones con varios abogados para seleccionar el que más te convenga, llévate algo para apuntar; así podrás tomar notas a fin de que te quede constancia de los puntos esenciales de las reuniones y para ver cómo te responde cada letrado. Además, en cuanto acabe la reunión, anota tus impresiones sobre dicho profesional.

Para empezar a elaborar una lista de preguntas, las siguientes son algunas de las más importantes si vas a contratar a un abogado para que te ayude con las negociaciones o porque necesitas que te represente ante un tribunal.

- ✓ ¿Cuánto tiempo lleva dedicándose a los divorcios (más o menos)? Busca un abogado que tenga una experiencia de al menos tres años en casos de divorcio. Si crees que el tuyo acabará ante un tribunal, que te garantice que tiene experiencia en pleitear y que ha representado con éxito a otros clientes en algún juicio contencioso.
- ✓ ¿Acepta otros tipos de casos? Si es así, ¿qué porcentaje de su trabajo representan los asuntos de familia? La cantidad de casos de asuntos familiares no debe bajar del 50 %.
- ✓ ¿Alguna vez ha tenido un caso como el mío? ¿Cómo lo llevó? Evita abogados que nunca hayan tratado cuestiones concretas que te afecten; por ejemplo si tu cónyuge es extranjero o si el matrimonio se celebró en el extranjero. No te pueden dar detalles concretos de otros casos, pero te pueden contar lo suficiente para que vislumbres si tiene o no la experiencia necesaria para llevar tu caso.
- ✓ ¿Quién lleva mi caso, usted, otra persona del bufete o ambos? No creas que la asistencia legal será peor porque se ocupe de tu caso un pasante supervisado por el abogado que te está atendiendo en esa primera reunión.
- ✓ ¿Qué piensa de la mediación? Si tanto tú como tu cónyuge llegáis a un callejón sin salida en un determinado punto, quizá tengáis que darle una oportunidad a la mediación. Elige un abogado que crea en la mediación y que la haya utilizado con éxito en casos como el tuyo.
- ✓ ¿Cuánto y cómo cobra? Solicítale un presupuesto sobre la estimación total del coste del proceso de divorcio y la forma de pago de sus honorarios. Hablar de dinero no es deshonesto: el abogado va a trabajar y tú vas a pagarle, y tienes derecho a saber cuánto, sin sorpresas al final. Y también tienes derecho a comparar las tarifas de distintos profesionales.
- ✓ ¿Puede indicarme cuáles serán sus gastos y qué se incluye en ellos? Quizá haya que pagar las conferencias telefónicas, fax, fotocopias, correos, honorarios de peritos, etc. Los abogados lo llaman *suplidos*. Si te parece que no debes pagar ciertos gastos, pide que te expliquen antes la razón de

que quieran cobrar por eso. Si no son gastos imprescindibles (comer con el abogado de la parte contraria) para tu caso, que tu abogado sepa que no estás dispuesto a pagarlos (crees que pueden reunirse sin comer). Los abogados no deben incurrir en suplidos sustanciales sin autorización previa.

- ✓ Si tengo alguna pregunta sobre mi caso, ¿puedo llamarle o mandarle un correo electrónico? ¿Cuánto tardará en contestar? Un día es un plazo razonable para contestar, a menos que se trate de una emergencia. En ese caso deben contestarte en una hora o dos, posiblemente lo hará otro abogado del bufete si el tuyo está ocupado.
- ✓ A partir de la información que le he dado, ¿cómo enfocará el caso? Tu abogado deberá presentarte una evaluación previa de los puntos fuertes y débiles de tu caso (y el de tu cónyuge) y tendrá que explicarte claramente cómo va a sacar el máximo rendimiento de los fuertes y de qué manera va a disimular los débiles para obtener el mejor divorcio posible. Aléjate de los abogados que hacen hincapié en “ir a por todas” en lugar de negociar y buscar la mediación. Adoptar una línea dura cuesta dinero y no es en absoluto garantía de éxito.
- ✓ Si no consigue llegar a un acuerdo y la única salida es ir a juicio, ¿me representará usted o alguien de su bufete? Si crees que habrá algún elemento contencioso en tu divorcio seguramente querrás un abogado con experiencia en los tribunales que lleve tu caso de principio a fin.
- ✓ ¿Qué puedo hacer para minimizar mis gastos jurídicos? Algunos abogados dejan más que otros que lleves tú mismo algunos aspectos del caso — recopilación de documentos, copias, búsquedas simples y otras tareas que un profano en la materia puede realizar— y reducen su factura ya que se han ahorrado parte del trabajo.
- ✓ ¿Qué espera usted de mí? Cualquier abogado de renombre espera de un cliente que lo informe puntualmente de cualquier hecho pertinente, que devuelva las llamadas pronto, que sea sincero, que pague a tiempo y que respete sus consejos sobre qué hacer o no en lo relativo al caso. Sin embargo, en última instancia, tú eres el que decide y el abogado debe seguir tus instrucciones, siempre y cuando actúe dentro de la ley y respete el código ético de la profesión.

Las preguntas que tendrás que contestar

La primera entrevista va en ambos sentidos; es decir que no serás el único que hará preguntas. El abogado tiene que saber algo más de ti antes de poder responder. Además, tiene que asegurarse de que no existe un conflicto de intereses si te representa. Lo habría, por ejemplo, si su bufete representara el

negocio de tu cónyuge.

Con la siguiente lista te harás una idea de las preguntas que te puede hacer un abogado:

- ✓ ¿Cuánto tiempo has estado casado y dónde te casaste? ¿Por qué te divorcias?
- ✓ ¿Sigues viviendo con tu cónyuge? Si no es así, ¿con quién viven los niños (si tenéis) y quién vive en el domicilio familiar?
- ✓ ¿Se ha producido anteriormente algún proceso judicial o has recurrido a algún abogado para algo relacionado con tu matrimonio o separación?
- ✓ ¿Tenéis un acuerdo prematrimonial, posmatrimonial o de separación?
- ✓ ¿Qué bienes tenéis y cuánto estimas que valen?
- ✓ ¿Hay deudas familiares?
- ✓ ¿Tenéis algún tipo de prestaciones por desempleo?
- ✓ ¿Estáis jubilados o alguno de los dos se jubilará pronto?
- ✓ ¿Cuáles son tus objetivos con respecto a la pensión de alimentos del cónyuge, los acuerdos de división de bienes comunes, la residencia de los niños, el régimen de visitas y su manutención?
- ✓ ¿Tenéis hijos de vuestro matrimonio a vuestro cargo?
- ✓ ¿Qué tipo de relación tienes con tus hijos y qué papel tienes en su vida diaria?
- ✓ ¿Qué crees que será lo mejor para tus hijos?
- ✓ ¿Ha habido algún episodio de violencia o abuso en tu relación?
- ✓ ¿Hay involucradas terceras partes (tú o tu cónyuge tenéis o habéis tenido una relación con otras personas)?
- ✓ ¿Tengo que saber algo más sobre ti, de tu cónyuge o de tu matrimonio?



Responde de forma sincera a aquellas preguntas que te hagan sentir incómodo, como por ejemplo: “¿Tienes intención de irte a vivir con alguien o volver a casarte?” o “¿Tu cónyuge está al tanto?”.

Los documentos necesarios

Cuando hables con los posibles abogados, trata de llevar algunos documentos importantes y un resumen de la información sobre la economía familiar. Lo más importante es:

- ✓ El certificado de matrimonio
- ✓ Si tenéis hijos, certificados de nacimiento
- ✓ Una lista de activos (bienes, cuentas y todo tipo de posesiones) y deudas
- ✓ Información y declaraciones de ingresos
- ✓ Información y listado de gastos familiares
- ✓ Copias de escrituras de propiedad (el piso, por ejemplo) e información sobre hipotecas, si las tenéis
- ✓ Copia del acuerdo prematrimonial o de separación si lo firmasteis
- ✓ Cualquier carta que te haya mandado tu cónyuge o su abogado relacionada con el divorcio

En el [capítulo 7](#) encontrarás una lista completa de la información económica que tendrás que reunir y preparar. Cuando pases a contratar al abogado tendrás que facilitarle algo más de información básica y documentos.

El encargo profesional

Ya has decidido a quién vas a contratar para tu caso de divorcio. Entonces llega el momento de fijar las condiciones del encargo profesional, y hacerlo por escrito; lo último que necesitas en ese trance, nunca agradable, de tu vida es tener problemas con el abogado por no haber dejado las cosas claras. Hay que preparar una “hoja de encargo”.

La *hoja de encargo* es un documento en el que figura, entre otras cosas, el presupuesto del trabajo encargado. Recuerda que tienes derecho a conocer anticipadamente el coste aproximado que te supondrá la intervención del abogado elegido, así como la forma de pago. Tanto los abogados como los procuradores están obligados a hacer entrega al cliente de un presupuesto del coste de sus servicios profesionales. No dejes de exigirlo, mejor saber de qué mal has de morir y, sobre todo, poder prever el dinero que tendrá que reservar. También debe figurar la forma de pago (plazos, medio de pago, etc.).

Si bien en cada colegio de abogados existen unos honorarios orientadores, sólo se aplicarán en el caso de que se tengan que tasar las costas a las que haya sido condenada una de las partes, de modo que el abogado que contrates no está obligado a aplicar esos honorarios orientadores, sino que los pactará libremente

contigo. Los jueces, en los procesos de separación, nulidad o divorcio, no suelen imponer las costas a ninguna de las partes a causa de la especial naturaleza de las cuestiones que deben decidirse. No obstante, si tienes que recurrir la sentencia pregúntale a tu abogado a cuánto podrían subir las costas del recurso; piensa que si no lo ganas, pueden imponerte a ti las costas, es decir, los honorarios del abogado y del procurador de tu ex cónyuge.

Los aspectos que deben figurar en la hoja de encargo son:

- ✓ Presupuesto y forma de pago
- ✓ Contenido detallado del encargo profesional
- ✓ Actuaciones incluidas en el presupuesto
- ✓ Actuaciones que no entran en el presupuesto
- ✓ Forma de determinar los honorarios en caso de finalización anticipada del encargo
- ✓ Otras cláusulas que puedan resultar útiles. Fíjate si está regulado como rescindir el contrato en caso de disconformidad.

Tómate un par de días para releer con calma la hoja de encargo antes de firmar. Pregúntale al abogado lo que no entiendas y no cejes en tu empeño hasta que te conteste todas las preguntas. Si acordáis borrar o añadir algo, asegúrate de que esos cambios aparecen en el documento antes de firmar. Quédate con una copia.

Cambiar de abogado

El abogado que has contratado para llevar tu divorcio trabaja para ti. Por tanto, si hace algo que no te gusta o no hace algo que crees que debería hacer, díselo, con calma pero con firmeza. Y en última instancia, si no confías en su trabajo o te incomoda, intenta cambiar de abogado.

Si eres un cliente privado

Si estás seguro de que tu abogado no trabaja bien y eres un cliente privado de pago, puedes rescindir el encargo. En cualquier caso tendrás que pagar por cualquier trabajo que haya realizado el abogado hasta el momento además de abonar los gastos. El letrado tiene derecho a quedarse con tu expediente hasta que cobre.



Intenta obtener una segunda opinión de otro abogado antes de rechazar al tuyo. Puede que, dadas las circunstancias, lo esté haciendo lo mejor posible y cambiar no mejore nada.

Si tienes asistencia jurídica gratuita

Si te ha sido reconocido el derecho a la asistencia jurídica gratuita, te asignarán un abogado de oficio, sin posibilidad de elección. Lee el apartado siguiente “Si no puedes costear un abogado”.

Sólo excepcionalmente, y siempre que tu queja sea fundada, podrás solicitar del Colegio de Abogados el cambio de abogado. La ley no permite que puedas renunciar al que te ha sido asignado porque no sea de tu agrado o porque no te acaba de convencer. En reciprocidad, el abogado que te haya tocado tiene la obligación de hacerse cargo de tu defensa, de modo que tampoco puede renunciar a llevar tu caso, salvo que justifique que tus pretensiones no tienen apoyo legal, en cuyo caso, podría renunciar.

Si no puedes costear un abogado

Quizá no puedes permitirte el lujo de pagar los honorarios de un abogado, incluso uno con poca experiencia. Si echas cuentas y ves que no tienes manera de hacerte con unos servicios profesionales, has de saber que puede que tengas derecho a la asistencia jurídica gratuita; eso sí, siempre que tus ingresos anuales o tus bienes totales no superen unas cuantías establecidas (en el año 2011, 14 910,28 euros anuales). Cuando se excede esa cuantía y no se llega a otra máxima establecida (en 2011, 29 820,56 euros anuales), la Comisión de Asistencia Jurídica Gratuita puede conceder ese derecho de manera excepcional a causa de las circunstancias personales y familiares de quien lo solicita.

La asistencia gratuita debes pedirla personalmente:

- ✓ Si no ha empezado el proceso judicial, en el Servicio de Orientación Jurídica (SOJ) del Colegio de Abogados del lugar en el que tengas tu domicilio
- ✓ Si tu pareja ha interpuesto una demanda de divorcio (o separación) de la que tienes que defenderte, en el juzgado donde esté la demanda

El Colegio de Abogados te dará un modelo estándar de solicitud, en el que

tendrás que indicar tus datos personales y los de tu pareja, el tipo de procedimiento que quieres empezar (o que ya has iniciado) y datos sobre tus ingresos y bienes. En ese mismo momento firmarás la solicitud y te indicarán la documentación que debes aportar (ingresos, casas, cuentas bancarias etc.); tendrás diez días para entregar esos documentos. Cuando lo hagas, te citarán para que acudas de nuevo a recoger el dictamen de tu expediente. Si no entregas la documentación que te pidan, se archivará tu petición.

Si tu cónyuge ha interpuesto ya una demanda judicial de divorcio es importante que le comuniques al juzgado que has pedido justicia gratuita (te darán el escrito en el mismo sitio donde la has pedido). Lo normal entonces es solicitarle al juez que paralice el procedimiento hasta que te digan si te la conceden o no. De lo contrario (aunque hayas presentado la solicitud en el Colegio de Abogados) no se interrumpen los plazos que el juzgado haya marcado.

La asistencia jurídica gratuita

El dictamen que emite el Colegio de Abogados es provisional. Si es favorable, te asignan un abogado y un procurador, que empiezan a trabajar para ti.

Mientras, el expediente va a la Comisión Provincial de Asistencia Jurídica Gratuita. En el plazo máximo de treinta días esa comisión dice si está conforme o no con el informe (favorable o negativo) del Colegio de Abogados. Si no estás de acuerdo, puedes recurrir esa resolución y entonces será el juez quien decidirá si tienes o no derecho a la asistencia jurídica gratuita.

Debes saber que en el caso de que finalmente no te sea reconocida, el abogado y el procurador que te asignaron provisionalmente tienen derecho a cobrar por el trabajo realizado hasta ese momento. Tú tendrás la opción de renunciar a sus servicios (y nombrar a otros que elijas y pagues por tu cuenta), pero aunque renuncies deberás pagar por los servicios que te hayan prestado.

Si se te reconoce el derecho a la asistencia jurídica gratuita no sólo no deberás pagar los honorarios del abogado y del procurador que te designen para que te defiendan en tu proceso de divorcio, sino que además tendrás los siguientes beneficios:

- ✓ No pagarás el depósito necesario para recurrir la sentencia o cualquier resolución que se dicte durante el proceso.
- ✓ No pagarás las facturas de los peritos que intervengan en el proceso judicial.
- ✓ No pagarás las copias de los escritos y documentos que tu abogado tenga

que entregar a la parte contraria y al ministerio fiscal (que interviene si tienes hijos menores).

- ✓ Tendrás una reducción del 80 % en el coste de las actuaciones que requieran de un notario, del Registro de la Propiedad y del Registro Mercantil.
- ✓ Si una sentencia te impone las costas del proceso (el pago del abogado y el procurador de la otra parte), no tendrás que pagarlas. Para esto hay una salvedad: si en los tres años siguientes mejora tu situación económica de tal modo que si entonces pidieras la asistencia jurídica gratuita no te la concederían, te tocará pagar aquellas costas que no pagaste.

Mediación y justicia gratuita

En ocasiones no hay más remedio que acudir a los tribunales para dar solución a tu divorcio. Sin embargo, debes tener presente que los procesos judiciales son lentos y complejos y suponen un alto coste emocional.

Otro aspecto que debes considerar, es que es posible que los gastos derivados del litigio superen el supuesto beneficio que esperas obtener de una sentencia favorable. Ante esta realidad, existe una parte positiva que no debes desechar: la posibilidad de recurrir a la mediación, a la que tendrás derecho de forma gratuita si te ha sido reconocido el derecho a la asistencia jurídica gratuita. Si no hay violencia familiar debes intentar agotar todas las posibilidades a tu alcance antes de embarcarte en un litigio. La intervención de un mediador familiar puede facilitaros un acercamiento que culmine en un acuerdo satisfactorio para ambos.

Capítulo 16

Un mediador para resolver las cosas juntos

En este capítulo

Qué es la mediación

El funcionamiento de la mediación

Las ventajas de la mediación

El papel del abogado en la mediación

Cuándo fracasa la mediación

Al tratar asuntos de vuestro divorcio es posible que, por mucho que lo intentéis, haya cosas que no podáis resolver por vuestra cuenta. Si así fuera, no hay que rasgarse las vestiduras ni tirar la toalla, prepárate para el juicio. Antes de que las cuestiones más espinosas desbaraten un acuerdo de divorcio amistoso, la mediación puede ser una solución para alcanzarlo.

En este capítulo se explica qué es la mediación y cómo funciona, y se describen las características de un buen mediador de divorcios. También se explica el papel del abogado cuando se recurre a la mediación (porque optar por la mediación no te exime de necesitarlo).

Qué es la mediación

La *mediación* es un método voluntario y confidencial de solucionar controversias; se basa en el intercambio abierto de información, ideas y opciones para que tú y tu cónyuge resolváis diferencias sin recurrir a los tribunales. Además de solucionar diversos problemas, la mediación ha demostrado ser una herramienta muy rentable para las parejas que están en un proceso de divorcio.



Los datos registrados muestran que el porcentaje de éxito de las mediaciones solicitadas por las partes está alrededor del 74 %. En los últimos años, tanto las solicitudes de mediación como las mediaciones acabadas han

experimentado un aumento progresivo. Recuerda ese dato, porque te indica que la mediación puede ayudaros a que ambos salgáis victoriosos y evitar un juicio en el que normalmente uno sale mejor parado que el otro. También te permite, si tienes hijos, trabajar juntos en busca de lo mejor para ellos.

Cuándo se produce

Puedes hacer que empiece a actuar la mediación familiar cuando has tomado la decisión de poner fin a la convivencia (sea un matrimonio o unión estable de pareja). Si ya has comenzado los trámites judiciales puedes recurrir a la mediación antes del juicio o después de él si se incumple la sentencia o el convenio regulador (en el [capítulo 14](#) puedes saber qué es). Al dar pie a la mediación, el proceso judicial se suspende temporalmente.

En la actualidad se observa que cada vez hay más juzgados de familia que disponen del servicio de mediación intrajudicial, es decir, realizada por recomendación del juez. Éste ofrece que la pareja acuda a una sesión de mediación para recibir información y contemple la posibilidad de alcanzar algunos acuerdos por esa vía.

Ventajas de la mediación

Para bailar un tango o para cantar a dúo hacen falta dos personas, para la mediación también. Así pues, si tu cónyuge no se toma en serio la mediación, seguramente acabarás perdiendo el tiempo y se lo harás perder al mediador. Sin embargo, si no lo tiene muy claro, pídele que piense en las ventajas que tiene este recurso:

- ✓ Te ayuda a centrarte en las necesidades de tus hijos.
- ✓ Se ahorra dinero. Abordar las cuestiones más espinosas en una mediación puede salir mucho más barato que resolverlas ante un juez. La mayoría de los mediadores cobran por sesión (suelen ser de hora y media) y el precio de la sesión suele ser bastante más económico que el de una consulta en el despacho de un abogado. Si habéis resuelto los principales problemas con cuatro o cinco sesiones de mediación, el resultado sale a cuenta. Además, si sólo se tratan cuestiones relacionadas con los hijos se necesitarán menos sesiones y si gozas de asistencia jurídica gratuita, no pagas nada.
- ✓ Las sesiones de mediación seguramente te parezcan menos formales, intimidatorias y estresantes que un juicio.
- ✓ Todo puede resolverse más rápido. En función del número de casos que lleve el tribunal de tu zona, la celebración de la vista puede tardar meses o años. Por otra parte, si optáis por la mediación, la primera sesión

seguramente se fijará ese mismo mes y el proceso durará en función de lo que tardéis en arreglar lo que tengáis entre manos.

- ✓ Podéis intercambiar ideas sobre las posibles opciones de acuerdo de divorcio. Como resultado surgirán ideas acerca de la atención de los hijos, el reparto de bienes, la pensión compensatoria si fuera necesaria y la pensión de alimentos para los hijos; asuntos todos en los que quizá no hubierais pensado.
- ✓ Tú tienes el control. Tú tomas las decisiones difíciles en la mediación, no un juez y nadie te obliga a hacer nada.
- ✓ Mantienes abiertas todas las posibilidades. Si no funciona la mediación siempre puedes volver con el abogado para que negocie en tu nombre y aproveche la información recabada, o bien ir directamente a los tribunales.
- ✓ Mantienes el derecho a la intimidad. Cuando recurras a la mediación sólo el mediador y tu cónyuge oyen lo que dices.
- ✓ Tanto tú como tu cónyuge estaréis más satisfechos con el acuerdo y lo cumpliréis porque lo habéis trabajado de forma conjunta y no ha sido la decisión de un juez.

El mediador

Los mediadores suelen tener estudios de derecho, psicología, trabajo social o educación social. Eso les permite ocuparse de las relaciones de otras personas o de sus decisiones. No obstante, la legislación española no establece qué titulación se exige para desempeñar el trabajo de mediador; son las comunidades autónomas las que regulan esta cuestión. Por otra parte, todos los mediadores reciben una formación adicional que los prepara para actuar entre los miembros de parejas separadas o en proceso de divorcio.

A veces, la mediación no es la vía óptima

La mediación no te conviene si:

- ✓ Tu cónyuge te intimida o te amenaza.
- ✓ No tienes muy claro que tu matrimonio haya terminado, o aún estás pensando cuáles son las prioridades y objetivos del divorcio; por tanto no sabes qué habría que negociar.
- ✓ No puedes conseguir toda la información necesaria para negociar en condiciones de igualdad con tu cónyuge (por ejemplo, sospechas que oculta información sobre bienes). Un buen abogado nunca te dejará ir a una mediación sin preparación.

Aunque los mediadores os ayuden a recuperar la comunicación si se hubiera cortado, ambos tenéis que estar preparados para que la mediación sea eficaz; de lo contrario, la mediación no es la mejor de las ideas.

Un mediador familiar debe estar inscrito en un registro y cumplir entre otras, con las siguientes obligaciones:

- ✓ Guardar confidencialidad y el secreto profesional.
- ✓ Abstenerse de mediar en los supuestos de incompatibilidad, es decir, no pueden asesorar a una sola de las partes ni tener amistad o enemistad con ellas.
- ✓ No cobrar honorarios a las personas que tengan reconocido el derecho a la asistencia jurídica gratuita.
- ✓ Ser imparcial y neutral.
- ✓ Debe proporcionar a las partes en conflicto información y asesoramiento adecuados.
- ✓ No permitir que se adopten acuerdos que vayan contra las leyes, especialmente los que puedan perjudicar a los intereses de los hijos menores de edad o discapacitados.

Trabajar con un mediador cualificado os garantiza que todos los acuerdos alcanzados se harán dentro de la ley. Aun así, tendréis que constatar que las decisiones tomadas durante la mediación son jurídicamente vinculantes, ya sea mediante un abogado o de otra forma. Siempre tenéis la opción de recibir asesoramiento jurídico individual antes de tomar una decisión; y hacerlo es muy importante. Cualquier mediador que se precie os dirá que también necesitáis un abogado, ya que no debe aconsejaros individualmente sobre las propuestas alcanzadas durante la mediación. Si necesitas ayuda con las cuestiones jurídicas puedes preguntar al abogado en cualquier momento durante la mediación (consulta más adelante el apartado “El abogado te ayuda en la mediación o si no llegáis a un acuerdo”).

Eso no quita que el mediador use sus conocimientos, ya que, como entiende de leyes y procesos judiciales, tiene la capacidad de desactivar situaciones potencialmente explosivas durante las sesiones. Por ejemplo, si tu cónyuge se pone como una fiera porque le preguntas cuánto gana, el mediador puede recordarle que tu abogado necesita esa información y que la puede obtener de todas formas mediante la prueba que se practique en el juicio.

La función del mediador

El mediador no decide ni impone nada. Lo que hará será escucharos y ayudaros

a que vosotros mismos encontréis la mejor solución a través del diálogo. Si decides seguir adelante con la mediación, las sesiones suelen realizarse a tres bandas: ambos miembros de la pareja y el mediador.

En la primera sesión, el mediador:

- ✓ Establece las normas básicas de las negociaciones.
- ✓ Aclara las cuestiones que queréis resolver.
- ✓ Elabora un programa para las conversaciones.

El siguiente paso es trabajar a partir de dicho programa y seguirlo punto por punto. El número de sesiones dependerá de la complejidad de los asuntos que tengáis que resolver y de la capacidad de trabajar juntos. No obstante, una sola sesión de mediación no suele ser suficiente para resolver todos los puntos, de modo que quizá os lleve tres o más sesiones llegar a un acuerdo.

Hay unas cuantas cosas que un mediador no hará (no debe hacerlas):

- ✓ No toma partido.
- ✓ No da su opinión.
- ✓ No proporciona asesoramiento jurídico; aunque sea abogado de familia, no sería ético que diera asesoramiento legal.
- ✓ No soluciona problemas de pareja; no es un terapeuta matrimonial.
- ✓ No toma decisiones por vosotros.
- ✓ No os ordena que hagáis algo que no queréis hacer ni os lanza ultimátums.

Lo que sí hará es establecer un entorno el que os sintáis cómodos y expreséis vuestras opiniones tranquilamente, habléis de vuestras diferencias y resolváis los problemas juntos.

Recordad que podéis abordar con el mediador todos los asuntos espinosos de la separación. Su ayuda puede servir para llegar a un acuerdo tanto en lo relacionado con los hijos, como en temas económicos y patrimoniales.

En busca de un mediador

Antes de recurrir a un mediador, pregúntale al abogado si conoce a alguno. Es importante tener en cuenta la cualificación profesional del mediador, por ello debes informarte sobre la formación de los que tiene en la lista de posibles y elegir en consecuencia. Ponte en contacto con uno o dos y hazles estas

preguntas:

- ✓ ¿Qué tipo de formación en mediación tiene?
- ✓ ¿Desde cuándo se dedica a la mediación?
- ✓ La mediación que lleva a cabo es sólo respecto a las responsabilidades parentales o abarca además aspectos económicos?
- ✓ ¿Qué coste tendrá la mediación? ¿Cobra por hora o por sesión?
- ✓ ¿Cuánto durará el proceso de mediación?

Puedes encontrar un mediador cualificado poniéndote en contacto con el Centro de Mediación Familiar de tu comunidad autónoma. En el Apéndice B encontrarás un amplio listado de servicios de mediación en España.

Un acuerdo de mediación

Un acuerdo de mediación es algo parecido a esto:

Los abajo firmantes expresamos nuestra sincera intención de:

- ✓ Ser equitativos
- ✓ Dejar culpas y reproches fuera de las negociaciones
- ✓ Colaborar
- ✓ Tener presentes las necesidades de nuestros hijos, las nuestras y las de la familia en su conjunto
- ✓ Buscar el menor trastorno emocional y económico
- ✓ Actuar de acuerdo con las exigencias de buena fe
- ✓ Aceptar que todo lo que se diga está sujeto a la confidencialidad y no puede utilizarse como prueba en el juicio
- ✓ Reconocer que el protocolo de acuerdo (el documento final) no será jurídicamente vinculante hasta que lo hayamos firmado los dos, previa consulta con nuestros respectivos abogados
- ✓ Reconocer que el mediador no puede asesorar legalmente y que es nuestra responsabilidad obtener dicho asesoramiento según proceda

Asimismo debe especificarse en cuáles de los siguientes asuntos se desea que actúe el mediador:

- ✓ Custodia de los hijos
- ✓ Régimen de visitas, comunicación y estancia con los hijos
- ✓ Uso de la vivienda familiar
- ✓ Materias económicas (pensión de alimentos)
- ✓ Materias económicas (pensión com-pensatoria o compensación por razón del trabajo)
- ✓ Liquidación del régimen económico matrimonial (reparto de los bienes y deudas)

Cómo funciona la mediación



Si el divorcio te provoca enfado, rabia, tristeza o cualquier otra emoción desagradable, para que la mediación tenga éxito es muy posible que hayas de informarte y construir una valoración positiva (o al menos abierta) antes de sentarte frente a tu cónyuge (en el [capítulo 2](#) encontrarás una lista de organismos de asesoramiento).

En este sentido, la mediación familiar no es aconsejable para aquellos casos en los que:

- ✓ Uno de vosotros no tiene control sobre su voluntad; por ejemplo, padece alcoholismo o es adicto a las drogas o al juego, etc. En estos casos es necesario un tratamiento previo al inicio de un proceso de mediación.
- ✓ Tú o tus hijos habéis sido objeto de violencia familiar, pues en estos casos, las decisiones estarán condicionadas por el temor al otro.

El procedimiento

Cuando recurras a la mediación, el primer contacto con el mediador suele ser en persona para hablar en confianza sobre la idoneidad de la mediación en tu caso y sobre las cuestiones que quieres resolver. También debe hablar con tu cónyuge para asegurarse de que ambos optáis por la mediación y que entendéis lo que implica.

Si finalmente optáis por esta vía, tendréis que firmar un acuerdo de mediación para empezar a trabajar.

La mediación funciona construyendo paso a paso la comprensión mutua, la cooperación y solucionando problemas, no se trata de ganar o perder. Durante las sesiones, el mediador actúa como promotor de consensos, como facilitador, y ayuda a lograr lo siguiente:

- ✓ Concreta qué se necesita para ir avanzando.
- ✓ Organiza los debates y determina qué temas se tratarán primero y cómo se abordarán.
- ✓ Hace avanzar el debate.
- ✓ Informa sobre cuestiones jurídicas cuando es necesario (pero no es un asesor legal).

Identificar los problemas y establecer un programa

Puede que al empezar la mediación ambos miembros de la pareja tengáis un plan diferente para las negociaciones; en ese caso tendréis que trabajar con el mediador para establecer un programa conjunto. Por ejemplo, crees que vas a perderlo todo —pareja, hijos, hogar y estilo de vida—, y si no fuiste tú quien pidió el divorcio, eso es muy injusto. Ahora bien, si fuiste tú el que lo pidió, tu idea es que estarás mejor sin tu cónyuge, que te quedarás en la casa con los niños y que actuarás con generosidad a la hora de conceder visitas a tu ex pareja. El mediador no te dejará que lo primero que hagas sea poner estos argumentos encima de la mesa; os instará a establecer un programa sobre los asuntos que hay que abordar. Generalmente las cuestiones que hay que tratar se pueden separar en tres grandes grupos:

Responsabilidades de los padres

- ✓ La forma de explicarles a vuestros hijos la decisión de la ruptura
- ✓ El lugar donde vais a vivir de forma habitual vosotros y vuestros hijos
- ✓ Cuál es el tiempo que los hijos van a disfrutar con cada uno de vosotros
- ✓ Aspectos relacionados con la salud, la educación y el bienestar de los hijos

Responsabilidades económicas

- ✓ Las necesidades económicas de los hijos
- ✓ La contribución de cada progenitor a las necesidades económicas de los menores

Reparto de bienes y deudas comunes

- ✓ Cómo se repartirán el dinero y las propiedades, así como las deudas que habéis acumulado durante la convivencia

Esta lista, por supuesto, no es cerrada. Por el contrario, no dudes en plantear cualquier otra preocupación que como padre o madre tengas a la hora de afrontar la separación.

Negociar los presupuestos futuros

Cuando veáis vuestros ingresos, gastos, bienes y obligaciones en una lista podréis cuantificar qué necesitaréis y de qué disponéis.

Cuando se tiene menos de lo que se necesita, hay que hacer algo para reducir ese déficit, como aumentar los ingresos, vender algunos bienes, pagar deudas o reducir los gastos futuros. Para buscar la mejor forma de reducirlos, tendrás que decidir algunas cosas:

- ✓ Tus objetivos y prioridades. Trabaja para conciliar tus objetivos y prioridades como base para negociar la forma de repartir los bienes y las obligaciones además de tus gastos y los de tus hijos.
- ✓ Opciones. Una vez que hayáis establecido algunos objetivos comunes, empieza a pensar en las opciones para cumplirlos. Por ejemplo, si uno de los objetivos comunes es que cada uno tenga un alojamiento lo bastante grande para albergar a los hijos, podéis acordar que, para alcanzarlo, lo mejor es vender el domicilio familiar y que cada uno se compre una propiedad más modesta o alquile una vivienda.

Los objetivos y las opciones que se discuten en la mediación son absolutamente confidenciales, es decir, ni tú ni tu cónyuge, ni tampoco vuestros abogados, pueden citar en un juicio lo dicho durante la mediación. Evidentemente, el mediador tampoco podrá declarar en la vista. El objetivo de esta restricción es crear un entorno en el que podáis hablar sin tapujos sobre cualquier opción sin preocuparos por las posibles repercusiones que pudiera tener en un futuro proceso judicial.

- ✓ Un plan sobre la guarda y custodia de vuestros hijos y el régimen de comunicación, visitas y estancias. Hay que decidir en función de lo más adecuado y factible para los niños si se comparte su cuidado por igual o si uno de los dos se queda con la guarda y custodia. Si os decidís por esta última opción, tendréis que decidir cómo se llevará a cabo y cómo se mantendrá el coste de tener a los hijos cerca. Consulta el [capítulo 10](#) para tener más información sobre este asunto.
- ✓ Manutención de los hijos. También debéis pensar en la manera de repartir el coste de las necesidades de vuestros hijos, así como sus gastos extraordinarios. En el [capítulo 13](#) encontrarás más información sobre la pensión de alimentos y los gastos extraordinarios.
- ✓ Qué hacer con la vivienda. En los [capítulos 3](#) y [11](#) encontrarás algunas de las opciones más comunes para mantener o vender la casa. Con todo el panorama delante podrás ver claramente qué opciones te irán mejor.

La voz de los hijos

Una gran ventaja de la mediación es que podéis hablar sobre el futuro de vuestros hijos. Si te cuesta hablar de ello, que suele ocurrir (vuelve al [capítulo 10](#)), un psicólogo puede ayudarte a controlar esas emociones para que sigas valorando al otro como un progenitor y hablándole como tal, y no sólo como tu ex.

Una vez que tus planes empiecen a coger forma, no compitas por los hijos; en

vez de eso, colabora. Posiblemente el mediador te sugiera que consultes con los críos acerca de los planes que tienes. Puedes hablarles del divorcio en general (como se indica en el [capítulo 10](#)), pero también puedes hacerlos partícipes de la planificación, lo que te ayudará a ver las cosas desde su punto de vista.

Por supuesto, en función de la edad y de la capacidad de los niños para afrontar el asunto la conversación tendrá que tener un aire u otro y ahondar más o menos. Si tienen edad suficiente para entenderlo, háblales de las propuestas sobre su guarda y custodia. Pídeles que den su opinión: prefieren vivir entre dos casas o vivir la mayoría del tiempo con uno de los dos; y en tal caso, cómo van a hacer para no alejarse del otro progenitor. Los niños suelen tener las cosas muy claras al respecto. No puedes dejarles que decidan por ti, eres responsable de su educación, pero puedes pedirles su opinión.

A veces los niños saben hacerlo mejor

Ramón y Carla, de 11 y 8 años, asistieron a una reunión con el mediador pero sin sus padres para hablar sobre los planes que éstos tenían para organizar su cuidado. Los mayores habían pensado que los niños debían cambiar de casa varias veces a la semana: uno de los progenitores los recogería en el colegio unos días y el otro lo haría los restantes. Las discusiones eran constantes, por lo que no querían verse cara a cara.

Cuando el mediador les contó a Ramón y Carla el plan de sus padres respondieron sin dudarle: "Demasiado lío". En función de sus actividades extraescolares, que hacían por separado, sugirieron una serie de simples ajustes que resolvían la cuestión para sus padres y para sí mismos.

Le pidieron al mediador que, cuando informara a sus padres, hiciera especial hincapié en que querían por igual a papá y a mamá, además de pedirles que dejaran de discutir delante de ellos. Cuando el mediador se volvió a reunir con los padres y expuso las ideas y sentimientos de los niños, se emocionaron y se sintieron especialmente orgullosos de que sus hijos hubieran sido mucho más prácticos que ellos.

El protocolo de acuerdo

A medida que se va negociando con ayuda del mediador, éste va anotando las propuestas. Al final de las sesiones, las propuestas se exponen por escrito, es lo que se suele llamar *protocolo de acuerdo*. Antes de firmarlo debéis consultarlo con vuestros abogados, sobre todo si contiene cuestiones patrimoniales. Una vez firmado debéis entregar ese documento a los abogados respectivos, pues partirán de él para redactar el convenio regulador que, a su vez, os servirá para tramitar vuestra separación o divorcio.

El abogado te ayuda durante la mediación o si no llegáis a un acuerdo

En todo momento mientras se celebran las sesiones de mediación puedes consultar las propuestas tratadas con el abogado. Si os decantáis por la mediación, la tarea de tu abogado no será simplemente dirigiros a un mediador para que lo solucione todo; como mínimo, tendrá que prepararte para dicho proceso de mediación. Así, tendrá que ayudarte a:

- ✓ Elaborar una lista de asuntos concretos que quieres solucionar.
- ✓ Identificar objetivos y prioridades.
- ✓ Evaluar las opciones.
- ✓ Analizar antes toda la información que tu cónyuge pueda haber aportado para que la entiendas y sepas hacer la pregunta adecuada al respecto.
- ✓ Desarrollar un plan de mediación o una estrategia.
- ✓ Evaluar si necesitas otro tipo de ayuda profesional (asesor financiero, auditor, actuario de pensiones).

En función de tu capacidad para negociar con tu cónyuge durante las sesiones de mediación y de la complejidad de los asuntos tratados, tu abogado también puede echarte una mano con otros asuntos importantes:

- ✓ Confirma o cuestiona la información que el mediador o tu cónyuge te den.
- ✓ Analiza contigo cualquier acuerdo que redacte el mediador.

Si hay algo con lo que difieres durante la mediación le puedes pasar al abogado la tarea de intentar alcanzar un acuerdo con el abogado de tu cónyuge. De esa manera no se pierde el tiempo y el esfuerzo dedicado a la mediación. (Es conveniente que leas el [capítulo 17](#) para saber qué puedes esperar del abogado.)

Si tu abogado tampoco alcanza un acuerdo, tú o tu cónyuge podéis llevar vuestro caso ante los tribunales. En el [capítulo 18](#) hallarás más información sobre lo que te puedes encontrar si vas a juicio.

Recuerda que todos, también el mediador, habréis aceptado antes de empezar la mediación cumplir con la más estricta confidencialidad. La única razón para violarla es que exista un peligro real para un menor o para otro adulto, lo que debe ser denunciado. Por lo tanto, lo que se diga en la mediación no se puede usar en el juicio.

Capítulo 17

El mejor acuerdo que un abogado pueda conseguir

En este capítulo

Qué esperar de un abogado

Qué espera el abogado de ti

Las medidas provisionales

El abogado necesita información

El acuerdo final de divorcio

La ratificación del acuerdo

Cuando contratas a un abogado para que te represente en el proceso de divorcio os convertís en colaboradores —dais y recibís— y el avance y los resultados del divorcio, por no hablar de sus costes, dependen en gran medida del buen funcionamiento de esa colaboración.

A través de este capítulo irás viendo qué puedes esperar de un abogado y qué puede esperar de ti el abogado que contrates; además sabrás qué tipo de información necesita éste para representarte lo mejor posible (y al menor coste) y que vuestra relación abogadocliente sea productiva y eficaz.

También verás de qué manera puedes organizar las reuniones y elaborar propuestas de trabajo. Por último, encontrarás información sobre la preparación del acuerdo final de divorcio.

Qué esperar de un abogado

Desde el principio, tanto tú como tu abogado tenéis que saber qué esperar el uno del otro. Como mínimo, él debería:

- ✓ Facilitarte una hoja de encargo en el que se establezcan los términos y las condiciones de la relación abogado-cliente y el presupuesto. No contrates a un letrado que se niegue a firmarte un contrato.
- ✓ Cumplir con los términos de la hoja de encargo y avisarte con antelación si hay que cambiar algo de lo acordado. Te aseguraste de obtener algo escrito

de tu abogado, ¿verdad?

- ✓ Establecer un plan y una estrategia para ocuparse de tu divorcio, y explicártelos tras familiarizarse con los hechos de tu caso. No tiene por qué explicarte todos los detalles, pero sí darte una idea general de cómo va a llevar tu divorcio para conseguir un acuerdo adecuado.
- ✓ Explicarte claramente todas las opciones, responder a todas las preguntas con franqueza y respetar tus preferencias y decisiones. De todas maneras, prepárate para escuchar cosas que no te van a gustar, como que tus expectativas de divorcio no son razonables, que debes renunciar a ciertos bienes o que te tocará pagarle una pensión a tu cónyuge o que tu cónyuge no cede en una cuestión que es capital para ti.
- ✓ Poner todo de su parte para alcanzar una solución negociada.
- ✓ Advertirte en caso de que tus prioridades y objetivos no sean legales o económicamente viables.
- ✓ Devolverte las llamadas y responder a tus correos electrónicos en un plazo razonable (un día es aceptable), y de inmediato si dejas muy claro que necesitas una respuesta urgente.
- ✓ Preguntarte antes de plantear una oferta en la mesa de negociaciones o tomar otras decisiones importantes relacionadas con el divorcio.
- ✓ Mantener la confidencialidad de tu información personal y económica.
- ✓ Guardar toda la documentación en un lugar seguro y facilitarte copias cuanto se lo pidas. El abogado deberá devolverte esos papeles en cuando se dicte sentencia firme de divorcio, o incluso antes si se lo pides.
- ✓ Ser tu asesor provisional, además de tu abogado, para recomendarte servicios de otros profesionales que podrían ayudarte a afrontar aquellos aspectos del divorcio que no están relacionados con la parte legal. Un abogado que se precie siempre se preocupa por el estado emocional y psicológico de sus clientes a la vez que se ocupa de los aspectos legales del divorcio.
- ✓ Explicarte la posibilidad de recurrir a un mediador y recomendarte uno.



Siempre hay que estar preparado para alguna decepción o frustración durante las negociaciones, pero no culpes a tu abogado por ello, ya que se da por hecho que está haciendo todo lo que puede en tu caso y no siempre tiene soluciones inmediatas.

Qué espera el abogado de ti

Para ayudarte a conseguir el mejor divorcio posible, el abogado necesita que cuando lo requiera le informes y orientes. Responde a lo que te pida lo más rápido y mejor posible. Participar de forma activa y estar atento a las peticiones de tu abogado es la mejor manera de asegurarte de que la asistencia jurídica no te saldrá por un pico y de que el acuerdo final de divorcio reflejará una parte de tus objetivos y prioridades.

El abogado te indicará cosas que debes hacer y otras que debes evitar durante el proceso de divorcio. Su objetivo es proteger tus intereses legales y tu seguridad. ¡No pases de lo que te diga! Si lo haces, podrías menoscabar su trabajo y poner en peligro tus intereses o los de tus hijos. Los siguientes apartados explican lo que un abogado espera de su cliente.

Que digas lo que piensas y preguntes

Confiar en el criterio de tu abogado no significa que no puedes hacer preguntas, pedirle una explicación cuando dice algo que no entiendes o hablar claramente cuando no estás de acuerdo con sus recomendaciones.

Sopesa sus consejos y opiniones. Habla y discute sus puntos de vista: tú sabes mejor que nadie lo que más te conviene y hasta dónde puedes llegar para conseguirlo. Recuerda, las decisiones las tomas tú, el abogado sólo recomienda.

Que pagues puntualmente

Si pagar las facturas del abogado te representa un problema, no dejes que se acumulen. Si ves que tienes dificultades económicas, averigua si el abogado está dispuesto a elaborar un plan de pagos u otro tipo de acuerdo económico. Padecer problemas de dinero no es una excusa para desaparecer y dejar de hablar con el profesional que ya ha dedicado tiempo y esfuerzo a tus asuntos; eso puede perjudicarte.



Si no pagas las facturas, el abogado puede dejar de trabajar en tu caso y renunciar a tu defensa solicitando al juez desligarse de tu causa. Si esto ocurre, tendrás que contratar a otro abogado, lo que alargará el proceso de divorcio. Seguirás teniendo la obligación de pagar los gastos pendientes (una deuda contraída no desaparece), a lo que tendrás que añadir los gastos de un letrado nuevo. Tu abogado no se puede negar a mandarle los papeles al nuevo

hasta que pagues lo que debes, pero te puede exigir judicialmente el pago, mediante un procedimiento de jura de cuentas.

Que lo mantengas informado de cualquier cambio en tu vida

El abogado tiene que estar al tanto de cualquier cambio que afecte a tu situación personal o a la vida de tu cónyuge y que repercuta en el divorcio o en tu seguridad. Por ejemplo, infórmale si tu cónyuge amenaza con presentar batalla por los niños, si su negocio tiene problemas económicos, si entablas una nueva relación o si tu ex pareja se comporta de forma ultrajante.



No pases por alto si tú o tu cónyuge recibís alguna carta de requerimiento de pago. Las deudas que tengáis pendientes influirán en la cuantía de la pensión de alimentos o compensatoria que fije el juez, así que se tendrán en cuenta cuando se esté negociando el acuerdo.

Que no creas que es un terapeuta

El abogado es tu asesor legal, no tu psicólogo. Ocupar su tiempo con diatribas contra tu ex o preocupaciones o lamentos sobre lo que pudo ser y no fue es una buena forma de aumentar exponencialmente la factura. Si es duro afrontar el divorcio, o simplemente necesitas un hombro donde llorar, habla con alguien de confianza o un familiar o busca un psicólogo. En el [capítulo 2](#) encontrarás una lista de organismos de asesoramiento y en el 9 dispones de información sobre cómo cuidarte.

Medidas provisionales de divorcio

Si estamos ante un divorcio contencioso, una de las primeras cosas que hará tu abogado será solicitar al juez que mientras no se dicte sentencia definitiva, adopte las medidas necesarias para proteger tus intereses y, sobre todo, los de los hijos. Por ejemplo, tu abogado puede solicitar la adopción de medidas que establezcan lo siguiente:

- ✓ La separación provisional
- ✓ La pensión de alimentos para los hijos
- ✓ La pensión de alimentos para ti y con cargo a tu cónyuge, si no tienes ingresos que te permitan atender a tus necesidades básicas
- ✓ Las garantías para asegurar el cumplimiento del pago de la pensión

- ✓ La guarda y custodia de los niños y el régimen de visitas
- ✓ La atribución provisional del uso de la vivienda familiar
- ✓ El control de los bienes si temes que tu cónyuge malgaste u oculte los bienes familiares
- ✓ Una orden de protección si se ha dado violencia de género o violencia contra los niños

Si te preocupa que tu pareja se fugue con los niños, el abogado también puede solicitar al tribunal que se lo prohíban (en el [capítulo 10](#) hay más información).

Una vez que el abogado presenta todo el papeleo en el tribunal, el juez organiza una vista para decidir sobre las medidas solicitadas. En ella el abogado de tu cónyuge tiene la oportunidad de argumentar por qué no deben acordarse todas o alguna de las medidas que tu letrado ha solicitado como provisionales.

El abogado necesita información

En la primera reunión tienes que facilitarle al abogado información sobre tu familia, matrimonio, posesiones, razones para divorciarse, etc., pero, una vez formalizada la relación cliente-abogado, necesitará saber algo más de ti.

La mayor parte de la información se recoge en entrevistas con el abogado y mediante documentación que irás proporcionando: nóminas, extractos de cuentas bancarias, recibos de tarjetas de crédito, escrituras de propiedad, pólizas de seguro, contratos de arrendamiento, facturas, créditos, cuentas de explotación comercial y hojas de balance, registros de las inversiones, presupuesto familiar y otros documentos (en el [capítulo 3](#) encontrarás una lista de todo lo necesario).



No intentes decidir lo que necesita el abogado. Si es necesario, pídele que te explique por qué se requiere esa información, pero no seas reticente ni suspicaz. Proporcióname toda la información posible, no ocultes nada pensando que no tiene importancia. Si te guardas información, la estrategia de negociación de tu abogado se puede ir a pique o complicar el divorcio. Si dejas de contarle cosas pero tu cónyuge no lo hace con el suyo, el otro abogado tiene ventaja y podría perjudicarte si presenta esa información durante el juicio.

Si lees el [capítulo 7](#) y sigues los consejos irás un par de pasos por delante. Pero si vas dejando el papeleo para mañana porque el proceso es tedioso —que lo es—, el abogado no podrá defenderte debidamente. Recuerda, cuanta más

información tenga, menos necesidad habrá de solicitarle al juez que se consigan pruebas. Además éste no permitirá a tu abogado que solicite pruebas que tú podías aportar, como, por ejemplo, tus nóminas o tu declaración de renta. Los siguientes apartados muestran un resumen de lo que tu abogado debe saber.

Información personal

Preparar una estrategia para poner fin al matrimonio y para determinar qué te correspondería por el divorcio es una tarea que abarca muchos asuntos; por eso el abogado necesita información personal sobre tu matrimonio y sobre los hijos. Por lo tanto, entre otras muchas cosas, te preguntará lo siguiente:

- ✓ La historia de tu matrimonio: cuándo y dónde os casasteis, si fue una boda civil o religiosa, si los dos habéis trabajado durante la convivencia, cuál ha sido el último domicilio conyugal y si ya vivís separados de hecho.
- ✓ Detalles de vuestras vidas, como formación, cualificación profesional y experiencia laboral, para valorar las opciones de pedir una pensión compensatoria o de tener que pagarla.
- ✓ Historiales médicos; incluso si alguno de vosotros tiene alguna enfermedad grave o problemas emocionales, no sólo de cara a la pensión compensatoria, sino porque puede influir en la capacidad de cada uno de vosotros para haceros cargo de los hijos.
- ✓ Edad de los hijos, dónde viven, si tienen alguna necesidad especial (educativa, física, emocional...); si van a un colegio privado o público, etc.

Información económica y legal

El abogado también dedicará buena parte de su tiempo a los pormenores de tus finanzas y analizará todos los acuerdos que hayas firmado con tu cónyuge. Entre otras cosas, tiene que saber lo siguiente:

- ✓ Si hay un convenio privado de separación o una sentencia judicial de separación. En ese caso, tiene que leerlo pues tendrá mucha importancia para el divorcio (en el [capítulo 6](#) hay más información sobre los acuerdos de separación).
- ✓ Si uno de los dos o conjuntamente tenéis propiedades, casas, edificios o terrenos. Tendrás que entregarle copias de las escrituras de propiedad y de las hipotecas. Si no las tienes puedes solicitarlas en el Registro de la Propiedad, a través de su web (www.registradores.org).
- ✓ Si habéis firmado capítulos matrimoniales o algún otro documento por el que hayáis acordado cómo regir vuestras relaciones tras la separación o

divorcio (hay más información sobre este asunto en el [capítulo 21](#))

- ✓ Si tu cónyuge o tú tenéis algún seguro de vida o fondos de inversiones
- ✓ Si tu cónyuge o tú poseéis acciones de una sociedad anónima o participaciones de una sociedad limitada o sois socios comerciales o independientes, o si tenéis otros intereses comerciales comunes
- ✓ Los bienes y las deudas que tienes, y de donde obtienes el dinero para pagar las propiedades (piso u otras viviendas, edificios o terrenos)
- ✓ Cuánto ganas al año de todas tus fuentes de ingresos: sueldos, primas y otros ingresos relacionados con tu trabajo, dividendos, ingresos provenientes de depósitos bancarios, pensiones, rentas, prestaciones, créditos fiscales, etc.
- ✓ Si alguno de los dos ha colaborado de alguna forma en la trayectoria profesional del otro, en negocios o en la familia en general (por ejemplo, financiaste el negocio o trabajaste en él; tu cónyuge te ayudó mientras estudiabas; utilizaste fondos propios o heredados para comprar bienes o pagar la manutención de la familia)
- ✓ Si alguno ha malgastado el patrimonio familiar; por ejemplo, por el juego, drogadicciones, prostitución, etc.
- ✓ El presupuesto familiar actual

Otras informaciones

El abogado te preguntará qué situación esperas que se derive del divorcio, tanto en lo económico como acerca de los hijos, y a qué estás dispuesto a renunciar o qué sacrificios harías para conseguir esa situación deseada. Lo necesita para poder pensar una estrategia adecuada, pero, también, porque debe estar seguro de que tienes expectativas realistas sobre el resultado del divorcio. Teniendo en cuenta lo anterior, te interrogará sobre lo siguiente:

- ✓ Objetivos y prioridades del divorcio
- ✓ Por qué crees que tu acuerdo sobre los hijos es razonable y el de tu cónyuge no lo es (en caso de que no estéis de acuerdo en este punto).
- ✓ Cuáles son las cuestiones en las que no vas a transigir y por las que te embarcarías en un juicio.

Los detalles del acuerdo

Si tu abogado considera que es posible alcanzar un acuerdo, perfilará los detalles de la propuesta para que la apruebes. A continuación se lo hará llegar al abogado

de tu cónyuge, generalmente sin documentos escritos, y esperará a que le dé respuesta en un plazo prudencial de una o dos semanas. Con la respuesta del abogado de tu cónyuge se verá cuál es su reacción ante vuestras posturas.

Cuando las dos partes consideren que están cerca del acuerdo final, uno de los abogados preparará un borrador de convenio regulador. El otro abogado lo revisará para comprobar que se recogen todos los acuerdos alcanzados. (Ve al [capítulo 14](#) si necesitas refrescar qué es el convenio regulador.)

Léelo todo, aunque lo haya preparado tu abogado, y comenta lo que te parezca oportuno. No aceptes ninguna propuesta si no te gusta, ninguno de los dos estáis obligados a aceptar un borrador de convenio regulador si no os gusta.



Cuando el abogado te informe sobre los puntos principales y las cuestiones legales, puede sugerirte que tu cónyuge y tú liméis los términos del acuerdo final por vuestra cuenta y no por boca de vuestros abogados (suponiendo que os habléis); tras ese último paso, el letrado redactará el acuerdo final de divorcio. También puede sugerirte que recurras a la mediación si surge algún escollo (por ejemplo en lo relacionado con los hijos) que crea que puede superarse si lo negociáis con ayuda de un tercero.

Evaluar la propuesta

Evalúa el acuerdo propuesto por tu cónyuge o por su abogado y decide si estás de acuerdo. Cuando lo hagas, plantéate lo siguiente:

- ✓ ¿Es un acuerdo aceptable?
- ✓ ¿Están reflejados los intereses de los niños?
- ✓ ¿Qué le falta a este acuerdo? ¿Vale la pena ponerse a negociar otra vez por lo que falta?
- ✓ ¿Tengo razón al no conformarme con lo establecido en el acuerdo o me pueden los sentimientos?
- ✓ ¿A qué tendría que renunciar si reclamo por lo que falta? ¿Valdría la pena? ¿Qué consecuencias tendría no solucionarlo ahora?
- ✓ ¿Mi ex cederá en algo?
- ✓ ¿Saldré ganando si rechazo el acuerdo y vamos a juicio? ¿Qué es lo peor que puede pasar? (Tu abogado te explicará los pros y contras teniendo en

cuenta la legislación que os afecte.)

- ✓ ¿Qué tipo de lastre económico y sentimental estamos dispuestos a asumir mis hijos y yo? ¿Es la solución para conseguir lo que quiero?

Habla con el abogado sobre las ventajas y los inconvenientes de la propuesta de acuerdo. Opina, muestra tus preocupaciones y pregúntale qué piensa del acuerdo. Podrá decirte que ese acuerdo es lo mejor que puedes obtener, que podrías sacar algo más si sigues negociando o que no te es favorable. Al final, eres tú el que decide qué responder a la propuesta que tienes encima de la mesa.

El acuerdo final

A partir de que alcancéis un acuerdo final sobre los términos y los elementos fundamentales del divorcio, se suceden los siguientes pasos:

- ✓ Tu abogado (o el de tu cónyuge) redactará la propuesta de convenio regulador en la que se detallarán los acuerdos. (En el [capítulo 14](#) encontrarás algunos detalles sobre el convenio regulador.)
- ✓ Si finalmente ambos estáis conformes con su contenido, firmaréis tres copias: una para cada uno de vosotros y la tercera para presentársela al juez.
- ✓ Uno de los abogados redactará la demanda de divorcio de mutuo acuerdo.
- ✓ El procurador llevará al juzgado la demanda de divorcio y la tercera copia del acuerdo firmada por vosotros dos.
- ✓ Os citarán a los dos para que acudáis al juzgado a ratificar vuestra decisión de romper la convivencia (separación o divorcio).
- ✓ Os mostrarán el convenio regulador y os preguntarán a cada uno si reconocéis como vuestras las firmas que figuran en él y si estáis conformes con los acuerdos.
- ✓ Firmaréis el acta de ratificación, si no ha pasado nada raro. Esto será una mera formalidad y en cinco o diez minutos habréis acabado. El proceso seguirá su trámite y ésta será la única intervención que tendréis ante el juez.

No te impacientes con los vaivenes de las negociaciones. Que todo cuadre es muy importante, ya que cuando firméis el acuerdo será una prueba jurídicamente vinculante, lo que os obligará a cumplir con lo estipulado, guste o no guste.

Cambiar el acuerdo después



Ten muy claro que una vez firmado el acuerdo no se pueden modificar los pactos relativos al reparto de bienes y deudas. Sólo se puede volver a examinar las disposiciones relativas a los hijos o a las pensiones compensatorias o de alimentos, y eso en caso de que se haya producido un cambio sustancial de las circunstancias vitales de uno de los dos, lo cual tendréis que justificar debidamente.

La sentencia de divorcio



Si tenéis hijos menores de edad, una vez que hayáis manifestado ante el juez que estáis conformes con el contenido del convenio regulador y con la petición de disolución del matrimonio por divorcio, el acuerdo pasa al ministerio fiscal.

El fiscal examinará los acuerdos del convenio que afectan a los hijos menores y le dirá al juez si protegen adecuadamente sus intereses. Si lo aprueba el fiscal, el juez dicta sentencia de divorcio. Si no tenéis hijos o éstos son ya mayores de edad, el trámite es aún más rápido, ya que se dicta sentencia tras haberos ratificado en la petición de divorcio y en el contenido del convenio regulador.



Guarda en un lugar seguro una copia del convenio regulador y de la sentencia de divorcio. Son documentos importantes y puede que los necesites más adelante. Además, te los pedirán si quieres volver a casarte. Si los pierdes, puedes solicitar una copia compulsada, pero deberás hacerlo a través de un abogado y un procurador (y te costará dinero, claro).

Capítulo 18

El divorcio en manos del juez

En este capítulo

- El divorcio mediante un proceso contencioso
- Las secuencias del proceso contencioso
- La declaración ante el juez
- El papel del juez y las secuencias del juicio
- Pondera los pros y contras de un recurso de apelación

Si no hay manera de que resolváis la separación o el divorcio entre vosotros, ni siquiera con ayuda de abogados y mediadores, tenéis la opción de ir a juicio y dejar las decisiones en manos de un juez. Pero es mejor que tengas claro lo que es y lo que no es un proceso contencioso de divorcio.

Probablemente jamás hubieras pensado que tu cónyuge fuera capaz de comportarse como lo ha hecho y te parecerá que no puedes reconocer a la persona con quien te casaste. Es comprensible que para ti pesen los aspectos emocionales, pero no pretendas volcarlos en el juicio. El magistrado sólo resolverá cuestiones legales, pero no emocionales ni afectivas. No va a tener ningún peso que tu cónyuge te haya sido infiel o que no te muestre afecto, ya que el juez no permitirá a los abogados hacer referencia a la causa que motiva vuestro divorcio.

Como hemos señalado con anterioridad, tras la reforma legal del año 2005, no tiene que haber una causa para divorciarse. El único requisito para acceder al divorcio es que hayan transcurrido al menos tres meses desde que se celebró el matrimonio (salvo que exista violencia familiar, en cuyo caso ni siquiera se requiere ese plazo). Tenlo en cuenta para evitarte decepciones: el juez va a decir que estáis divorciados, pero no quién tiene la culpa de que os divorciéis.

Las sentencias suelen decepcionar a ambas partes. En los procesos de divorcio, se obtiene un resultado mejor o peor, pero nunca es totalmente satisfactorio. Si has tenido que dejar que sea el juez quien decida por vosotros, abróchate bien el cinturón: te espera un camino largo, tortuoso y lleno de baches.

En este capítulo conocerás qué sucede antes del juicio y aprenderás cómo debes

comportarte en todo el proceso. También obtendrás información sobre el recurso de apelación contra la sentencia, en caso de que consideres que la sentencia perjudica tus intereses o los de tus hijos y decidas que quieres recurrirla.

Antes de dar el paso hacia el juzgado

La prisa es mala consejera. Antes de dar instrucciones a tu abogado para que acuda con tus peticiones al juez, debes reflexionar sobre el coste económico y emocional que te comportará embarcarte en un proceso contencioso. Poner en manos del juez las cuestiones que deben resolverse junto con la declaración del divorcio es una apuesta: aunque estés convencido de que tu caso está claro y de que el magistrado automáticamente va a decidir a tu favor, debes prepararte por si te llevas una decepción.

Antes de abocarte a un juicio, hazte las siguientes preguntas y coméntalas con tu abogado:

- ✓ ¿El riesgo de perder el juicio o tener un resultado decepcionante supera cualquier beneficio que vaya a reportarte?
- ✓ ¿Puedo ceder a alguna de las pretensiones que exige mi pareja para, a cambio, obtener alguna de las cosas que son importantes para mí?
- ✓ ¿Merece la pena esperar seis meses o más para tener una sentencia cuyo resultado no me puede asegurar ningún abogado?
- ✓ ¿Quiero someter a mis hijos al trago de acudir a una exploración judicial o a tener que pasar por el equipo técnico judicial? (Si necesitas refrescar qué es ese equipo, ve al [capítulo 5](#).)
- ✓ ¿Será mejor recorrer todo el camino hasta llegar a juicio que aceptar lo que me ofrece ahora mi cónyuge?

Para ayudarte a decidir qué hacer, el abogado te informará de las sentencias judiciales en casos similares al tuyo, así como de las ventajas e inconvenientes de ir a juicio.

Está decidido: vamos a juicio

Si tras haber reflexionado y con el asesoramiento del abogado, llegas a la conclusión de que las propuestas de la otra parte no son aceptables, ha llegado la hora de prepararse a fondo para hacer un buen juicio.

Prepararse para la vista lleva su tiempo. El abogado tiene que cubrir diversos

frentes:

- ✓ Pensar sobre la mejor forma de enfocar tu defensa.
- ✓ Decidir qué pruebas debe aportar y solicitar en el acto del juicio.
- ✓ Entrenarte para que respondas adecuadamente a las preguntas que te formularán tanto el abogado de tu cónyuge, como, en el caso de que tengas hijos, el ministerio fiscal.
- ✓ Preparar el interrogatorio que le planteará a tu cónyuge.
- ✓ Pensar si es conveniente aportar testigos. Si lo es, oírlos previamente en su despacho para valorar si su testimonio puede aportar algún elemento útil al juez para resolver el asunto.

Para hacer un símil, la preparación para el juicio es algo así como la puesta en escena de una obra de teatro, en la que tú y tu cónyuge seréis los protagonistas, vuestros respectivos abogados, los directores de la obra, y el juez es el crítico y el público que valora lo que ve y oye. Sólo que, claro está, el juicio de tu divorcio va a ser mucho más trascendental en tu vida que una obra de teatro. Para que el día del juicio no tengáis sorpresas desagradables es necesario que tú y tu abogado llevéis bien preparado el guión. Lee el apartado “Ensayar para el gran día” más adelante en este mismo capítulo.

Lo que vale un juicio

El coste económico de un juicio de divorcio contencioso puede ser muy elevado. Dependerá de las cuestiones que tengan que discutirse y del importe de las pensiones que se reclamen, ya que el abogado no va a cobrarte lo mismo si tiene que discutir por una cuestión, por algunas o por todas: la custodia, el régimen de vistas, la pensión de alimentos, la pensión compensatoria, la compensación económica por razón del trabajo y la liquidación del régimen económico matrimonial.

Además, el coste variará en función del importe que reclame en tu nombre o que te reclame tu cónyuge por las pensiones.

A mayor cantidad, mayor será la minuta del abogado.

Por otra parte, tendrás que asumir el coste del procurador y, en su caso, el de la intervención de peritos. Pídele al abogado que te haga un presupuesto que lo contemple todo.

Recuerda que en España no se pagan tasas judiciales en casos de divorcio, pero sí que hay que depositar una cantidad para recurrir las resoluciones, entre 25 y 50 euros según el tipo de recurso. No pagarás esos depósitos si se te reconoce el derecho a la asistencia jurídica gratuita. El depósito se devuelve si se acepta el recurso.

Muchas personas que se separan o divorcian pretenden que la estrategia de su

abogado sea agresiva. No es buena idea; lo ideal es que tenga una estrategia astuta, contundente y siempre respetuosa. Lo importante es que lo que se alega se apoye en las pruebas que se practicarán en el juicio. La dialéctica subida de tono o la palabrería altisonante dirigida a desacreditar a la otra parte, o a intentar convencer al juez de que la otra parte tiene mucho dinero escondido, no lleva a ninguna parte si no se puede acreditar. Así que piensa bien qué le exiges al abogado.

El proceso contencioso

Si tienes que embarcarte en un proceso contencioso de divorcio pasarás por unas fases establecidas que de ninguna manera podrás evitar.

Los pasos del proceso

Los cuatro pasos desde que decides que irás a juicio son los siguientes:

1. La demanda

El procurador que te represente entregará en juzgado la demanda que haya redactado tu abogado en la que expondrá:

- ✓ La fecha y el lugar en que os casasteis, y el régimen económico matrimonial; si existe, hay que presentar el certificado de matrimonio.
- ✓ Los hijos nacidos de vuestra unión; se incluyen los certificados de nacimiento.
- ✓ El lugar de vuestro último domicilio conyugal, acreditado con el volante de empadronamiento u otro documento que pueda dejar constancia, así como el título por el cual ocupáis ese domicilio (arrendamiento, propiedad, usufructo u os lo dejó un familiar o amigo).
- ✓ Las situaciones socioeconómicas de ambos cónyuges. En este apartado expondrá si trabajáis y cuáles son vuestros ingresos (todos); vuestro patrimonio y, en su caso, las deudas, así como vuestro horario de trabajo. Todo acreditado con documentos, claro.
- ✓ Las necesidades económicas de los hijos (los gastos por todos los conceptos), también acreditados mediante documentos.
- ✓ Las medidas que solicitas en relación con la guarda y custodia de los hijos, y con régimen de visitas; también a quién pides que se atribuya el uso del domicilio familiar; qué pensión de alimentos para los hijos quieres y, si es el caso, tus exigencias de pensión compensatoria o de compensación económica.

- ✓ Se puede solicitar la liquidación del régimen económico matrimonial.

El juez mandará que se le entregue la demanda al cónyuge que no la ha presentado y le informará de que tiene veinte días para contestar.

2. La contestación

El cónyuge que reciba la demanda deberá contestar a todo lo que se pida en ella, pero no necesariamente en contra. Su respuesta puede ser que está de acuerdo con algún aspecto (por ejemplo, la petición de custodia de los hijos) y disconforme con el resto (por ejemplo, la cuantía de la pensión de alimentos para los hijos).

Esa respuesta, por supuesto, debe ir acompañada de documentos que justifiquen lo que se alega.

3. El juicio

Una vez contestada la demanda, el juez dictará una resolución por la que os citara a ti y a tu cónyuge a una vista (el juicio). En esa sesión los abogados propondrán y practicarán las pruebas. Al final, expondrán un informe oral en el que, básicamente, dirán que, a la vista de los resultados de las pruebas, piden que se acuerden las medidas solicitadas (las que habéis pensado antes, claro), tanto respecto a los hijos como en relación con las cuestiones económicas entre los cónyuges.

4. La sentencia

El juez dictará una sentencia en la que:

- ✓ Acordará la disolución del matrimonio por divorcio.
- ✓ Fijará las medidas relativas a la guarda y custodia de los hijos.
- ✓ Establecerá el régimen de visitas.
- ✓ Determinará la pensión de alimentos para los hijos.
- ✓ Atribuirá el uso del domicilio conyugal.
- ✓ Si se ha pedido, se pronunciará sobre la pensión compensatoria o la compensación económica.

Las dos partes pueden apelar la sentencia. No obstante, las medidas relativas a los hijos habrá que cumplirlas de inmediato.

El tiempo que dure este proceso dependerá de cómo esté de cargado de trabajo el juzgado que os toque. Por regla general, el tiempo medio desde que se presenta la demanda hasta que se obtiene la sentencia no es inferior a seis u

ocho meses. El trámite del recurso de apelación suele tener la misma duración.

Ensayar para el gran día

El abogado te preparará antes del juicio. Habrás tenido varias reuniones y sabrás el planteamiento que va a hacer de tu caso. Habrás leído con detenimiento lo que se expone en el escrito de demanda y en la contestación a la demanda, por lo que sabrás lo que cada uno de vosotros pide.

Cuando se acerque el día del juicio revisarás con tu abogado la estrategia de defensa. Te explicará de nuevo las cuestiones en las que existe discusión e insistirá en las posibles preguntas del abogado de tu cónyuge, del fiscal o de él mismo. Querrá saber si tienes las respuestas preparadas, de manera que te las hará para poder aconsejarte cómo debes responder y en qué tienes que incidir. Si observa que te bloqueas te sugerirá respuestas o frases que te ayuden a dar la respuesta que conviene para tu defensa.

Si en esas sesiones previas al juicio te surgen dudas sobre la manera de expresarte, qué decir y qué no decir, comunícaselo al abogado y te aconsejará. Recuerda que nadie va a contestar por ti y que ni siquiera podrás dirigirte a tu letrado para que te ayude, de modo que debes tener el guión bien aprendido.

Ha llegado el momento

Después de varias semanas de haber presentado la solicitud, si se trata de medidas provisionales, o de meses, si no se han pedido medidas provisionales, tú y tu cónyuge tendréis por fin que sentaros ante el juez, en la sala de vistas del tribunal. Si no has visto ni hablado con tu cónyuge desde hace tiempo, encontraros os generará cierta tensión.

La secuencia del juicio

Entraréis en la sala acompañados de vuestros respectivos abogados y procuradores. Asegúrate de apagar el móvil. No puedes mascar chicle ni comer ni beber.

Los abogados y procuradores subirán al estrado y se sentarán a ambos lados del juez. Vosotros os sentaréis en la primera fila de los banquillos, cada uno en el mismo lado en el que se encuentren su abogado y procurador. Si lleváis testigos no podrán entrar en la sala hasta que tengan de declarar y entraran uno por uno, cuando los llamen. Entonces se sucede la siguiente secuencia:

El aspecto es importante

Las apariencias cuentan y si no cuidas la tuya puede jugar en contra de tus intereses.

El abogado puede aconsejarte sobre la ropa más adecuada. Probablemente te dirá que te pongas algo sencillo y discreto. Si eres mujer, no te presentes al juicio como si fueras a una boda o a una fiesta. Si tienes costumbre de usar ropa llamativa, busca en tu armario algo neutro. Siempre da mejor impresión la sencillez que la extravagancia.

Si eres hombre, no es necesario que acudas al juicio con traje y corbata, si habitualmente no los usas.

- ✓ **Apertura del juicio.** El juez da inicio al juicio, dice el nombre del cónyuge que presenta la demanda, el del abogado que lo defiende y el del procurador que lo representa; y después el nombre del otro cónyuge, el de su abogado y el de su procurador. Si hay hijos citará al ministerio fiscal.
- ✓ **Intervención de los abogados.** El juez le dará primero la palabra al abogado de la parte demandante, quien se ratificará en la demanda y, si se ha producido algún hecho nuevo relevante, lo pondrá de manifiesto. Luego, será el turno de la parte demandada. Si estáis para divorciaros, el papel de este segundo abogado será el mismo que el del primero; pero si se trata de establecer medidas provisionales sólo contestará oralmente a la petición de la otra parte. Si tú eres quien ha solicitado las medidas, vas a oír que todo es al revés de como tú dices y sabrás cuáles son las pretensiones de tu cónyuge.
- ✓ **Proposición y admisión o denegación de las pruebas.** El abogado del demandante propone las pruebas; a continuación hará lo mismo el abogado del demandado; por último las propone el fiscal (sólo si hay hijos menores). Después, ambos abogados dicen si quieren impugnar algún documento de la otra parte. Por fin el juez dirá qué pruebas admite y cuáles no. El abogado al que le rechazan pruebas, protestará o recurrirá.
- ✓ **Práctica de las pruebas.** Acto seguido se procederá a practicar las pruebas que el juez haya admitido. Para comprenderlo mejor lee el apartado siguiente en el que se describen las pruebas con más detenimiento.
- ✓ **Alegaciones finales.** Los abogados exponen sus conclusiones sobre las pruebas que se han practicado en la vista, primero el abogado del demandante, después el de la otra parte y, por último, el fiscal. Éste, si ha intervenido en la vista es porque tenéis hijos menores; en ese caso, le solicitará al juez que adopte las medidas que considera más favorables para los hijos (custodia, régimen de visitas, pensión de alimentos y uso del domicilio familiar). Presta atención al discurso del fiscal, pues casi seguro que lo que pida será lo que dictamine el juez.
- ✓ **Resolución del juez.** El juez dará por finalizada la vista y el proceso quedará pendiente de dictar la resolución, lo cual nunca ocurre en ese

momento. Lo habitual es que tarde varias semanas o incluso meses.

Las pruebas

El juez no puede decidir las cuestiones que se le planteen a su antojo, sino que debe basarse en lo que dispone la ley y en las pruebas que le presenten ambas partes. Por eso es muy importante que le facilites al abogado toda la documentación de que dispongas.

Puede ocurrir que no tengas a tu alcance la información relativa a los ingresos de tu cónyuge o a sus propiedades, o no sepas con seguridad cuál es su horario de trabajo. Si esto ocurre no debes preocuparte, pues el abogado se encargará de solicitar en el tribunal los medios de prueba necesarios para reforzar vuestros argumentos o para socavar los de tu cónyuge.

El juez admitirá o denegará las pruebas que le hayan propuesto ambas partes y en el mismo momento del juicio se practicarán las admitidas siempre que sea posible. Los medios de prueba que probablemente se practicarán serán los siguientes:

El interrogatorio

Si el juez lo admite, en el acto del juicio, el abogado de la parte que ha presentado la demanda le preguntará al otro cónyuge sobre los aspectos que están discutiéndose en el proceso. Luego le preguntará a ese mismo cónyuge su abogado. Si tenéis hijos menores, para acabar, el fiscal interroga al demandado.

A continuación las preguntas van para el cónyuge que ha presentado la demanda. Primero lo interroga el abogado contrario y luego el suyo; al final, es el turno del fiscal (si tenéis hijos menores).

El interrogatorio es uno de los momentos más duros del juicio. Es posible que hiervas de rabia, cuando estás en el banquillo escuchando la declaración de tu cónyuge, o que tiembles de miedo o te sientas desfallecer cuando tengas que responder a los interrogatorios, pero trata de mantener la calma y sé cortés con todo el mundo, incluido tu casi ex cónyuge y su abogado. Tu actitud puede influir en las decisiones del juez.

Tu abogado te habrá dicho que no debes preocuparte si se te saltan las lágrimas cuando estés declarando; no serás la primera persona a la que le ha ocurrido. Sin embargo, no caigas en la tentación de intentar darle lástima al juez.

Escucha con atención todo lo que se diga. Aunque lo que se esté diciendo sea mentira, no interrumpas ni te dirijas a tu abogado ni se te ocurra pasarle una

nota para decírselo, él tiene ya toda la información.

La prueba documental

Cada uno de los abogados incorporará en ese acto los documentos que no haya podido aportar con el escrito de demanda, o con el de contestación; conviene recordar que el juez no suele admitir documentos que se hubieran podido aportar con los escritos respectivos. Los documentos que se aportan en el acto del juicio suelen consistir en recibos de gastos, familiares o de los hijos, certificados de empresa que acreditan ingresos u horario laboral, informe de vida laboral, certificado del colegio de los hijos, certificados del pediatra, etc.

Los abogados pueden solicitar al juez que pida a empresas o bancos informes sobre alguna cuestión pertinente (por lo general, para acabar de averiguar lo que tenéis y lo que no). También se suele solicitar del juez que requiera a uno de los dos (o a ambos) para que aporte una información concreta, por ejemplo, la declaración de la renta o las últimas nóminas.

Una dosis extra de temple

Hay cuestiones en las que te insistirá el abogado y no debes olvidar. No las pases por alto cuando tengas que declarar:

- ✓ Responde a las preguntas con las menos palabras posibles; recuerda que “por la boca muere el pez”. Si el abogado quiere saber más ya te hará otra pregunta.
- ✓ Si no entiendes la pregunta, dilo. A veces no hay quien entienda el lenguaje de los abogados.
- ✓ No te precipites al responder. Tras oír la pregunta, haz una pausa para pensar qué debes contestar y para que tu abogado, si lo cree conveniente, pueda impugnar la pregunta. Si el juez considera que tu abogado tiene razón te dirá que no respondas.
- ✓ Acércate al micrófono para responder. Está ahí porque los juicios se registran y, si estás lejos, tu declaración no se oirá en la grabación.
- ✓ Mantén las manos juntas. Evita gestos inadecuados, como, por ejemplo, llevarte las manos a la cabeza y los aspavientos. No hagas gestos de indignación ni de desprecio hacia tu cónyuge.
- ✓ No digas groserías ni uses el sarcasmo para responder, y no discutas con el abogado de tu cónyuge, aunque las preguntas te resulten molestas o incluso te puedas sentir ofendido. Quizá la estrategia del abogado de tu cónyuge sea hacerte perder los nervios.
- ✓ Por más que tu cónyuge mienta, no repliques.
- ✓ No tutees al juez ni al fiscal ni a ninguno de los abogados, por más jóvenes que los veas. Usa siempre el usted.
- ✓ No dirijas miradas agresivas o expresiones de exasperación a tu cónyuge o a su abogado. Mantén la compostura pase lo que pase.

La prueba testifical

El juez no suele admitir la declaración de vuestros familiares (padre, madre, hermanos o abuelos); obviamente, están demasiado implicados como para que su testimonio tenga valor objetivo: en caso de conflicto todos tendemos a hablar muy bien de nuestra familia y a desacreditar al otro cónyuge.

En el mismo sentido, los jueces tampoco son demasiado partidarios de admitir la declaración de amigos o vecinos, salvo que parezca que el testimonio va a ser útil. Por ejemplo, es muy frecuente que cuando se discute sobre la custodia de los hijos, la madre alegue que el padre no se ha ocupado de atenderlos y que no conoce sus necesidades básicas, que no es paciente con ellos, que le tienen miedo, etc. Si no ha sido así y se quiere desacreditar esa alegación, puede resultar útil la declaración de algún amigo común de la pareja que haya compartido con ellos salidas o vacaciones.

Si el abogado considera conveniente, para la defensa de tus intereses o los de tus hijos, que comparezca como testigo alguna persona a la que tú no puedes pedir directamente que acuda a declarar, como puede ser el director del colegio de los niños o el pediatra, se pide al juez que lo cite (hay que dar nombre y dirección); a partir de que el magistrado ha dictado la resolución en la que se fija el día y la hora de la vista, tu abogado tiene tres días para solicitar esos testimonios.

Mientras que los que os estáis divorciando no estáis obligados a decir la verdad, los testigos sí tienen esa obligación y no cumplirla es un delito de falso testimonio.

La prueba pericial

Junto con la demanda, o con la contestación si no eres quien presenta la demanda, puedes aportar un dictamen pericial, por ejemplo, acerca del valor de determinados bienes o de una empresa familiar. En el asunto de los hijos, ese informe puede reflejar su estado emocional, qué progenitor es su referente, qué relación tienen con cada progenitor, etc. Si se aporta un dictamen pericial, el día del juicio comparecerá el perito que lo ha realizado para ratificarlo y contestar a las preguntas que le formulen los abogados y el fiscal.

Si lo que se busca es un informe realizado por un perito nombrado por el juez, hay que solicitarlo en la demanda, o en el escrito de contestación; en este caso los honorarios del perito tiene que pagarlos la parte que lo solicita (salvo que tenga reconocido el derecho a la asistencia jurídica gratuita, cuyas consecuencias puedes leer en el [capítulo 15](#)).

La exploración judicial

Aunque no lo hayan pedido ninguno de los dos abogados ni el fiscal, el juez puede considerar necesario oír a los hijos, si tienen más de 12 años o si, aunque

sean menores, tienen suficiente uso de razón (generalmente nunca a menores de 9). Se conoce como *exploración judicial* y el juez suele decidir que se lleve a cabo cuando los progenitores no están de acuerdo respecto a quién le corresponde la guarda y custodia o sobre el régimen de visitas.

Se trata de una entrevista que tendrá el juez con el menor, en la que puede estar presente también el fiscal y, si el juez lo considera necesario, un psicólogo del equipo técnico judicial (en el [capítulo 5](#) se explica qué es). No podéis asistir ni los progenitores ni los abogados. El juez intentará conocer la relación que vuestros hijos tienen con cada uno de vosotros y su opinión sobre asuntos que les afectan; por ejemplo, no les preguntará directamente con quién quieren vivir, pero les hará preguntas para deducirlo: cómo se lleva con su padre y con su madre, qué actividades hace con uno y con otro, cuál es la relación con sus hermanos, etc.

Si no es absolutamente imprescindible debes evitar que tu abogado proponga la exploración judicial, ya que suele generar cierta angustia y estrés en los críos. En cualquier caso si sabes que se va a realizar, no intentes influir en tus hijos ni dictarles lo que deben decir al juez. Ese intento de manipulación es malo para los niños y te perjudicará a ti. Lo más probable es que el juez se dé cuenta de que lo has intentado; entonces llegará a la conclusión de que antepones tus intereses a los de tus hijos, y de esa conclusión no va a salir nada favorable para ti.

Si no es posible practicar en ese momento alguna de las pruebas propuestas y admitidas por el juez, hay que llevarlas a cabo dentro de los treinta días siguientes. Sería el caso, por ejemplo, si se considera necesario preguntarle a la empresa para la que trabajas si además de la nómina tienes otros ingresos o, a la de tu cónyuge, si le pagan la factura del móvil o si es verdad que, como ha alegado, tiene horario flexible y podrá recoger a los críos del colegio. Las respuestas tienen que llegar en treinta días y en los cinco siguientes, los abogados deben informar de los resultados.

Cuando hay hijos menores, es muy frecuente que aunque no lo pida nadie, el juez solicite pruebas sobre ellos; por ejemplo, un informe del equipo técnico judicial sobre el régimen de custodias más conveniente.

El papel del juez

El juez que verá tu caso velará porque tengas un juicio justo en el que se respeten todas las normas legales. Antes de empezar el juicio se habrá leído la demanda de divorcio y la contestación a esa demanda y, asimismo, habrá examinado los documentos que cada una de las partes ha aportado junto con sus

respectivos escritos y, por lo tanto, sabrá perfectamente qué peticiones hace cada uno de los cónyuges.

- ✓ El juez dirige el juicio. Se encarga de dar la palabra a cada uno de los abogados y no permitirá que se salgan de las normas; por ejemplo, si tu abogado intenta preguntarle a tu pareja sobre la causa del divorcio, el juez se lo impedirá y es probable que le llame la atención, ya que la ley española no contempla que se pueda culpar a nadie del divorcio. El juez tampoco permitirá que los abogados os hagan preguntas con términos jurídicos que dificulten su comprensión.
- ✓ El juez declara qué pruebas de las que presenten los abogados en el acto del juicio son útiles y pertinentes y rechazará todas aquellas que no aporten nada. Por ejemplo, es inútil aportar artículos de periódicos, revistas, libros o páginas web sobre cuestiones relativas a la custodia de los hijos.
- ✓ Si al juez le queda alguna duda sobre cualquier cuestión, os preguntará directamente. Si no tenéis hijos o ya son independientes, de manera que se trata de dirimir sólo cuestiones económicas y patrimoniales, su intervención será menor y se limitará a controlar que se respeten las normas legales.

Apelar la decisión

Si el juicio que se ha celebrado ha sido el de las medidas provisionales o previas de divorcio, la resolución que dicte el juez, denominada auto, no puede recurrirse. Las medidas que aparezcan en él regirán hasta que se dicte la sentencia definitiva en el proceso de divorcio. Y tendréis que cumplirlas, no creas que por ser provisionales son menos obligatorias.

Por el contrario, la sentencia que dicte el juez en el proceso de divorcio se puede apelar, si bien hay que cumplirla hasta que se decida si tienes razón al apelarla o no. Ten en cuenta que recurrir la sentencia comporta más tiempo y más dinero. Habla con el abogado sobre los pros y contras de apelar; si te lo desaconseja, hazle caso.

Repercusiones de la decisión judicial

Debes revisar los detalles de la decisión del juez con tu abogado para entender las responsabilidades legales que te comporta, así como cualquier otra medida que debas adoptar. Es posible que tengas que dar algunos pasos.

✓ En relación con la atribución del uso del domicilio conyugal:

- Si el juez te ha atribuido el uso del domicilio conyugal que ocupabais de alquiler y el titular era tu ya ex cónyuge, debes comunicarle al propietario en el plazo de dos meses que te subrogas en el contrato de arrendamiento (o sea, que te quedas en el piso y pasa a estar a tu nombre). Es imprescindible que

le mandes una copia de la decisión judicial.

- Si el juez te ha atribuido el uso del domicilio conyugal y es propiedad de tu ex cónyuge o de los dos, quizá te convenga inscribir en el Registro de la Propiedad ese derecho de uso.

✓ En relación con las pensiones:

- La pensión de alimentos para los hijos y la pensión compensatoria tienen distinto tratamiento fiscal. No te relajes y consulta qué implican, aunque falte mucho para hacer la declaración de la renta.
- Que tu abogado te explique qué gastos de los hijos y de la casa debes asumir con la pensión de alimentos. O si eres quien la paga, qué gastos no te toca pagar.

Lee el capítulo 19 para darte cuenta de que otros aspectos de tu vida pueden cambiar y reflexionar sobre cómo actuar o asesorarte.

Tenéis cinco días para anunciarle al juzgado el recurso de apelación. Si necesitas más tiempo para tomar la decisión dile al abogado que anuncie el recurso; lo único que hay que precisar en ese documento son los aspectos que quieres impugnar; además ese anuncio o *preparación de recurso de apelación* no te supondrá prácticamente ningún coste. Eso te dará veinte días más para pensarlo; en ese tiempo el abogado preparará un escrito de *interposición de recurso de apelación* en el que deberá exponer los motivos por los que se recurre la decisión del juez. Si decides no apelar, con no presentar el escrito, todo habrá acabado y la sentencia que dictó el juez será firme.

Para saber quién interviene a partir de ese momento, lee en el [capítulo 4](#) el apartado “Los sistemas judiciales”.

Parte V

Se acabó el divorcio



—ESTO PASA CUANDO LOS ABUELOS TAMBIÉN ESTÁN DIVORCIADOS.

En esta parte...

Esta parte del libro te ayudará a preparar la experiencia posterior al divorcio. Encontrarás pautas sobre la economía personal, el proceso de buscar un trabajo nuevo bien remunerado si habías estado fuera del mercado laboral o qué estudiar para aspirar a esa nueva trayectoria profesional. Además, hallarás información sobre los problemas más comunes (y graves) que sufren los recién divorciados y pistas para afrontarlos, así como algunos recursos útiles. Por último, para que abordes con tranquilidad el próximo matrimonio (o pareja estable), encontrarás información sobre acuerdos prematrimoniales y posmatrimoniales.

Capítulo 19

Los asuntos cotidianos tras el divorcio

En este capítulo

Los asuntos jurídicos y económicos tras el divorcio

La conveniencia de hacer testamento

La administración del dinero tras el divorcio

El trabajo que necesitas

Un vida adecuada para tus hijos y para ti

Ya te has divorciado, ¿qué es lo primero que hay que hacer? Dependiendo de los detalles de la sentencia, seguramente tendrás un montón de papeleo y de facturas. Tienes que administrar tu propio dinero, quizá buscar un trabajo fuera de casa y crearte una nueva vida social o volver donde dejaste la anterior. Independientemente de si tus hijos viven con los dos o sólo con uno de vosotros, tendréis que colaborar y decidir cómo vais a educarlos ahora que cada uno está por su lado.

En este capítulo encontrarás lo necesario para atar los cabos sueltos que quedan tras el divorcio y afrontar los retos futuros. También hallarás pistas para abordar la cuestión sucesoria, tus metas profesionales y la formación necesaria. Además, podrás seguir algunas pautas para manejar las cuentas con dos dedos de frente, independientemente de si ganas mucho o poco. Por último hay una parte del capítulo dedicada a la educación de tus hijos tras el divorcio y a la manera de labrarte nuevas amistades.

Los cabos sueltos del mandato judicial

Lee detenidamente todos los detalles del mandato judicial y cúplelo a rajatabla. Si no lo haces, aquellos rifirrafes que proliferaron en los últimos coletazos de tu matrimonio podrían volver a repetirse. Si tu ex cónyuge decide llevarte ante un tribunal regresarás al lío judicial.



Pregúntale al abogado qué cabos te quedan por atar y de cuáles se

podría encargar él. A fin de que todo quede bien atado, pídele que te pase una lista de los asuntos que tendrás que rematar tú. Utiliza esa lista para asegurarte de que no te saltas ninguna responsabilidad legal.

Dueños legítimos de los inmuebles

Para evitar problemas, es mejor que las cosas estén a nombre de su legítimo propietario. Si con la sentencia de divorcio se ha liquidado el régimen económico matrimonial y las propiedades que teníais en común (casas, edificios, terrenos) van a pasar a titularidad tuya o de tu ex cónyuge, pregúntale a tu abogado si la resolución judicial es suficiente para cambiar el nombre o bien tienes que ir al notario y firmar una escritura. Si te ha sido atribuido el uso del domicilio conyugal en el que vivíais en alquiler y el contrato estaba sólo a nombre de tu ex cónyuge o a nombre de los dos, tienes que notificar al arrendador, en el plazo de dos meses desde que salga la sentencia, que te subrogas en ese alquiler y que lo tenga en cuenta en los recibos; tendrás que mandarle copia de la sentencia.

Si teníais una hipoteca, asegúrate de que se hagan los trámites necesarios para que los pagos estén a nombre de quien le toque. Normalmente cuando se cede a uno de los cónyuges la plena propiedad de una casa, piso o terreno se acuerda que quien lo adquiere se hará responsable del cien por cien del préstamo hipotecario que pesa sobre esa propiedad. Es posible que la entidad bancaria no haya autorizado que tu ex cónyuge quede liberado de pagar la hipoteca, si considera que su situación económica no ofrece suficientes garantías; si habéis decidido cambiar el titular de la hipoteca, tendréis que presentar un documento en el que éste se comprometa a hacer todo lo posible para garantizar tu descargo de la hipoteca y a pagarte (o indemnizarte) si no cumple. El compromiso es vinculante para tu ex cónyuge y para ti, pero no en lo que concierne al banco, que puede demandaros si no se abona la deuda (en el [capítulo 11](#) encontrarás más información sobre las acciones legales que puedes emprender para protegerte si tu ex cónyuge incumple con la hipoteca que le ha correspondido).



Si tu ex cónyuge tiene la obligación de abonarte una cantidad de golpe, intenta garantizarte mediante un activo que lo cobrarás, como hacen los bancos. Por ejemplo, si tu ex se queda con la casa y a cambio tiene que pagarte 30 000 euros a lo largo de los próximos cinco años, puedes pedirle que la casa que se queda sirva de aval; podéis hacer constar oficialmente la deuda en el Registro de la Propiedad. Si no te paga, no podrá vender, prestar o transferir el bien sin abonarte antes la deuda. Si la casa está sujeta a una garantía y no te paga, puedes ejecutar la hipoteca y venderla.

Cada propiedad a nombre de quien corresponda

Si teníais bienes, seguramente la sentencia estipulará cómo los repartís; si eran conjuntos, lo que estáis haciendo es transferirlos (el coche que teníamos a medias, ahora es tuyo). Tienes que entender que cualquier transferencia de bienes entre vosotros es como si fuera una compraventa: el que ya no es dueño del bien es el vendedor y el que se lo queda, el comprador.

La consecuencia de que la transferencia equivalga a una compraventa es que al transferir acciones, bonos, pólizas, títulos u otros fondos a tu ex cónyuge, tendrás que pagar impuestos (la plusvalía) si su valor ha aumentado desde que los adquiriste. En este caso el tiempo es fundamental; cuanto más tiempo ha pasado menos sube la plusvalía; cuanto menor es la diferencia entre lo que pagaste y el valor que tienen al transferirlos (que es como si los vendieras), menor es la plusvalía.

Si tienes que transferir la propiedad de un vehículo, tendrás que hacer los trámites en la Jefatura de Tráfico. Puedes consultar en la web www.dgt.es la documentación que precisas y las tasas que tendrás que pagar.

Las deudas



Evita a toda costa un acuerdo de divorcio en el que se le exija a tu ex cónyuge que salde tu deuda si el banco o la entidad financiera no ha dado su conformidad. Si tu ex dice que pagará y no lo cumple, tu solvencia quedará tocada, diga lo que diga el acuerdo; así que cuidado con los ex enfadados y vengativos. En el [capítulo 11](#) encontrarás consejos para evitar estos problemas.

Si tu ex asume que no paga lo que le toca de las deudas, tendrás que notificárselo a tus acreedores y pedirles que las transfieran a su nombre para eximirte a ti de toda responsabilidad. No están obligados legalmente a hacerlo y pueden seguir reclamándote a ti, pero esas notificaciones sirven para poner de manifiesto quién es el caradura; como aviso “amistoso” de lo que esperas, mándale una copia a tu ex cónyuge.



Si quieres asegurarte de que está pagando la deuda conjunta, pídele que te mande una prueba documental de cada pago (copia de los recibos).

También puedes pedirle al banco que te notifique de inmediato si no cumple.

Modificar una sentencia firme

Aunque haya algo de la sentencia que ha dictado el juez que no te guste, tienes que cumplirlo.

En cualquier caso, si, pasado algún tiempo, crees que los términos de la pensión compensatoria deben modificarse debido a cambios en tu vida o en la de tu ex cónyuge, puedes solicitar al tribunal que lo modifique. Asimismo, si el acuerdo sobre los hijos que se firmó y ordenó ya no se adecua a sus necesidades, también puedes solicitar que se modifique, pero primero habla siempre con un abogado para hacerte una idea de las posibilidades de conseguirlo; a diferencia de lo que ocurre en los procesos contenciosos de divorcio, cuando se inicia un proceso para modificar lo acordado por la sentencia de separación o divorcio, si el juez desestima tu petición podría condenarte a pagar el coste que le haya supuesto a tu ex cónyuge el procedimiento, esto es a pagar *las costas*.

Cambios en la gestión del patrimonio

Si hiciste testamento durante el matrimonio, al divorciarte tendrás que cambiarlo. Cualquier disposición en la que se nombrara a tu ex cónyuge como albacea o beneficiario quedará automáticamente sin efecto al dictarse sentencia firme (el *albacea* es aquella persona mayor de edad encargada de hacer cumplir lo dispuesto por el testador. Tú decides quién será el albacea de los bienes que dejes en herencia. Un *beneficiario* es aquella persona que nombras para que reciba una parte o todo el patrimonio).

Si no has hecho testamento, ya va siendo hora

Divorciarte es una buena razón para hacer un testamento, si es que no lo tienes ya. Los testamentos no son sólo para millonarios. Es la herramienta adecuada si te preocupa quién heredará tus propiedades y quién cuidará de tus hijos si fallecéis tu ex y tú. En España, a falta de testamento, heredan, en este orden:

- ✓ Los hijos y sus descendientes
- ✓ A falta de hijos y sus descendientes, los padres del fallecido
- ✓ Si no hay hijos ni descendientes ni viven los padres del fallecido y éste estaba separado o divorciado cuando murió, heredarán sus hermanos; y a falta de hermanos, los hijos de los hermanos.
- ✓ Si no hay familiares cercanos, se sigue hasta el cuarto grado (primos).

■ ✓ A falta de todos esos parientes, hereda el Estado.

Por lo general, cuando fallece una persona divorciada, su ex cónyuge se convierte en responsable de los hijos menores de edad. Si no deseas que sea así llegado el caso, tendrás que hacer testamento y designar a una persona que administre los bienes que tus hijos hereden de ti. Si no lo haces, será tu ex quien ejerza esa administración. En cualquier caso, el administrador patrimonial de los bienes que reciban por herencia tus hijos, lo designes tú o sea tu ex pareja, precisará una autorización judicial si quiere vender o hipotecar los bienes de tus hijos.

En el supuesto de que tú y tu ex fallecierais siendo vuestros hijos menores de edad, y no hubierais nombrado a un administrador de los bienes que les correspondan, será el juez quien lo haga. Para ello, llamará a los parientes más próximos de los niños y les otorgará a uno de ellos la labor de administrar esos bienes y la obligación de rendirle cuentas. Si no existiera ningún familiar cercano o si lo hay pero el juez considera que no va a cumplir bien con esa función, se la asignará a una entidad sin ánimo de lucro.

Planifica tu sucesión

El testamento sirve para planificar la sucesión. Puedes establecer qué personas heredarán tus bienes, de qué manera se repartirán y bajo qué condiciones. Por ejemplo, si temes que tus hijos dilapiden el patrimonio que has acumulado con tanto esfuerzo (quizá porque son jóvenes y pueden verse tentados a dejar los estudios), puedes establecer en el testamento que no podrán heredar hasta que alcancen una edad concreta o hasta que acaben los estudios; también puedes nombrar albaceas o tomar o imponer otras condiciones o restricciones. Así, podrías ordenar que tu hijo o tus hijos no vendieran un determinado bien. El mundo de los testamentos es complejo; piensa que, además, las herencias llevan aparejados impuestos. Así que si tienes bastante que legar quizá te convenga hablar con un abogado especialista en sucesiones.

Hacer un testamento tiene un coste muy bajo, y los beneficios que comporta son muy altos. No sólo garantizará que tus bienes tengan el destino que tú quieres, sino que evitará el riesgo de que tus herederos acaben en pleitos interminables, pues en el testamento puedes disponer qué bien heredará cada persona que designes.

Tu situación financiera

Cabe la posibilidad de que lo que pediste durante el proceso de divorcio y lo que te han concedido sea diferente. Por ejemplo, quizá la pensión compensatoria y

de alimentos para tus hijos es inferior a lo que te hubiera gustado. Por otro lado, si te toca a ti pagar esas pensiones, quizá estén por encima de lo esperado. En cualquier caso, tienes que apretarte el cinturón. Hacer un presupuesto te ayudará a determinar qué gasto puedes asumir y dónde hay que meter la tijera. En el [capítulo 3](#) hay consejos para elaborar un presupuesto familiar.

Un asesor económico

A menos que seas un experto en finanzas, planificación y aplicación de estrategias de inversión, busca ayuda de un asesor económico. Cuando lo busques, una de las reglas básicas es evitar aquellos profesionales que están vinculados con empresas que quieren venderte un producto financiero. En su lugar, contratar un profesional independiente.

La mejor alternativa es trabajar con un asesor autónomo, que cobra un porcentaje del valor total de los activos que maneja o invierte por ti, o alguien que cobre por las horas de asesoramiento y ayuda. Aquellos que cobran por horas muy probablemente sopesarán todas las posibilidades de inversión: pólizas, acciones y valores, bonos, propiedades, etc. Pregúntale al asesor qué tipos de modalidades de pago tiene.



Si tienes que pagar la pensión de alimentos para contribuir a las necesidades de tus hijos o la compensatoria para tu ex, administrarte bien el dinero es fundamental. Si no pagas y tu ex te lleva a juicio para que pagues los atrasos, la excusa de “me quedé sin dinero” no ablandará el corazón del juez. Volver a litigar cuesta dinero, tiempo y es estresante. Si tu ex pareja tiene que acudir al juez para reclamarte el pago de las pensiones te van a imponer las costas de tu cónyuge —no lo dudes— y pueden alcanzar hasta la tercera parte de lo que le adeudes. En el colmo de la insensatez, si pudiendo pagar la pensión de tus hijos incumples de modo reiterado esa obligación podrías acabar en prisión una temporada.

Para que la vida no se te ponga muy difícil, las cuotas de la hipoteca no deben suponer más del 30-35 % de tus ingresos brutos. Tenlo presente y echa cuentas para comprobar que tu presupuesto puede afrontar, al menos, un aumento del 1 % de los intereses, mucho mejor si es del 2 % (de la hipoteca o de cualquier otro préstamo que tengas que pagar).

Buscar trabajo o cambiar a uno mejor

Si no trabajabas fuera de casa y, por lo tanto, no tienes ingresos propios, puede que al analizar a fondo tu presupuesto y valorar tus posibilidades, veas que has de empezar a buscar trabajo remunerado; o que debes cambiar a uno mejor

pagado si ya estabas trabajando. (También puedes buscar consejo en el libro de nuestra colección *Buscar trabajo para Dummies* de Maite Piera).

Si no tienes claro qué camino escoger, habla con un orientador laboral. Puede ayudarte a evaluar tus capacidades e intereses y darte información y sus impresiones sobre el tipo de trabajo que te conviene buscar. Si no conoces a ninguno, puedes preguntar en la oficina de empleo de tu población o en los servicios sociales. También puedes buscar en internet, pero presta atención a si lo que encuentras es un servicio social o una empresa con ánimo de lucro; en el segundo caso infórmate bien de sus honorarios y de lo que ofrecen.

Formación

Si ya tienes trabajo pero necesitas ganar más dinero, para encontrar un trabajo mejor remunerado es conveniente actualizar el currículum, sobre todo si tienes buena capacitación profesional y una titulación sólida.

Pero si tras años de estar fuera del mercado laboral quieres reincorporarte a él y tu preparación ha quedado obsoleta o es muy limitada, vas a tener que formarte o retomar los estudios. Si lo que ocurre es que quieres cambiar de ámbito profesional o radicalmente de profesión, vas a tener que seguir la misma vía. Actualmente las posibilidades de reciclarse o de ponerse al día son enormes.

En función de tu capacitación previa y de tus objetivos laborales tendrás que adquirir un nivel u otro de formación.

Un título universitario

Los estudios universitarios hay que planteárselos muy en serio, porque el tiempo mínimo de dedicación son tres años (para una titulación de grado); durante ese tiempo, hay que ir a clase, hacer trabajos y estudiar, todo lo cual exige dedicación y constancia; si a eso le sumas la casa y los hijos, no es fácil. Sin embargo, una cosa buena es que el coste en las universidades públicas es muy reducido.

Ahora bien, si se pretende un nivel más completo, hay que seguir un máster, que requiere uno o dos años más y, ahora sí, un gasto importante. No obstante, hay becas, pero no llegan para todos y las condiciones económicas para que te la concedan son bastante estrictas.

Si no pasaste la selectividad en su momento, tendrás que realizar el curso de acceso para mayores de 25 años.



Si estudias para encontrar un empleo bien remunerado una vez acabada la carrera, selecciónala concienzudamente. Algunas licenciaturas tienen mejor salida que otras.

Formación profesional

Encontrarás buenos y malos cursos de formación profesional. Cursar uno bueno es una manera apropiada de adquirir competencias profesionales específicas. Los malos se limitan a quedarse con el dinero y dar poco a cambio.

Los siguientes consejos te ayudarán a decidirte:

- ✓ Visita el centro, échale un vistazo a las aulas, los ordenadores y demás recursos. ¿Se ven cuidados y actualizados?
- ✓ Busca qué acreditaciones tiene el centro.
- ✓ Pide que te dejen asistir a una de las clases.
- ✓ Infórmate sobre el plan de estudios, personal, costes y política de devolución.
- ✓ Habla con los alumnos que hayan hecho el curso que quieres hacer. Pregúntales si la formación recibida es la adecuada para esa profesión. Si ves que no se van a cortar, pregunta cuánto ganan.
- ✓ Infórmate sobre qué tipo de asesoramiento profesional facilita el centro y qué tasa de colocación tiene.



Antes de matricularte en una formación privada, busca si existe la misma formación en tu ciudad pero en un organismo público, considerablemente más barato.

También puedes aprovechar toda la formación que ofrezca el INEM y los servicios de trabajo y ocupación de tu comunidad autónoma. Por lo general, son cursos muy prácticos y enfocados directamente a conseguir trabajo; además, suelen ser gratuitos.

Buscar el trabajo adecuado

Cuando empiezas a buscar un trabajo se abren diferentes vías. El método

adecuado para encontrar el trabajo perfecto depende de tu capacitación profesional, de la experiencia y del tipo de trabajo que buscas. Para buscar trabajo:

- ✓ Lee los anuncios clasificados en el periódico local o en su web.
- ✓ Ve a ferias profesionales. Son una excelente forma de conocer a posibles empleadores de tu sector y saber qué tipo de profesionales buscan.
- ✓ Habla con alguien de alguna empresa de trabajo temporal de tu zona. Algunas son generales y otras se especializan en un sector en concreto.
- ✓ Trabaja con un reclutador de ejecutivos si tienes las calificaciones adecuadas (más conocidos como *head hunters* o cazatalentos).
- ✓ Visita la web www.redtrabaja.es para buscar ofertas de trabajo.
- ✓ Comenta en tu entorno y a compañeros de profesión que estás buscando trabajo.
- ✓ Utiliza internet. Si buscas con palabras clave como “ofertas de trabajo”, “empleo” o por profesión encontrarás una serie de ofertas en todo el país. Restringe la búsqueda a un área de trabajo en concreto o indica el tipo de trabajo que buscas, o vete directamente a la web de la empresa en la que quieres trabajar y busca si tienen un apartado del tipo “Trabaja con nosotros”.



Algunas webs, además de la búsqueda de empleo, ofrecen otros contenidos. Se puede colgar el currículum vitae, buscar ofertas, darse de alta en alertas que te llegan al correo electrónico si surge una oferta que coincide con tus criterios e incluso recibir asesoramiento laboral.

Asuntos familiares y personales

Una vez pasado el divorcio, empieza una nueva vida. Te sentirás más feliz que antes y libre de las tensiones y rifirrafes que asolaron tu matrimonio. La vida después del divorcio puede ser el momento ideal para crecer personalmente, redescubrirse y gozar de nuevas oportunidades.

Por otro lado, volver a la “soltería” puede ser una experiencia de soledad y que intimida, sobre todo si tú no querías divorciarte y no estás listo para vivir solo o si tienes que hacerte cargo de tus hijos en solitario. Aunque lo hayas pedido, tener los hijos bajo tu responsabilidad a tiempo completo puede ser abrumador,

por no decir agotador.

Por otra parte, puede ocurrir que empieces una relación con alguien que no esté acostumbrado a vivir con los hijos de otra persona (los tuyos), o que tenga los suyos y que empecéis a vivir todos juntos. O quizá tu ex tiene ya otra pareja y los niños deben adaptarse.

Para decirlo claro y sin paños calientes: tu futuro y el de tus hijos puede ser mucho más complicado que el pasado.

Sin prisa pero sin pausa

Para adaptarte a todos los cambios, es mejor no hacerse grandes ilusiones. Ata los cabos sueltos que queden del divorcio, tómate un descanso y organízate física y mentalmente. Con toda seguridad, tienes grandes planes para tu futuro, pero primero recupérate de lo que has pasado.

Dicho de otra forma, no pasa nada si eres un poco perezosillo (algo de desorden en casa, alguna cena con comida rápida o saltarte el gimnasio alguna vez). Tomar decisiones de inmediato, sin pararte a reflexionar, hará que quizá optes por hacer algo de lo que te puedas arrepentir más tarde; no te precipites, te queda una vida por delante.

Por otro lado, mantener la actividad cotidiana, incluso la más rutinaria, ayuda a sentirse bien con uno mismo y con la vida en general. Si entras en una espiral de pereza será difícil salir, lo que perjudicará directamente a tu capacidad para seguir adelante.

De todo se aprende

Trata de entender mejor las experiencias recientes. Tómate tu tiempo para pensar por qué se fue a pique el matrimonio y qué parte de responsabilidad tuviste en esos problemas de pareja. Eso puede servirte para no repetir los errores. Escribir un diario es una buena forma de hacerlo y un psicólogo también es de gran ayuda (en el [capítulo 2](#) hay más información al respecto).

Acepta el hecho de que tu vida ya no es como antes, lo que no significa que la nueva sea peor (incluso puede mejorar mucho). Identifica aquellos aspectos positivos de estar soltero otra vez. Por ejemplo, tendrás más intimidad y tiempo para ti y podrás dormir mejor porque ya no te estresará pensar en el divorcio.

El apoyo de un grupo

Contempla la posibilidad de participar en un grupo de apoyo. Sus miembros

pueden ayudarte a reforzar la confianza durante esos inevitables bajones que se producen al reconstruir tu vida, además de aconsejarte cuando tengas problemas que no sabes cómo afrontar.

Hay buenos terapeutas que trabajan con grupos de personas que se encuentran en una situación similar a la tuya. Si no conoces ninguno puedes poderte en contacto con el Colegio de Psicólogos de España (www.cop.es) o con el de tu comunidad autónoma. Probablemente te darán un listado de profesionales que ejercen en tu zona. También puede serte útil alguna asociación de padres o madres separados (encontrarás unas cuantas en internet).

Cosas de casa

Quizá tengas que asumir nuevas tareas domésticas: cocinar, hacer la compra, cuentas, arreglar desperfectos, ocuparte del jardín, etc., cosas que hacía tu ex. Si tienes que ponerte al día con estas tareas, no tengas vergüenza y pide ayuda a tu entorno más cercano para que te den un par de clases prácticas. Leer libros sobre el tema en cuestión o ir a clase también es una buena forma de aprender a hacer cosas nuevas. Muy pronto te sentirás orgulloso de poder hacerlo por ti mismo y ganarás confianza para hacer cada vez más cosas. La experiencia de hacer algo que no habías hecho nunca suele ser muy gratificante: te darás cuentas de que eres capaz de hacer cosas que creías que no estaban a tu alcance.

Prestar más atención a tus hijos

Si tienes hijos, tras el divorcio buena parte de la energía se centrará en ayudarlos a adaptar sus vidas a la nueva situación. Si estabas separado durante el divorcio, es probable que tus hijos ya se hayan ido adaptando.

El divorcio puede ser una oportunidad para mejorar tu relación con ellos. Ya no te distraen los problemas de pareja o del proceso de divorcio, por lo que puedes centrarte en ellos.

Actividades para tus hijos y para ti

Si no tienes la guarda y custodia, estar con tus hijos es un tanto difícil al principio. Incluso a ellos les parecerá extraño verte en otra casa y no estar en tu vida cotidiana. Para que todos os adaptéis mejor a la nueva situación hay que evitar que esos encuentros sean un acontecimiento especial. Antes hacíais cosas como ir al súper, montar en bici, hacer juntos los deberes o ver un DVD. Ese tipo de actividades ayudan a quitarle hierro al asunto y hacen que los niños piensen que no todo ha cambiado.



Si no vives con ellos, no te disgustes si no parecen muy contentos cuando vas a buscarlos. Su indiferencia inicial puede ser su manera de protegerse emocionalmente, o puede reflejar su confianza en que siempre estarás en sus vidas y que el divorcio no ha cambiado tu cariño e interés por ellos. No hagas conjeturas a partir del comportamiento de tus hijos ante los cambios que están viviendo. En su lugar, trata de comprender las verdaderas razones de su comportamiento; es probable que para ellos no esté resultando fácil.

Reconstruir la sensación de familia

Mientras te recuperas del divorcio, reconstruir la sensación de familia con tus hijos es importante para todos. Tengas o no la guarda y custodia, los niños necesitan sentir que siguen formando parte de una familia de verdad, algo fundamental para su autoestima. Para ello, mantén todas aquellas costumbres familiares que os gustaban. Ve con tus hijos a los festivales del colegio y organiza unas vacaciones con toda la familia.

Puedes instaurar nuevas tradiciones familiares (unas vacaciones o una nueva afición con tus hijos, por ejemplo) para que los niños sientan que su nueva vida sí tiene cosas positivas y para que disfruten el tiempo que pasan contigo como una familia.



Esos ratos en familia no tienen por qué ser caros. Puede ser un paseo después de comer, un fin de semana en bici, jugar al Monopoly o acudir a las actividades infantiles de un museo público. Pasar tiempo juntos y crecer en un hogar donde la comunicación fluye, hay buen humor, valores y reglas claros, cuidado y respeto por los demás es beneficioso para ellos.

Amigos nuevos

Al divorciarte, es inevitable perder el contacto con alguno de tus amigos, quizá gente que conociste por tu ex o gente que te consideraba únicamente como la mitad de un todo. Algunos amigos optarán por uno de los dos y otros saldrán definitivamente de la vida de ambos.

Lo importante es que los amigos de verdad seguirán ahí. No obstante, hacer

amigos nuevos puede ser divertido, además de aportar vitalidad y esperanza a tu vida. Participa en una oenegé, apúntate a clases, a un grupo de solteros (un grupo para divorciados sería lo ideal), a un club de lectura o al gimnasio, o participa en cualquier otra actividad nueva.

Redescubre junto con tus hijos todo lo que ofrece tu ciudad. Infórmate sobre aquello que siempre te rondó por la cabeza y que no pudiste hacer, o recupera esa afición que dejaste cuando te casaste. El [capítulo 23](#) está lleno de ideas para ayudarte a resituarte y aprovechar al máximo tu nueva vida. El truco es: ¡Sal de casa y varía tu vida!

Capítulo 20

Los problemas más difíciles tras el divorcio

En este capítulo

Tu ex no les dedica tiempo a los niños
No recibes la pensión compensatoria o la manutención
Tu ex se va del país
Tu ex desaparece con los niños
Quieres modificar el acuerdo de divorcio
Tu ex se declara en bancarrota

Por desgracia, el divorcio no siempre pone fin a los problemas que destruyeron tu matrimonio. Algunas parejas divorciadas siguen peleándose y sacándose de sus casillas para fastidiar al otro en lugar de vivir sus vidas. La ira o el deseo de venganza lo consumen todo y se pelean por los resultados del divorcio, no pagan las pensiones, retrasan los pagos o interfieren en el régimen de visitas.

Este capítulo no puede resolver los problemas de todo el mundo después de un divorcio, pero informa sobre algunos de los más comunes (y serios) a los que se enfrentan las parejas divorciadas y propone qué hacer si fuera necesario.

Tu ex no respeta el régimen de visitas

Si no tienes la guarda y custodia y tu ex te pone trabas para dejarte ver a tus hijos, o incluso te lo impide, estará incumpliendo una orden judicial, además de poner en peligro el bienestar de los niños. Las visitas son un derecho de los hijos y no de los padres. Si te niega el derecho a verlos, habla con el abogado para que te aconseje qué hacer.

Puedes utilizar el incumplimiento reiterado de tu ex cónyuge para solicitar un nuevo acuerdo de régimen de visitas. Incluso puedes solicitar que se restrinjan las visitas de tu ex si consideras que es lo mejor para los niños.

Dejar de pagar no es buena idea

Si pasas una pensión de manutención y tu ex te pone trabas para ver a los críos, quizá tengas la tentación de no pagar la manutención. ¡No lo hagas! No sólo incumples tus obligaciones, al igual que tu ex cónyuge, sino que comprometes el bienestar de tus hijos. En este caso, dos negativos no dan positivo.

Lo mejor es seguir pasando la pensión de alimentos que te toque e intentar solucionar las cosas con tu ex. La mediación es la mejor vía si quieres resolver los conflictos lejos de un tribunal (en el [capítulo 16](#) hay más información sobre esta opción), pero no funciona a menos que ambos estéis dispuestos a intentarlo. Si no fuera así, no te quedará más alternativa que recurrir al juez.

Presentar una demanda

Si lo has intentado sin ir a juicio y no ha habido resultados, cabe la posibilidad de presentar una demanda para exigir el cumplimiento del régimen de visitas. A pesar de que no cumplir repetidamente el régimen de visitas puede ser constitutivo de un delito (que puede conllevar incluso una pena privativa de libertad), acudir a la vía penal para exigir que tu ex te deje ver a los niños es el último recurso; lo más común (si no es que a quien no cumple ya lo haya requerido el juez por el mismo motivo) es que se considere una falta y se le imponga una sanción económica, pero con eso no conseguirás el objetivo más importante: ver a tus hijos.

Quizá la respuesta de tu ex a una demanda sea que son los hijos los que se niegan a mantener esa relación. En ese caso es probable que el juez de familia decida que tiene que intervenir el equipo técnico judicial, para que tras la evaluación de ambos progenitores y, quizá, también de los hijos (según la edad que tengan), emita un informe sobre la causa de esa supuesta negativa de los hijos. Si tras ese informe el juez llega a la conclusión de que tu ex está influyendo en los hijos para que se cierran en banda a relacionarse contigo, adoptará las medidas necesarias para que el custodio cambie de actitud y puede incluso retirarle la guarda y custodia. Pero si el juez considera que son los propios críos quienes no quieren verte es probable que ordene que tú y ellos vayáis a terapia familiar para restablecer el vínculo afectivo perdido.

Tu ex no te pasa la manutención

La triste realidad es que muchos padres divorciados no perciben la pensión de alimentos fijada o lo hacen tarde y mal; no pocas veces eso conlleva que el progenitor custodio tenga serios problemas para satisfacer las necesidades de sus hijos y vivan en condiciones precarias.

Si tu ex es de ese tipo de personas que puede pagar pero no lo hace, puedes gritar, llorar o tirarte de los pelos, o también puedes emprender una acción legal para que pague. Los medios para emprender esa acción son los mismos tanto si la sentencia se dictó en un proceso de mutuo acuerdo, como si se aprobó en un convenio regulador acordado entre vosotros o si la sentencia fue dictada en un proceso contencioso. Si tienes problemas para localizar a tu ex el juez ordenará que la policía averigüe su paradero.

Si tienes que pasar la pensión de alimentos para tus hijos y tus ingresos han disminuido, no vayas a creer que eso te permite reducir por tu cuenta la pensión que la resolución judicial te impuso o dejar de pagarla. Ese error puede acarrearle graves consecuencias. Es comprensible tratar de pagar menos si tus ingresos se han reducido, pero el camino que debes seguir pasa por comunicarle a tu ex tal situación y, si no se aviene, ponerte en contacto con un abogado; éste, probablemente, se pondrá en contacto con el de tu ex cónyuge para negociar una reducción y si no consigue un acuerdo, iniciará el proceso judicial para conseguir que se modifique a la baja la pensión acordada.

Acuerdo de manutención privado

Los acuerdos que privadamente hayáis firmado tú y tu ex son un contrato, que si cumple los requisitos legales obliga a ambos. No obstante, si firmasteis un acuerdo de manutención pero no lo presentaste al juez con la demanda de separación o divorcio, para que se aplique tendrás que tramitar, a través de un abogado, que se dicte una resolución judicial. Probablemente tu abogado presentará una demanda de medidas provisionales o de medidas previas.

Ese contrato privado que firmaste con tu ex, podrás utilizarlo para reclamarle a través de la vía civil (no a través de un proceso matrimonial o extinción de unión de pareja estable) las cantidades que te adeude. No obstante, antes de lanzarte, echa cuentas con tu abogado acerca del coste de este procedimiento.

Exigir la pensión de alimentos (o la compensatoria)

Si tu ex no te pasa la pensión de alimentos (o la pensión compensatoria) hay dos vías judiciales para reclamársela:

- ✓ Ejecución de la sentencia por la vía civil
- ✓ Denuncia o querrela por la vía penal, siempre que haya dejado de pagar durante dos meses consecutivos o cuatro no consecutivos (se considera delito de abandono de familia)

Para decidir qué opción escoges, debes tener en cuenta que por la vía penal sólo

será responsable de la comisión de este delito si tiene ingresos suficientes para hacer frente al pago de la pensión; es decir, que no la ha pagado porque no ha querido.

Si eres tú quien no la paga, ten cuidado, no digas que no te habían avisado: el juez puede condenarte a una pena de tres a doce meses de prisión o multa de seis a veinticuatro meses. Si no tienes antecedentes penales no irás a la cárcel, pero a partir de ese momento ya tendrás antecedentes.

Si para reclamar la pensión optas por la vía civil, el abogado tiene que solicitar la ejecución de la resolución (aquella en la que el juez dijo lo que tenía que pagar). Debes saber que no puedes reclamar las pensiones que te deba desde hace más de cinco años, pues habrán prescrito.

Es aconsejable que antes de empezar la vía penal intentes la civil: es más rápida, menos traumática y efectiva si tu ex es solvente. Los pasos son los siguientes:

- ✓ **Presentación de la demanda.** El abogado presenta un escrito ante el juzgado que dictó la resolución de divorcio. Explica lo que te debe tu ex en concepto de pensión de alimentos y solicita que le embarguen bienes en cantidad suficiente para cubrir la deuda, los intereses y las costas del juicio; e indica qué bienes hay para embargar (sueldo, cuentas bancarias, devoluciones de hacienda, inmuebles, etc.).
- ✓ **Auto del juez.** Inmediatamente el juez dictará una resolución en la que dirá qué bienes hay que embargar para cubrir la deuda y todo lo demás.
- ✓ **Oposición a la ejecución.** Tu ex, a través de su abogado, tiene diez días para oponerse, pero eso no paraliza el embargo, salvo que ingrese la cantidad que se le reclama. Puede oponerse alegando que se le reclama más de lo que debe o que después de la sentencia firmasteis un acuerdo de rebaja de la pensión. Quizá alegue que no trabaja, o que sus ingresos han disminuido, y que no puede pagar la pensión. Pero el juez no lo aceptará como excusa, ya que tendría que haber presentado una demanda para pedir que se modificara la pensión.
- ✓ **Impugnación de la oposición.** Tu abogado tendrá cinco días para contestar las alegaciones que haya hecho el abogado de tu ex para intentar justificar el impago.
- ✓ **Resolución.** El juez dirá si tu ex tiene que pagar o no lo que le reclamas. Si te da la razón, de lo que le hayan embargado a tu ex te entregará la cantidad que te debe, y el resto, los intereses y las costas, te lo darán cuando tu abogado haga los trámites. Pero si el juez no te da la razón, le devolverá a tu ex lo que se le haya embargado y tú tendrás que pagar sus

costas.

Si has perdido todo contacto con tu ex y no sabes tan siquiera si está trabajando o cuáles son sus activos actuales, el juez ordenará una investigación de sus bienes a través de la Agencia Tributaria (Hacienda).

La ley es muy estricta cuando se trata de cuestiones que afectan a los derechos de los hijos menores, de modo que no dudes en reclamar ante el magistrado si tu ex te dice que no piensa cumplir con la pensión que le toca por orden de un juez.

Cobertura del Estado

El Estado español cuenta, desde diciembre de 2006, con el Fondo de Garantía del Pago de Alimentos, cuya finalidad es garantizar el pago de las pensiones de alimentos a favor de los hijos reconocidas por resolución judicial e impagadas. No podrás solicitar el reconocimiento de esta prestación si previamente no has intentado cobrar por la vía judicial.

Para tener derecho a ese anticipo, los ingresos de que dispongas no pueden superar una cierta cantidad, que depende del número de hijos menores a los que les corresponde pensión y de un parámetro llamado *indicador público de renta de efectos múltiples* (IPREM); es una cantidad que va variando de año en año (532,51 euros/mes en 2011). Si tienes un hijo al que le toca pensión, el límite para tener derecho al anticipo del fondo es el resultado de multiplicar el IPREM por 1,5; si los hijos son dos, se multiplica por 1,75; si son tres, por 2; si son cuatro, por 2,25, etc.

La cantidad que abona el fondo se considera un anticipo y es de 100 euros mensuales por cada hijo menor por el que el progenitor debe pagar. Si la pensión fijada es menor de 100 euros, el anticipo será igual a la cantidad fijada.

El plazo máximo de percepción es de dieciocho meses (seguidos o no), desde el primer día del mes siguiente a la solicitud. Cobrar este anticipo es incompatible con otras prestaciones o ayudas similares, de modo que si te reconocen más de una tendrás que elegir.

Para solicitar este anticipo hay que presentar un impreso que encontrarás en www.clasespasivas.sgp.g.pap.meh.es. En esa página web hallarás toda la información para presentar la solicitud; en el apartado de procedimientos, junto con el formulario verás el detalle de los documentos que hay que presentar.

Si eres quien tiene que pagar la pensión de alimentos de tus hijos, el Estado te reclamará el importe total de los anticipos que haya pagado el fondo; si no lo haces, te las verás con Hacienda y sus embargos.

Tu ex se va del país

Por desgracia, algunos padres están tan decididos a no pasar la pensión de alimentos o la pensión compensatoria que se van del país, a menudo sin dejar una dirección. Cuando esto pasa, hacer cumplir una orden judicial puede ser muy difícil.

Se calcula que en la Unión Europea hay unos dieciséis millones de parejas internacionales y que cada año se divorcia un millón de ellas, y cada vez es mayor el número de familias que necesitan cobrar las pensiones de alimentos cuando uno de los progenitores vive en el extranjero y se niegan a suministrar ayuda financiera.

Para facilitar los trámites y abaratar el coste de cobrar la pensión de alimentos para los hijos y otros tipos de pensiones que alguien no ha pagado desde otro país de la UE se elaboró en el año 2009 un reglamento. Se trata de una norma europea que permite cobrar las deudas en esos casos. Por su parte, el Convenio de La Haya (elaborado en 2007 y suscrito por la Unión Europea en abril de 2011) tiene el mismo fin pero es de ámbito mundial. Así pues, hay medidas para hacer cumplir una orden en el extranjero. Antes de lanzarte a un proceso así, quizá sea mejor que hables con un abogado.

Tu ex desaparece con los niños



Si tienes la guarda y custodia de tus hijos y tu ex los “secuestra” o se niega a devolvértelos, está cometiendo un delito por el que puede ir a la cárcel de dos a cuatro años. Pero no va a ser fácil. En un caso así, ponte en marcha. Tienes varias opciones:

- ✓ Llamar inmediatamente a la policía
- ✓ Ponerte en contacto de inmediato con el abogado o con el Ministerio de Justicia (Dirección General de Política Legislativa y Cooperación Jurídica Internacional, Subdirección General de Cooperación Jurídica Internacional, Servicio de Convenios. C/ San Bernardo 62. Madrid 28071. Fax 913 904 457. www.justicia.gob.es)

- ✓ Contratar a un detective privado (si puedes). Estos agentes privados suelen buscar a personas desaparecidas gracias a grandes bases de datos informatizadas que permiten encontrar a personas por su número de la Seguridad Social, carné de conducir y otros parámetros, pero los honorarios suelen ser altos.

Si sospechas que tu cónyuge está pensando en llevarse a los niños, ponlo inmediatamente en conocimiento de tu abogado para que le solicite al juez que dicte una orden de prohibición de salida del territorio nacional y de expedición de pasaporte de los niños; o que se lo retire si ya lo tienen. Coméntalo también con las personas que cuidan de tus hijos cuando tú estás trabajando y advierte también a la guardería o al colegio. Sin embargo, sin una orden judicial que le prohíba separarlos de tu lado, la escuela, la canguro o la guardería no tienen las competencias para impedir que lo haga. Lo único que pueden hacer es llamarte e intentar evitar que no se vaya hasta que llegues.

Si tu ex ya se ha llevado a los niños tienes que moverte rápido, pues el factor tiempo es clave, ya que cuanto más tiempo pase, más difícil será encontrar a tus hijos. Una vez localizado el paradero de éstos, si el Estado en el que se encuentran no promueve la restitución voluntaria, se iniciará un procedimiento judicial, en el que puedes intervenir con abogados particulares o con el abogado del Estado. Por otra parte, si llegan a pasar un año en el extranjero, el juez del país de acogida no ordenará la restitución si se demuestra que los menores han quedado integrados en el nuevo medio.

Tu ex no te paga la pensión compensatoria

Muchas personas divorciadas que están legalmente obligadas a pagar una pensión compensatoria no lo hacen o lo hacen con retrasos y de mala manera, a menudo porque les molesta tener que pagar ese dinero o porque su nueva pareja los presiona para que no paguen. Otras no pagan porque tienen considerables problemas económicos y, en lugar de solicitar al tribunal una reducción del pago, lo que hacen es dejar de pagar o hacerlo sólo cuando se lo pueden permitir.

Si tu cónyuge te debe la compensatoria, ponte en contacto con tu abogado, que te contará qué se puede hacer y te ayudará a pensar un plan de acción. En el apartado “Exigir la pensión de alimentos (o la compensatoria)” de este mismo capítulo hay una lista con las opciones que puedes seguir. El mejor momento para preguntarle al abogado qué hacer si se da este problema es cuando se esté redactando la parte económica del acuerdo de divorcio (sí, antes de que ocurra, por si acaso).

Quieres cambiar algunas condiciones del acuerdo de divorcio

Con el paso del tiempo, las circunstancias cambian y los acuerdos o sentencias que en su momento parecían adecuados puede que ya no se ajusten a lo que necesitas. También puede pasar que nunca estuvieras de acuerdo con lo dictado (has hecho un esfuerzo para cumplirlo a rajatabla pero ahora has decidido que hay que hacer algo).

Si os veis durante los intercambios, modificar el acuerdo o la orden judicial puede ser relativamente fácil, siempre y cuando el juez comparta vuestro punto de vista y siempre suponiendo que los cambios no perjudiquen a los hijos. Sin embargo, si uno quiere cambiar algo y el otro no (que es lo más probable), volverás a vivir la batalla del divorcio.

Las circunstancias han cambiado

Por lo general, al solicitar una modificación de las condiciones hay que justificarlo. Para ello tendrás que demostrar que se ha producido un verdadero cambio. A un juez no le valen argumentos como “no me gustaban” las condiciones de la sentencia.

La viudedad tras el divorcio

Entre las cosas en las que nadie piensa al divorciarse es que quizá su ex muera. En el caso de mujeres que no trabajan y que enviudan de su ex, las cosas suelen complicarse cuando éste ha vuelto a tener pareja estable y, por lo tanto, deja otra viuda. El asunto de las pensiones todavía enrevesa más la situación.

- ✓ Para los fallecimientos acaecidos a partir de 2010, si la cuantía de pensión de viudedad es superior a la pensión compensatoria, sólo cobrarás la cantidad menor.
- ✓ Si no está fijada una pensión com-pensatoria sólo tendrán derecho a la pensión de viudedad quienes puedan acreditar que eran víctimas de violencia de género en el momento de la separación judicial o el divorcio.
- ✓ Si hay más de una viuda (o viudo) porque tras el divorcio tu ex, ahora fallecido, volvió a casarse o a formar pareja estable, cada una recibirá la parte de la pensión de viudedad proporcional al tiempo de convivencia con la persona fallecida; pero siempre se garantizará que el 40% será para el último cónyuge (o la pareja que conviviera oficialmente con la persona muerta en el momento del fallecimiento).

Para modificar las condiciones relativas a la residencia de los niños y el régimen de visitas hay que demostrar que ese cambio es para mejor. Un juez no cambiará nada si no hay una necesidad legítima de cambio debido a determinadas vicisitudes en tu vida, en la de tu ex o en la de los propios niños. Dichos cambios pueden ser:

- ✓ Te mudas lejos.
- ✓ Los niños no reciben la atención adecuada cuando están con el otro progenitor (problemas con las drogas, tu ex ha cambiado el horario de trabajo y los niños se quedan solos, tu ex está de fiesta toda la noche, etc.).
- ✓ Tu hijo se pone gravemente enfermo y los acuerdos son inadecuados.
- ✓ Tu ex o tú caéis enfermos, o detienen a uno de los dos por un delito violento o hay una acusación de abuso de menores.
- ✓ Tienes problemas con tus hijos adolescentes y ya no puedes controlarlos.
- ✓ La pareja de tu ex se relaciona de forma indebida o influye en tus hijos.
- ✓ Crees que tu ex maltrata o abusa sexualmente de tus hijos.
- ✓ Simplemente, los acuerdos no funcionan.

Sea cual sea el motivo que des para justificar la demanda de modificación, el juez tomará una decisión pensando en el beneficio de tus hijos.



También puede ser que el régimen de visitas os parezca estupendo pero tu ex o tú queráis que cambien las condiciones de la pensión compensatoria o de la pensión de alimentos a favor de los hijos. Normalmente, el que la recibe siempre quiere más, y el que la paga quiere que se reduzca, ¡sorpresa! El que presente la demanda de modificación tendrá que probar que ha habido un cambio en su vida, en la de su ex cónyuge o en la de los niños y que, por tanto, merece dicha modificación.

Si cambiáis el acuerdo, decídselo al juez

Si decidís de manera informal modificar el régimen de visitas no es necesario notificárselo al juez, a menos que estéis cambiando los términos de la sentencia. Si lo que acordáis es modificar la guarda y custodia, no podéis dejar de formalizar por escrito ese acuerdo, en un nuevo convenio regulador y someterlo a la aprobación del juez. De lo contrario, si más adelante surgen desacuerdos entre vosotros el lío está servido, pues la sentencia inicial sigue en vigor y vuestro acuerdo, por muy común que fuera, no vale nada.

Lo mismo ocurre si la sentencia te obliga a pagar la manutención pero acuerdas con tu ex pagar un poco menos o suspender el pago durante un tiempo, o incluso eliminarla definitivamente. Aunque lo pongas por escrito, un juez lo verá como un acuerdo no vinculante: papel mojado.

Pon el nuevo acuerdo por escrito con ayuda de un abogado y sigue los trámites legales para que el juez dicte una sentencia aprobándolo. Si el juez considera que la nueva propuesta no protege debidamente el interés de vuestros hijos, os dirá que le presentéis una nueva propuesta.

Tu ex se declara en bancarrota

Cabe la posibilidad de que tu ex cónyuge caiga en situación de insolvencia, por ejemplo, si tiene una cantidad importante de deudas que prevé que no podrá pagar.

Si crees que va a declararse en bancarrota y tenéis un convenio regulador, aprobado por sentencia, por el que te tiene que pagar una pensión o transferirte dinero o propiedades, que no se ha cumplido en todo o en parte, lo mejor que puedes hacer es poner el asunto en manos de abogados porque no va a ser fácil cobrar.

Las pensiones en teoría y en la práctica

La teoría es que si un juez declara que tu ex es insolvente (está en concurso de acreedores) se cancelarán muchas de sus deudas, incluidas las derivadas de tener que pagar lo que establece el acuerdo de divorcio. Pero eso no le quita la obligación de pagar la manutención de los hijos; no obstante, sí puede ocurrir que el juez rebaje la cuantía de la pensión, en función de si existen otros parientes (tú) obligados a prestar alimentos.

En la práctica, el administrador concursal de tu ex (el que controla lo que debe y cómo resolver la situación) puede solicitar al juez que lo libere de algunas cargas, lo que puede suponer una reducción de las pensiones que recibes durante el período de concurso de acreedores.

Capítulo 21

Pensar en el futuro: acuerdos prematrimoniales

En este capítulo

Acuerdo prematrimonial sí o no
Qué poner en el acuerdo prematrimonial
La legalidad del acuerdo
Asesoramiento profesional

Tras el divorcio es muy probable que conozcas a una persona de la que te enamores; y quizá quieras volver a casarte. Si te divorciaste, sabrás que el matrimonio es como un juego de azar, al terminarse puede arruinarte emocional y económicamente. Así que a lo mejor te planteas que puede haber algo que facilite las cosas a la hora de repartir los bienes si las cosas no van todo lo bien que esperabas.

Un acuerdo prematrimonial (también llamado *pacto en previsión de ruptura*) puede darte tranquilidad porque os ayudará a sentar algunas bases del divorcio antes de que os caséis (o de que forméis una unión estable de pareja). Aunque pueda parecer un poco cínico (y bastante menos romántico), hablar de este tipo de cosas con tu futuro cónyuge o pareja y redactar un pacto en previsión de la ruptura es una buena idea, ya que, a la vista de las estadísticas, la probabilidad de que os divorciéis no es baja; aunque deseamos que no tengáis que usar el acuerdo, claro.

En este capítulo encontrarás información concreta sobre los pactos en previsión de ruptura, qué hace que lleguen a ser jurídicamente vinculantes y qué papel desempeñan los abogados en su redacción (también encontrarás algunos consejos para hablar del tema con tu pareja sin que suene materialista o interesado).

Los acuerdos prematrimoniales no son sólo cosa de ricos

Los *pactos matrimoniales* son decisiones o acuerdos que tú y tu pareja podéis adoptar antes o después de casaros o de constituirlos en unión estable de pareja. A través de ellos podéis dejar sentadas las consecuencias tanto económicas

como personales que regirán en el caso de que vuestro matrimonio o unión fracase.

A diferencia de lo que ocurre en otros países, en España los acuerdos prematrimoniales no están reconocidos en el Código Civil. No obstante sí que lo están en algunas comunidades autónomas, como Cataluña, Valencia y Aragón, y prácticamente todas tienen leyes que reconocen esos pactos en casos de uniones estables de pareja. Obviamente, un acuerdo matrimonial no puede contravenir o sobrepasar ninguna ley.

Se suelen asociar los acuerdos prematrimoniales con personas muy ricas o poderosas, sobre todo si se casan con alguien que tiene bastante menos dinero o accede por su pareja a un posición social que de otra manera no tendría. En los últimos años, ha aumentado el número de pactos en previsión de ruptura debido a una serie de razones:

- ✓ Ya se ha pasado por experiencias traumáticas y costosas de divorcio y se quiere asegurar que si vuelve a ocurrir sea más tranquilo y más barato.
- ✓ Los futuros cónyuges tienen negocios y quieren proteger sus empresas de las posibles consecuencias de un divorcio.
- ✓ Uno de los miembros de la pareja tiene una edad avanzada y dispone de un patrimonio considerable.
- ✓ Se reducen los costes financieros y emocionales de la ruptura conyugal que se encuentra ya perfectamente regulada desde su inicio.
- ✓ Se quiere negociar las reglas de la convivencia: reparto de las tareas domésticas, religión de los hijos y otras cuestiones cotidianas de la vida en familia (los tribunales no suelen exigir el cumplimiento de tales disposiciones si la pareja tiene alguna desavenencia al respecto. Es más una declaración de intenciones que un contrato).

Te parecerá que estás tentando a la suerte, pero establecer esta serie de condiciones antes de casarte o de irte a vivir con tu pareja puede ser una forma de minimizar las consecuencias económicas y psicológicas de un divorcio. Negociar cómo se va a terminar el matrimonio justo cuando empiezas, cuando todo es de color de rosa y puedes hablar de repartos tranquilamente y sin el resentimiento y el dolor de la ruptura sentimental, hará que las negociaciones de divorcio sean más sencillas, menos acaloradas y más baratas, además de ayudarte a proteger ciertos bienes de las consecuencias de un divorcio. Incluso puede mejorar la relación ya que estaréis más seguros de que no hay intereses escondido en el otro.

Hay que hablar de ello (con delicadeza)

La idea de un acuerdo prematrimonial te parece adecuada, pero no sabes cómo abordar el asunto. Entiendes que tu pareja piense que un acuerdo prematrimonial no es la mejor forma de comenzar un matrimonio. No te podemos garantizar que no haya algún riesgo en sacar el tema, pero podemos darte algunas normas básicas para entablar la conversación:

- ✓ Ante todo sinceridad, sin hacer daño, y explicando tus razones para querer un acuerdo prematrimonial. Si has tenido una mala experiencia previa, puedes traerla a colación, en lugar de dudar de la honestidad o de la entrega de tu futura pareja. Pero si das la impresión de que te vas por los cerros de Úbeda o que estás mintiendo, o que lo haces por codicia, llegar a la etapa de la negociación te va a ser difícil e incluso te puede costar el matrimonio.
- ✓ Sé muy claro contigo mismo y con tu pareja: buscar un contrato prematrimonial no tiene nada que ver con tener dudas o con no querer comprometerse.
- ✓ Explícale que también puede beneficiarse del acuerdo. Pondera estos aspectos antes para tenerlos preparados.
- ✓ No te pongas a la defensiva o te enfades si tu cónyuge o pareja se molesta.
- ✓ Si estáis preparando un acuerdo prematrimonial y llegáis a un punto muerto, un par de reuniones con un mediador pueden ayudar (en el [capítulo 16](#) está toda la información). Si la mediación os ayuda a resolver vuestras diferencias y llegáis a un acuerdo, consultad la validez con un letrado. A continuación, cada uno podéis hablar con abogados distintos para que revisen el acuerdo desde vuestro punto de vista.

Qué se pone en el acuerdo

Las disposiciones que se incluyan en el acuerdo deben reflejar tus intereses económicos. Seguramente ya sabes qué incluir y los abogados pueden aportar sus ideas. Piensa cuánto tiempo quieres que dure el acuerdo y ten en cuenta las siguientes preguntas (las respuestas que obtengas pueden darte alguna idea):

- ✓ ¿Qué compensación recibirás si, por ejemplo, dejas el trabajo para ayudar a tu cónyuge en su trabajo o negocio, o si te quedas al cuidado de los niños?
- ✓ ¿Alguno de los dos tendrá que pagar una pensión compensatoria si os divorciáis? En tal caso, ¿cuánto habrá que pagar y durante cuánto tiempo?
- ✓ ¿Quién pagará los honorarios de los abogados y procuradores si os divorciáis (o ponéis fin a vuestra convivencia como pareja estable)?

- ✓ ¿Qué características tendrá la copropiedad si compráis un bien juntos? (En el [capítulo 3](#) puedes leer sobre las diversas opciones.)
- ✓ ¿Quién se quedará con la casa y otras propiedades importantes si os divorciáis o ponéis fin a vuestra convivencia?
- ✓ ¿Cómo vais a compartir gastos durante la convivencia?
- ✓ ¿Qué pasará con las deudas si se acaba la relación?
- ✓ ¿Qué compensación recibirás si apoyas a tu cónyuge mientras estudia en la universidad o se forma y se termina el matrimonio (o a la inversa)?
- ✓ ¿Tu cónyuge o pareja tendrá alguna participación en tu negocio si os divorciáis?
- ✓ ¿Qué compensación recibirás si tu futura pareja no puede pedir préstamos y todos tienen que hacerse a tu nombre? (Eres responsable ante tus acreedores de esa deuda, aunque tu cónyuge acepte pagar una parte si os divorciáis.)



Si vais a comprar un bien juntos y uno de los dos pone mucho más dinero, te preguntarás cómo proteger esa parte mayor. En ese caso es posible redactar las escrituras de tal forma que reflejen las respectivas contribuciones y las restricciones e intenciones que consideréis oportunas respecto a la copropiedad y sus responsabilidades. Este tipo de escrituras encierran alguna complejidad, así que es probable que os convenga redactarlas asesorados por abogados. Si ya están todas las salvaguardas en las escrituras, igual ya no necesitáis un acuerdo prematrimonial (sin embargo, como siempre con los divorcios y los acuerdos prematrimoniales, la última palabra la tiene el juez y puede modificar los acuerdos si las circunstancias en el momento del divorcio hacen que la aplicación de esos pactos sea perjudicial para los intereses de uno u otro cónyuge, o de los hijos).



También podréis añadir algunas disposiciones relativas a la pensión de alimentos del cónyuge. En cualquier caso, los tribunales no están obligados a cumplirlas, tampoco las relacionadas con el mantenimiento de los hijos que se tengan durante el matrimonio ya que cabe la posibilidad de que esas disposiciones no se ajusten al interés superior de los niños. No olvidéis incluir una cláusula de revisión, sobre todo si tenéis hijos.



Una vez preparado el acuerdo, léelo de vez en cuando para asegurarte de que sigue reflejando tus intereses y necesidades. Si hay cambios, podéis modificar el acuerdo o cancelarlo. Esto tiene consecuencias jurídicas, así que hablad con el abogado si pensáis hacerlo.

El acuerdo prematrimonial y la ley

Si redactáis un acuerdo prematrimonial, podéis incluir todas las condiciones que queráis, siempre que no sean contrarias a la ley y por supuesto que ambos estéis de acuerdo. Para que el acuerdo prematrimonial tenga validez hay que tener en cuenta algunas pautas necesarias para que un juez lo dé por bueno.

- ✓ Las condiciones tienen que ser claras.
- ✓ El acuerdo tiene que estar reflejado por escrito y firmado ante notario.
- ✓ Tenéis que entender perfectamente lo que estáis firmando.
- ✓ Es necesario que firméis el acuerdo por voluntad propia y no bajo amenazas o presiones externas. Un embarazo puede considerarse como una medida de presión, a no ser que ambos reconozcáis sus implicaciones. Ninguno debe aprovecharse de tener una posición dominante.

Tenéis que participar los dos en las negociaciones, o vuestros abogados respectivos. Un juez será más proclive a aceptar el acuerdo si habéis recibido asesoramiento jurídico independiente, cada uno el vuestro.

Cada uno debe tener pleno conocimiento de su situación económica y patrimonial.

Siempre debe haber sinceridad total con el otro en cuestiones relativas a ingresos, bienes y obligaciones. Tenéis que ser conscientes de lo que dais y recibís antes de firmar. Cuanta más información compartáis mejor será; si se oculta información, el juez querrá saber quién y por qué se tomó esa decisión.

- ✓ Tenéis que reflejar claramente si el acuerdo seguirá vigente en caso de cambios, por ejemplo, si tenéis hijos.
- ✓ El acuerdo puede ser injusto para una de las partes.

Si uno de vosotros prueba que vuestro acuerdo no cumple alguna de esas condiciones será más probable que el juez os obligue a cambiar o anule alguna

de las medidas establecidas; o incluso puede rechazar todo el acuerdo.



Indicar las razones por las que queréis firmar un acuerdo (por ejemplo, para evitar desavenencias en caso de divorcio) y reconocer la competencia de los tribunales ayudará a obtener el respaldo del juez.

Mejor con asesoramiento profesional

Recurrir a un abogado es siempre lo ideal si se negocian elementos importantes de un documento legal que tendrá consecuencias en tu futuro bienestar económico. El abogado te ayudará a asegurarte de que el acuerdo es beneficioso y te explicará qué consecuencias tiene cada una de las cláusulas si todo termina en divorcio, además, se asegurará de que los pactos no sean contrarios a las leyes.

Es mejor que sea un profesional con experiencia en el campo de los acuerdos prematrimoniales. Dependiendo de las circunstancias, también podrás necesitar un abogado con conocimientos especiales ajenos al derecho de familia o incluso la ayuda de otros profesionales. Por ejemplo, si tienes una empresa, necesitarás un especialista en derecho mercantil o un perito tasador de empresas. O si queréis incluir alguna medida aplicable en caso de que un de los miembros del pareja fallezca, es aconsejable que os ayude un abogado especialista en sucesiones.

Antes de entrevistaros con los abogados, tenéis que hablar sobre los objetivos e intereses del acuerdo prematrimonial y valorar si es justo. A continuación podréis determinar si es posible redactar dicho acuerdo. Tenéis que identificar y clasificar aquellos aspectos en los que estéis de acuerdo, los que necesiten una explicación legal y qué queréis que hagan los abogados. El coste de un abogado para que os asista en la redacción del acuerdo matrimonial dependerá de la complejidad de los temas que queráis reflejar y del valor de los bienes implicados. Si tienes en cuenta lo que cuesta un divorcio, llegado el caso puedes amortizar el gasto y ahorrarte mucho dinero.

Parte VI

Los decálogos



**—QUERIDA BLANCANIVES —DIJO SU AFABLE, ATENTA,
ESPLÉNDIDA, CARIÑOSA Y GUAPÍSIMA MADRASTRA— SI FUERA TÚ
NO ME COMERÍA ESA MANZANA.**

En esta parte...

En los decálogos se presenta de forma rápida y práctica información concentrada en diez puntos por capítulo, entre los que encontrarás:

- ✓ Pasos para contribuir a la felicidad y estabilidad de tus hijos.
- ✓ Consejos para olvidarte del divorcio, seguir hacia adelante y volver a tener vida social.
- ✓ Consejos para que tu próximo matrimonio o relación de pareja sea feliz y duradero, porque nunca se sabe cuándo vas a conocer a alguien nuevo.

Capítulo 22

Diez formas de facilitar las cosas a tus hijos

En este capítulo

Mantente junto a tus hijos cuando te necesiten

Tu ex también se esforzará en educarlos

Tus problemas no son los suyos

Cuidado con las relaciones nuevas

Casi todos los niños conocen hoy en día a alguien de su edad cuyos padres están divorciados, pero, no obstante, son pocos los que esperan que ocurra en su familia algo así; y cuando sucede, a menudo lo viven como una tragedia.

Si os separáis, al principio, tus hijos sentirán que su vida da un vuelco, ya que les quitan todo lo que conocen y quieren. Como progenitor, debes ayudarlos a afrontar esos profundos cambios que se producen en sus vidas. En este capítulo encontrarás consejos para aportarles algo de estabilidad dada esa situación de inseguridad.

Demuestra que sigues queriéndolos

Dile a tus hijos que los quieres y haz lo que sea necesario para que tus acciones así lo demuestren. Dedícales tiempo, muestra todo tu afecto y préstales atención cuando quieran contarte algo personal.

El otro progenitor merece respeto y amor

Dales permiso para querer a su otro progenitor. No describas a tu ex de tal forma que los niños se sientan culpables por quererlos a los dos. En vez de eso, apoya los esfuerzos de tu ex por educarlos e insiste en que lo respeten y lo quieran. Habla de forma positiva del otro; cuéntales anécdotas familiares divertidas, cómo os conocisteis o algo sobre los familiares de tu ex. Esas conversaciones muestran que hablar de esa parte de la familia de tus hijos no te produce incomodidad y hará que tus hijos se sientan orgullosos de todos sus parientes y de sus raíces, algo fundamental para todos los niños. Ya han

experimentado una pérdida importante, no lo compliques más saboteándoles algunos de los pilares que aporta tu ex sólo porque vienen de una persona que ha salido de tu vida.

Aléjalos de tus preocupaciones

Trátales como a niños y no como a adultos. Tendrán que asumir más responsabilidades en casa tras el divorcio, incluso buscarse un trabajo, pero no olvides que no son adultos. No los abrumes con tus problemas y preocupaciones. Si estás pasando un mal momento, seguramente lo notarán y tendrán miedo de que les pase algo a ellos también. Si, por ejemplo, sientes estrés por pagar las facturas, hazles saber lo que pasa, pero no entres en demasiados detalles. Asegúrales que pase lo que pase, todo irá bien.

Acuerda con tu ex las normas básicas de educación

Si ambos compartís por igual el día a día de vuestros hijos, intentad poneros de acuerdo sobre qué medidas adoptáis en ambas casas sobre ciertos temas mayores, como la hora de volver a casa, la disciplina o los deberes. Vivir con unas normas en una casa y lo contrario en la otra no es fácil ni para ellos ni para vosotros (en los [capítulos 4 y 10](#) encontrarás algunos consejos para facilitar las cosas). Por otro lado, si tu ex no educa a los niños como tú, no te quejes ni discutas delante de ellos, a no ser que consideres que esa forma de educarlos está causando un daño físico o psicológico.

Haz que se sientan en casa

Si te has mudado, haz que tengan su rincón particular. Si tu economía te lo permite, deja que lo decoren a su gusto. Haz que la casa les sea lo más cómoda posible para que disfruten si viven contigo, pero también aunque sólo vayan los fines de semana y algunas vacaciones.

Se sentirán mejor si en cada casa tienen una parte de su ropa, de sus artículos de aseo personal o sus juguetes (dentro de lo razonable). Esto les evita tener que hacer y deshacer maletas cada vez que van a casa de papá o mamá.

Evita manipularlos

No discutas con tu ex delante de los niños. No los utilices como mensajeros para pelearte con tu ex ni tampoco le impidas a su familia que los vean. Si tu ex sale con alguien, no intentes sabotear esa relación y ten buen cuidado en evitar que tus hijos piensen que te enfadarás con ellos si esa nueva pareja les cae bien; si te comportas de forma rencorosa porque tu ex tiene una nueva relación amorosa,

sin quererlo, estarás mostrándole a tus hijos cómo se comporta una persona celosa. Tampoco los mimes demasiado para que sientan que contigo están mejor.

Cumple lo prometido

Cumplir tu palabra les facilitará la vida a tus hijos. Por ejemplo, si dices que a tal hora irás a recogerlos, ve a recogerlos; si les dices que vais a hacer algo juntos, hazlo. Si hay un cambio de planes, avísales con tiempo, y si tu ex está de acuerdo, retoma la actividad en otro momento.



Si vives muy lejos de donde están tus hijos, lo mejor es escribirles o llamar por teléfono a menudo.

Muchos padres que no tienen la guarda y custodia temen ver a sus hijos porque las despedidas les resultan muy dolorosas. Si es tu caso, piensa que con el paso del tiempo las despedidas serán mucho más fáciles. No dejes que eso te impida ver a tus hijos: deben sentir que es importante estar contigo de forma regular.

No te precipites con tus ligues

Evita llevar a casa a alguien nuevo justo después de divorciarte, eso hará que no te encuentres en la difícil situación de tener que presentar tus conquistas a tus hijos. Cuando empieces a salir con alguien, los niños pueden pensar que te vas con esa persona demasiado pronto o quizá se sientan intimidados por su presencia. Una solución temporal puede ser verte con esa persona mientras los niños están con tu ex, quizá eso haga que se sientan más cómodos (si vuelves a tener una relación de pareja, no dejes de leer los consejos del [capítulo 23](#)).

Si comienzas a salir con alguien de forma habitual, tus hijos empezarán a tenerle apego y sentirán que hay un nuevo adulto especial en sus vidas. Ten presente que si esa relación se acaba, a los niños les costará un tiempo aceptarlo (sobre todo si tu ex no participa de forma activa en sus vidas).

Las vidas de tus hijos deben ser estables y ordenadas

Intenta conservar todas las rutinas, normas y tradiciones familiares de la vida familiar pasada, ya que los niños necesitan un orden. Tras divorciarte, trata de mantener una estabilidad para tus hijos: que coman a la misma hora, que tengan sus mascotas, ayúdalos con los deberes y mantén la misma disciplina que tenían.

Haz lo posible porque perduren, también, las amistades y las relaciones con las que antes contaban.

No te conviertas en superpapá o supermamá

Si te sientes culpable por las consecuencias que puede tener el divorcio en tus hijos o si te molesta que vivan con tu ex, no trates de compensarlos a base de convertirte en uno de esos padres-antojo de fin de semana que se prodigan en regalos y dinero; tampoco los atosigues y sobreprotejas. Por muy complicado que sea, trata de mantener la misma relación que tenías con ellos antes de divorciarte. En esos momentos necesitan orden y estabilidad, no un exceso de demostraciones. La mejor forma de darles lo que necesitan es mediante cariño y afecto.

Capítulo 23

Diez consejos para olvidarte del divorcio y salir adelante

En este capítulo

Encontrar apoyo moral
Buscar asesoramiento si es necesario
Conocer gente nueva
Mantener las cuentas bajo control
Divertirse de nuevo

No es de extrañar que hasta que no pase el divorcio te sientas como si estuvieras en una cueva. Pero la vida sigue y todo tiene arreglo (tarde o temprano, esperamos). Quizá vuelvas a enamorarte y esta vez sea la definitiva. En este capítulo hallarás diez consejos que te servirán de pistas para empezar a levantar el ánimo, seguir adelante con tu vida y planear momentos más alegres.

Busca a alguien (un adulto) en quien apoyarte

Busca a alguien con quien puedas hablar de tu situación de forma franca y sincera. Da igual quién sea mientras te escuche con atención. Elige a alguien en quien confíes y que te haya dado buenos consejos antes.

Dile lo que piensas de forma prudente. En otras palabras, no despotriques de tu ex o de tus hijos. Deshazte de esos sentimientos negativos para poder seguir con tu vida (en el [capítulo 9](#) hay más información sobre lo que puedes estar sintiendo).



Por encima de todo, no agobies a tus hijos con tus preocupaciones. Tienen sus propias inseguridades y tendrás que dar la cara por ellos (lee el [capítulo 10](#) para abordar este asunto).

Escribe un diario

Escribir un diario es una buena forma de comprender tus propios sentimientos. Es una manera eficaz de plasmar tus pensamientos y de ver cómo van evolucionando semana a semana, incluso verás que cada vez necesitarás menos a amigos o familiares para sentirte con ánimos.

Escribe como si se lo contaras a tu mejor amigo o a ti mismo. Haz dibujos para ilustrar tus pensamientos. Cada semana, lee lo que escribiste la anterior. Te sorprenderá la profundidad (o trivialidad) de tus emociones; o quizá en sólo una semana descubras que hay ciertos sentimientos que han cambiado.

Busca ayuda si la necesitas

Si te pasas el día llorando y acumulando odio contra tu ex, si la depresión te carcome y las dificultades no te dejan levantar cabeza, necesitas algo más que un amigo con quien hablar; necesitas ayuda profesional. Un psicólogo te informará de forma objetiva y puede ayudarte a canalizar de modo positivo tus sentimientos.

Si no conoces a ninguno, el médico de cabecera seguramente podrá recomendarte a alguien. También puede darte alguna indicación el abogado o el mediador, o un amigo o compañero de trabajo. (En el [capítulo 2](#) encontrarás más información.)

No te conviene volver con tu ex

Si la soledad te invade tras divorciarte, algo que le pasa a mucha gente, aléjate de tu ex salvo lo estrictamente necesario para poneros de acuerdo en temas relacionados con vuestros hijos; lo que pasó pasado está. Por mucho que te apetezca, no busques consuelo en esos brazos que antaño te eran familiares, tienes que avanzar. Quizá sientes que reconciliarte es la única forma de detener el desconsuelo y aliviar la soledad, pero no te engañes. Ninguno de los antiguos problemas se resolverán así, a no ser que ambos tengáis serias dudas sobre las decisiones tomadas.

Céntrate en el trabajo

El trabajo o tu vida profesional pueden haberse visto afectados durante el divorcio. Puede que hayas gastado hasta la última gota de energía y concentración para realizar las tareas más simples de tu trabajo y para terminar el día. Cuando todo haya acabado, volver a centrar la energía en el trabajo te ayudará a recuperar la rutina. Además, los logros profesionales harán que te sientas bien contigo mismo (quizá incluso consigas un ascenso o un aumento de sueldo). Si hace tiempo que no trabajas y quieres volver a la vida laboral, en el

[capítulo 19](#) encontrarás algunos consejos útiles.



No busques en tus compañeros de trabajo la proximidad física o la comprensión emocional anhelada: salir o acostarse con colegas de trabajo a menudo es meterse en camisa de once varas. Lo que necesitas en el trabajo es seguridad, no incertidumbre.

Recupera tu lado espiritual

Si crees en Dios o en otro poder superior, que no te avergüence rezar para buscar un camino y comprensión. El yoga o la meditación también pueden darte una renovada sensación de sosiego y acrecentar la conciencia de ti mismo.

Salda las deudas

Trata de saldar todas las deudas lo antes posible. No es el momento adecuado para preocuparte de facturas y acreedores. Además, cuanto antes las saldes, antes podrás empezar a ahorrar para esas cosas que tanto necesitas o anhelas. Si no has hecho un plan de gastos o un presupuesto, hazlo. Eso puede ayudarte a saber si los ingresos mensuales cubren los gastos. Si los gastos y deudas superan los ingresos, piensa alguna manera de conseguir ingresos extras o analiza detenidamente los gastos para ver por dónde puedes recortar. En el [capítulo 3](#) hay más información sobre cómo hacer un presupuesto personal.



Si los ingresos superan los gastos, céntrate en pagar las deudas que tengan tipos de interés y comisiones más altos. Suelen ser las relacionadas con las tarjetas de crédito, tarjetas de cliente o préstamos personales de los bancos.

Haz algo totalmente nuevo

Busca actividades para disfrutar sin contar con nadie: apúntate al gimnasio o ve a clases de baile o de cocina en las que podrás conocer a otras personas que también buscan nuevas experiencias. Atrévete a probar algo que tu ex nunca quiso hacer contigo, como saltar en paracaídas, hacer un viaje en plan mochilero o recorrer todo el país (cualquier médico te recetará un cambio de aires). Si las actividades al aire libre no son lo tuyo, descubre el artista que llevas dentro. Cantar en un coro ayuda a concentrarse, y pintar, esculpir o hacer fotografías

son actividades que te mantendrán ocupado y te permitirán mostrar a los demás cosas hechas con tus propias manos.

Comparte espacio para ahorrar dinero

Si andas justo de dinero, quizá puedas alquilar una habitación. Al compartir tu hogar con un adulto reducirás los gastos mensuales y tu espacio vital estará menos solitario. Otra opción es regresar temporalmente a casa de tus padres. Volver a tu entorno familiar, con las personas que quieres, te dará la seguridad necesaria para ahorrar el dinero suficiente para salir a flote de nuevo. En cualquier caso, asegúrate de que esto no se eterniza, de lo contrario tanto tú como tus padres perderéis la independencia que teníais.



Si tus hijos viven contigo, o compartes su custodia, pon por delante sus necesidades, siempre que sea posible. Aunque un nuevo inquilino, sobre todo un estudiante, se llevará bien con tus hijos, quizá no les apetezca compartir su casa con otra persona, al menos no tan pronto. Pregúntales antes de decidirte para saber qué piensan (no dejes de leer el [capítulo 10](#)).

Retoma tu vida social

Sal de casa y conoce gente. Apúntate a un grupo de apoyo o a un club de divorciados. Conocer gente que ha pasado por la misma experiencia y hacer cosas divertidas es una buena terapia, por no mencionar que conocerás a otras personas con las que querrás entablar una amistad, o incluso una nueva relación.

Llegará un momento en que desearás volver a socializarte, pero no empieces a salir con gente nada más recibir la sentencia de divorcio. La mayoría de las personas divorciadas vuelven a casarse pocos años después. Muchos terapeutas te dirán que no es conveniente entablar una relación seria hasta pasado un año de la separación.

Cuando estés listo, puede que te asalte la duda sobre cómo conocer gente nueva, sobre todo si hace tiempo que no tienes relaciones sociales o si la última vez que te fuiste de marcha aún no te habías casado. Se necesita cierta creatividad a la hora de salir a ligar:

- ✓ Coméntale a tus amigos que quieres empezar una nueva relación, quizá te presenten a alguien, os concierten una cita o a lo mejor os invitan a alguna actividad un poco menos estresante.

- ✓ Ve a clases. Una clase de mecánica o de idiomas suele ser un buen lugar para conocer a un hombre o a una mujer.
- ✓ Haz deporte. Participa en un equipo de voleibol, juega al tenis o al baloncesto, deportes para ambos sexos que, además, son buenos para la salud y una buena forma de conocer a gente.

Consejos para las agencias de contactos

Si hace tiempo que no entras en el juego de las citas o si te cuesta conocer gente, una agencia de contactos puede ser una buena solución, pero cuidado: el objetivo de estas empresas es sacar beneficios, así que elige con cautela. Debes sentirte bien con la forma de trabajar de estos celestinos.

Si te decides, necesitarás una buena dosis de sentido del humor e ir sin ideas preconcebidas. Pregunta antes cuántas citas podrás tener y recuerda que no todo saldrá bien a la primera. A veces es necesario intentarlo varias veces hasta dar con la persona adecuada, y si algo no te gusta, notifícaselo a la agencia lo antes posible, así podrán redefinir los criterios que utilizan para emparejarte con otra persona y mejorar los encuentros. Las agencias de contactos funcionan de diversas maneras:

- ✓ Agencias matrimoniales. Toman tus datos y tratan de encontrar a la persona que mejor te corresponde. Sus métodos y eficacia son dispares, algunas se guían por corazonadas y otras por un ordenador. Sus listas de clientes y el número de citas también puede variar, al igual que los costes. Por ejemplo, una mujer pagó 900 euros y tuvo sólo una cita. Otro amigo por 250 euros y en una agencia distinta, conoció a su pareja tras varias citas.
- ✓ Clubes gastronómicos. Algunas agencias montan clubes gastronómicos en los que reúnen a seis o siete personas en torno a una mesa de restaurante. Sentarse a cenar con seis extraños puede servirte para poner a prueba tu capacidad conversadora y es una buena forma de conocer a gente de ambos sexos.
- ✓ Contactos en internet. Muchas agencias (como meetic.es o edarling.es) trabajan exclusivamente por internet. Puedes subir tu foto, una descripción y qué tipo de persona te interesa y a continuación puedes buscar en los demás perfiles de la gente. Suele pagarse una cuota mensual (a menudo las mujeres no pagan), lo que permite acceder de forma ilimitada a la base de datos de perfiles y a una dirección de contacto de la web. A continuación, puedes dar el paso y dar tu correo electrónico fuera de la web a alguien con quien has “hablado” o seguir la conversación por teléfono, etc.
- ✓ Citas rápidas. Se trata de un método muy social, con pocos riesgos y barato, que te permite hablar con alguien de tres a ocho minutos, tras lo cual suena un gong para pasar a la persona siguiente. Al terminar la velada, entregas una lista con las personas que te gustaría volver a ver. La agencia compara las listas y te manda los correos electrónicos de aquellas a quien elegiste y que te han elegido a ti. Al menos te echarás unas risas pensando qué vas a preguntar en esos pocos minutos.

- ✓ Colabora en una oenegé. Entregar tu tiempo y energía a una causa que te interese hará que conozcas a personas con ideas afines a las tuyas.
- ✓ Apúntate a grupos de solteros. Hay bastantes asociaciones de separados y divorciados que podrás encontrar fácilmente con una simple búsqueda en internet.
- ✓ Prueba una agencia matrimonial, citas por internet, pon un anuncio o responde a uno. Lee el recuadro “Consejos para las agencias de contactos”.

■ y verás qué método es el más adecuado para ti.



Si pones un anuncio, por razones de seguridad, elige siempre un lugar público para quedar las primeras veces y ni se te ocurra en un bar. Una buena idea es hacerlo en una cafetería o en una librería. Hasta que no tengas confianza con esa persona, no le des tu teléfono ni la dirección.

Diez ideas para la próxima vez

- Comunicarse
- Más tiempo juntos
- Soluciones creativas para los problemas
- Conservar el sentido del humor
- No perder la perspectiva
- Hacer cosas distintas

Ambas partes tienen que mantener la relación y preocuparse por ella. Mucha gente llega a esta conclusión por el camino más complicado, a base de ensayo y error, con matrimonios fracasados, divorcios y vuelta a empezar. Así que vamos a recopilar los elementos clave que según los especialistas en parejas se dan en casi todos los matrimonios prósperos.

Si quieres hablar con tu cónyuge de algún tema delicado o difícil, busca el lugar y el momento adecuados. Piensa bien lo que vas a decir para no utilizar palabras que, sin quererlo, podrían molestarlo o ponerlo a la defensiva.



Cuando le comentes a tu pareja que algo te molesta, evita las frases que empiecen por “porque tú” o las preguntas con “por qué”; con toda seguridad, ambas harán que se ponga a la defensiva. Muchos terapeutas familiares sugieren preparar por escrito un guión dividido en tres partes: qué sientes, qué te gustaría cambiar y qué te gustaría que hiciera tu cónyuge en su lugar. Por ejemplo: “Me frustra cuando me dices que vamos al cine y luego no vuelves del trabajo hasta las diez. Quiero que me llames si cambias de planes”. Los hombres y las mujeres suelen tener formas de comunicación distintas, lo que a veces puede causar problemas en las relaciones. Si quieres entender lo que dice tu pareja, consigue el libro *Los hombres son de Marte, las mujeres son de Venus* de John Gray (lo encontrarás en cualquier librería).

Busca tiempo para los dos

Al principio, seguramente erais inseparables, pero con el paso del tiempo, el quehacer diario y la lucha entre vida profesional y privada, empezáis a tener menos tiempo para el otro. Algunos estudios demuestran que la gente habla más con sus compañeros de trabajo que con sus cónyuges. Poco a poco, las parejas pueden distanciarse, emocional y físicamente.

Quizá tienes la sensación de que, con tanto ajetreo, en una sociedad tan exigente, tienes poco tiempo para ti, y mucho menos para tu pareja. Ahora bien, si quieres que tu matrimonio salga adelante, has de establecer de forma regular momentos para los dos, que pongan de manifiesto que os preocupáis por el otro y que disfrutáis estando juntos. He aquí algunas sugerencias:

- ✓ **Di “te quiero”.** No pienses que después de casaros tu pareja no necesita volver a oírlo. Una vez una mujer acusó a su marido de no decirle nunca que la quería, a lo que éste respondió “Pero le compro flores todas las semanas”. A veces, la forma de expresarse del uno no concuerda con la del otro.
- ✓ **Comed juntos al menos una vez al día.** Hablad durante la comida y no encendáis la tele.
- ✓ **Salid juntos al menos una vez al mes.** Apunta el día en tu agenda como si fuera una cita o una reunión importante. La salida no tiene por qué ser cara, puede ser un paseo, ver una película, ir de picnic o de excursión al campo. Lo importante no es lo que hagais, sino el tiempo que estáis juntos disfrutando el uno del otro.

- ✓ **No os pongáis delante de la tele noche tras noche.** En vez de eso, habla con tu pareja. Haced un puzle, un juego de mesa o compartid el silencio de la lectura y disfrutad de la compañía.
- ✓ **No des por sentado que la forma que a ti te gusta de recibir su amor es la misma que desea tu pareja.** Pídele que haga una lista de actitudes cariñosas que le gustaría recibir y dale una lista con las tuyas. El resultado al compararlas puede ser sorprendente.

Discute de forma justa

Discutir es una buena forma de aclarar cosas y resolver problemas. Pero una buena discusión es una discusión justa. En una discusión justa no hay ataques personales, insultos, acusaciones, reproches o amenazas. Todas esas cosas harán que os pongáis a la defensiva, que la discusión se acalore, os escucharéis menos y habrá menos disposición al acuerdo. No tiene que haber ganador y perdedor, se tienen que resolver vuestras diferencias de modo que ambos os sintáis satisfechos con el resultado. Si ambos sois de temperamento altivo, dejadlo estar momentáneamente para enfriar las cosas y habladlo más adelante con tranquilidad.

Soluciona antiguos problemas de forma creativa

Hay problemas recurrentes en todas las relaciones. Aunque sean problemas menores, con el paso del tiempo el enfado y el rencor se pueden ir acumulando. La solución suele ser, para grandes y pequeños problemas, buscar una nueva forma de abordarlos. Por ejemplo: a ti te gusta que el tubo de pasta de dientes se vaya apretando desde abajo y enrollando a medida que se gasta. Tu pareja te pone de los nervios porque aprieta el tubo por donde quiere. Habéis tenido un sinnúmero de discusiones por el dentífrico, tú no sabes por qué no puede acordarse de hacer lo que le pides y tu pareja no entiende que montes tanto jaleo por algo sin importancia. ¿Solución? Comprar dos tubos de pasta de dientes, uno para cada uno.

Aunque no vais a resolver todos los problemas recurrentes con tanta facilidad como lo de la pasta de dientes, solucionar problemas de forma creativa puede hacer maravillas en un matrimonio.

Conserva el sentido del humor

Reírse juntos es la mejor experiencia para un matrimonio y hay muchas maneras de hacerlo. Cuenta chistes, busca la parte divertida de las situaciones cotidianas, id a ver comedias, cuenta anécdotas familiares o del trabajo graciosas o

simplemente sonríe más a menudo, te apetezca o no. Además, quitarle hierro a las cosas puede ser una manera amable de decirle a tu cónyuge que está diciendo o haciendo algo (o no diciendo o haciendo algo) que te molesta y que tenéis que hablar de ello.

Perdona y olvida

En una relación tan cercana como es un matrimonio, a veces acabaréis con la paciencia del otro. Eso no significa la ruptura, pero si haces una montaña de un grano de arena eso puede hacer peligrar la relación.

Cuando la actitud de tu cónyuge te irrita o enfada, trata de entender por qué: ¿es porque tuviste un mal día en el trabajo o porque estás preocupado por tu hijo? ¿Te recuerda su actitud a la de tu ex o a cómo te trató tu padre o tu madre?

No pierdas la perspectiva y pregúntate: lo que acaba de decir o hacer, ¿es *realmente* tan importante? Trata de recordar todas esas buenas cosas de tu cónyuge. Además, piensa en todo aquello que tú haces que saca de sus casillas a tu pareja y lo mucho que te hubiera gustado que te perdonara. Si realmente te molesta su forma de comportarse, habladlo. Si el problema es grave, buscad ayuda profesional (en el [capítulo 2](#) hallarás información al respecto).

Soluciona los problemas rápidamente

Si habéis tenido una discusión de las gordas, a lo mejor tienes que tragarte el orgullo y decir “tenemos que hablar” o “lo siento”, aunque te siga doliendo o te sientas vulnerable o enfadado. Resolver las diferencias conyugales lo antes posible minimiza la probabilidad de que vuestra relación se vea afectada y que el daño o el enfado cale y provoque un conflicto permanente.

Ve a un terapeuta familiar para evitar sorpresas

Con demasiada frecuencia, la euforia del enamoramiento y la planificación de la boda eclipsa todo el trabajo preliminar que deberíais estar haciendo: aseguraros de que esta nueva relación es algo real y que ambos tenéis lo necesario para que funcione. Eso significa conoceros, incluidos los defectos, aseguraros de que compartís valores y prioridades, además de cimentar vuestra relación una vez pasados los efectos de las flechas del amor. Muchos psicólogos ofrecen este tipo de asesoramiento.

Asiste a un taller de enriquecimiento matrimonial

Otra posibilidad es asistir un fin de semana con tu pareja a un taller de

enriquecimiento matrimonial en un ambiente relajado, en compañía de otras parejas y de profesionales. El enriquecimiento matrimonial es un proceso en el que se aprende a mejorar las relaciones más cercanas en general y el matrimonio en particular. Se trata de descubrir cosas gracias a la experiencia en grupos de parejas, con el objetivo de lograr cambios en las actitudes y el comportamiento para incrementar la sensación de satisfacción en la relación.

Se suele hacer especial hincapié en el compromiso de crecer, comunicarse y resolver los problemas de forma constructiva. Como pareja, os enseñarán a afrontar los problemas propios con mayor eficacia y a establecer de modo realista las metas de vuestro matrimonio. Contacta con un psicólogo especialista en terapia de pareja.

Anima a tu cónyuge a hacer cosas distintas

Los recién casados, incluso en segundas nupcias, piensan que tienen que hacerlo todo juntos. Estar “unidos por los lazos del matrimonio” al principio puede ser divertido, pero pasado un tiempo uno de los dos querrá hacer cosas por su cuenta o salir con sus amigos. Si de repente tu pareja quiere hacer algo por su cuenta, no pienses que te quiere menos y no seas rencoroso porque tiene una nueva afición. En su lugar, apoya su búsqueda de nuevas aficiones, que mantenga las antiguas amistades o que haga nuevos amigos. Eso hará que sea más feliz, lo que repercutirá positivamente en vuestro matrimonio. Verás cómo vuestras conversaciones son más interesantes y os reís más a menudo. Incluso descubrirás cosas nuevas de tu cónyuge que le harán aún más interesante y afianzarán el amor que sientes por él. No dejéis que os gane la partida el miedo a otro fracaso matrimonial.

Tratar de controlar lo que hace tu cónyuge cada minuto del día puede hacer que lo que fue un matrimonio feliz se convierta en agobio, enfados y rencor. Si te molestan los cambios que se están produciendo en la relación, trata de entender por qué te molestan o pide cita con un profesional (en el [capítulo 2](#) hay más información sobre este asunto).

Si crees que tu cónyuge se siente triste o le agobia que hagas cosas por tu cuenta, habladlo y asegúrate de que conoce a tus nuevos amigos, calma las cosas y demuéstrole todo tu amor y cariño.

Parte VII

Apéndices



¡EH! ¡SE SUPONE QUE EL QUE TE DEJA SOY YO!

En esta parte...

Por lo general, los apéndices no son lo primero que miran los lectores. La mayoría de la gente, la primera y única vez que ven que hay un apéndice es cuando hojean un libro en una librería para ver si es lo que buscaban. Sin embargo, en esta obra los apéndices tienen información esencial.

El primero es un glosario de términos utilizados en este libro. Si no estás acostumbrado, la jerga jurídica puede ser complicada y suele abrumar. Hemos tratado de reducir los tecnicismos al mínimo, pero algunas veces no hemos podido ingeniárnoslas sin ellos, así que encontrarás definiciones cortas y concisas.

El segundo es una recopilación de pistas que te ayudarán con tu divorcio. Te servirán para echar un vistazo y tam-bién como punto de partida.

Apéndice A

Glosario



Abogado: Profesional licenciado en Derecho que se encarga de la defensa de los intereses de otra persona tanto judicial como extra-judicialmente.

Activo intangible: Activo que no tiene un valor intrínseco o comercializable por sí mismo, pero que representa o da muestras de valor (por ejemplo, acciones, obligaciones o pensiones).

Activos: Cosas de valor. Muchos activos se pueden utilizar para comprar otras cosas, venderlos u ofrecerlos como garantía para un préstamo. Los activos pueden ser tangibles (dinero en efectivo, propiedades, vehículos, antigüedades, joyas u obras de arte) o intangibles (acciones, obligaciones o pensiones).

Acuse de recibo de la demanda: Documento que el cónyuge **demandado** devuelve firmado a los juzgados para confirmar que ha recibido la demanda de divorcio.

Alegatos: Argumentos que esgrimen los abogados en un proceso judicial, tanto por escrito como oralmente en el acto del juicio.

Asistencia jurídica gratuita: Derecho reconocido a toda persona que acredite insuficiencia de recursos a fin de que pueda ejercer de manera gratuita su derecho a estar defendida y representada en un juicio y a litigar. A la persona que tiene ese derecho se le adjudica un abogado y un procurador y no debe pagar nada.

Atribución del uso de la vivienda: Resolución del juez que dice qué cónyuge tendrá derecho a continuar residiendo en el domicilio conyugal tras la separación o divorcio.

Auto: Resolución por la cual un juez o tribunal se pronuncia respecto a las peticiones de las partes que litigan.

Bienes inmuebles: Viviendas, otros edificios, terrenos y rentas de esos **activos**.

Bienes tangibles: Propiedad que tiene valor por sí misma, como una casa o un automóvil.

Cantidad a tanto alzado: Pago de capital que se puede ordenar entre dos cónyuges una vez que estén divorciados, separados o se haya anulado el matrimonio. También puede ordenarse en favor de los hijos.

Capitalización de la pensión compensatoria: Pago de la cantidad establecida por dicho concepto de una sola vez.

Capitulaciones matrimoniales: Acuerdo firmado por los cónyuges ante un notario, en virtud del cual podrán estipular, modificar o sustituir el régimen económico de su matrimonio o cualquier otra disposición matrimonial.

Causas: Fundamentos u origen de una determinada pretensión. Actualmente no es necesario alegar ninguna causa para solicitar el divorcio.

Compensación económica: Tipo de disposición económica que puede adoptar un juez en un caso de divorcio y que otorgará al cónyuge que vea más perjudicada su situación patrimonial por haber trabajado durante la convivencia para la casa y para los hijos o para el negocio del otro cónyuge sin retribución o con una retribución insuficiente, siempre que ello haya conllevado una desigualdad patrimonial entre ambos.

Contestación: Respuesta a la demanda de divorcio, separación o nulidad.

Convención de La Haya de 1996: Convenio internacional que contempla asuntos relacionados con la responsabilidad parental y la protección de los menores, cuyo fin es unificar esos asuntos en los Estados que han suscrito el documento.

Convenio regulador: Contrato que suscriben de mutuo acuerdo los cónyuges (o los miembros de una unión de hecho) para regular los efectos derivados de su separación (o divorcio o extinción de la pareja). En él se pueden pactar tanto las cuestiones relativas a los hijos comunes como aquellas otras de naturaleza patrimonial.

Costas: Gastos causados en el procedimiento judicial; habitualmente consisten en honorarios de abogado y procurador, pero también pueden ser los derivados de la inserción de anuncios en boletines oficiales, peritajes, etc.

Custodia: Lee Guarda y custodia.

Custodia compartida: Sistema de atribución de la **guarda y custodia** de un menor entre los dos progenitores. No significa que ambos deban pasar con los hijos la misma cantidad de tiempo.

Declaración jurada: Declaración de unos hechos que el declarante jura o promete que son verdad. Suele utilizarse en procesos judiciales, por ejemplo en relación con asuntos económicos.

Demanda: Escrito presentado en la forma legalmente establecida que se redacta en un procedimiento civil para iniciar un procedimiento.

Demandado: Persona contra quien se dirige la demanda que se presenta ante un juez.

Demandante: Persona que presenta una **demanda** o inicia los procedimientos de divorcio.

Desacato: Infracción penal consistente en la falta de respeto y consideración a la autoridad judicial.

Deuda garantizada: Deuda garantizada o asegurada con un **activo**. Si no se salda, el acreedor puede quedarse con el activo que se ofreció como garantía.

Deuda no garantizada: Deuda que no está protegida con un **activo**, como en las tarjetas de crédito (compárala con la **deuda garantizada**).

Directrices: Instrucciones que el tribunal da a las partes o a sus abogados para que las cumplan.

Distribución equitativa: Sistema legal para dividir el valor de la propiedad de una pareja que se divorcia con criterio de equidad.

Domicilio: Lugar de residencia habitual de una persona.

Domicilio conyugal: Lugar en el que un matrimonio tiene fijada su residencia, ya sea en propiedad o en alquiler.

Emplazamiento: Acto judicial para que en el plazo en que se determine, el demandado haga lo que se le ordena (ir a un juicio, contestar a una demanda, etc.).

Equipo técnico judicial: órgano técnico dependiente del Departamento de Justicia cuya misión es auxiliar y prestar asesoramiento técnico en su campo de especialización a los juzgados y tribunales, de forma especial en asuntos relacionados con familia.

Escritura: Documento legal firmado y otorgado ante un notario.

Fideicomiso: Contrato por el cual alguien transmite un determinado bien a un tercero para que éste lo administre o invierta en nombre del propietario de ese bien.

Guarda y custodia: Función de los padres de velar por los hijos y tenerlos en su compañía.

Impuesto sobre plusvalías: Impuesto municipal que se paga cuando se vende un bien inmueble y que grava el incremento del valor que ha tenido ese bien desde que se adquirió.

Instancia de parte: Frase utilizada para indicar que una determinada pretensión o petición es formulada por alguna de las partes que litigan.

Juicio: Vista formal presidida por un juez para resolver una serie de problemas.

Juramento: Promesa solemne ante un juez de hacer o no hacer algo. Su incumplimiento está penado.

Liquidación: Acuerdo entre cónyuges para resolver los aspectos económicos del divorcio. También se utiliza a veces para referirse a la orden dictada por un juez sobre cuestiones económicas y patrimoniales.

Malos tratos: Violencia verbal, psicológica y física.

Mandato: Fallo del juez que obliga a las partes a hacer o no hacer algo, o determina los derechos y responsabilidades de las partes.

Mediación: Medios extrajudiciales para resolver conflictos relacionados con el divorcio con la asistencia de un tercero neutral. Las decisiones tomadas en una sesión de mediación se consiguen mediante mutuo acuerdo y no por orden de un juez.

Medidas provisionales o previas: Solicitud que se presenta en el juzgado para que el juez regule con urgencia y carácter no definitivo las medidas relativas a la **guarda y custodia** de los hijos, necesidades de manutención de éstos y del cónyuge y la atribución del uso del domicilio familiar.

Nulidad matrimonial canónica: Proceso que consiste en declarar que un matrimonio contraído por la Iglesia nunca existió.

Nulidad matrimonial civil: Invalidación del matrimonio por la existencia de un vicio o defecto esencial en su celebración.

Orden de alejamiento: Mandato emitido por un juez para proteger a una persona frente a otra. Es la medida más común de protección de las víctimas de violencia de género.

Orden de bloqueo: Orden judicial dirigida a evitar que se disponga de determinados bienes con el fin de eludir obligaciones contraídas legalmente o acordadas en un procedimiento.

Orden de embargo: Resolución judicial o de una autoridad por la que se acuerda retener un determinado bien, sean cuentas corrientes, salarios, inmuebles.

Orden de embargo de bienes: Mandato judicial que obliga a retener un determinado bien (mueble o inmueble) para responder de una deuda.

Orden de retención de ingresos: Orden que obliga al empleador a retener una cantidad de la nómina de un trabajador e ingresarla en la cuenta bancaria que le indique el juez, a fin de cubrir pensiones u otras prestaciones que adeude el empleado.

Pactos en previsión de ruptura. Acuerdo legal firmado antes de casarse o durante el matrimonio. Detalla los derechos y responsabilidades de los cónyuges en caso de divorcio o si uno de los dos muere durante su matrimonio. Las capitulaciones matrimoniales son muy similares si bien su objetivo prioritario es la determinación del régimen económico matrimonial.

Pagos periódicos: Pago habitual de la **pensión compensatoria** al cónyuge o de la **pensión de alimentos** para los hijos.

Patria potestad: Conjunto de derechos y deberes que corresponden a los padres sobre las personas y bienes de los hijos, para su protección y formación integral, desde la concepción de éstos y mientras sean menores de edad y no se hayan emancipado.

Pensión compensatoria: Cantidad periódica que un cónyuge debe satisfacer a otro tras la separación o el divorcio, para compensar el desequilibrio padecido por el cónyuge que tiene derecho a recibirla (en relación con el que debe abonarla), como consecuencia directa de la separación o el divorcio; el desequilibrio debe suponer una situación económica peor que la que tenía durante la convivencia conyugal. Su objeto no es igualar la situaciones de uno y otro cónyuge, sino disminuir el desequilibrio económico derivado de la separación.

Pensión de alimentos o de manutención: Dinero que uno de los progenitores paga al otro para satisfacer las necesidades de los hijos, por lo general hasta que terminan la educación secundaria. No obstante puede prolongarse por decisión de los tribunales si alcanzada la mayoría de edad los hijos siguen estudiando a tiempo completo. Abarca todos los medios indispensables para satisfacer las necesidades básicas de los hijos, es decir, alimentación, educación, sanidad, alojamiento, ocio, etc., teniendo en cuenta la posición económica de sus progenitores.

Plan de parentalidad: Documento de propuesta o de mutuo acuerdo en el que los progenitores partes regulan la **guarda y custodia** de los menores y la patria potestad, así como el ejercicio de las responsabilidades parentales. Sólo se exige en Cataluña y Aragón.

Procurador: Profesional, licenciado en Derecho, cuya presencia es necesaria para comparecer en juicio en representación de las partes que litigan.

Progenitor no custodio: Progenitor que no vive con los hijos la mayor parte del tiempo. Por lo general, está obligado a pagar la manutención.

Protocolo de acuerdo: Declaración que no es jurídicamente vinculante y se utiliza en la mediación; está acordada entre las partes.

Prueba: Testigos, documentos, vídeos, cintas, peritajes o cualquier otro medio admitido en derecho que permita a las partes probar un determinado hecho.

Recurso: Trámite mediante el que se solicita que se revise la resolución dictada por un juez.

Régimen de visitas: Periodicidad y duración del contacto entre un menor y el progenitor que no tiene su **guardia y custodia**; también puede establecerse respecto a los abuelos de los menores y otros allegados. Se basa en el derecho del menor a relacionarse y permanecer en contacto con otra persona.

Registro de la Propiedad: Organismo oficial en la que se registra la titularidad de una propiedad y otros derechos sobre determinados bienes.

Requerimiento con apercibimiento: Orden del juez que contiene las advertencias de lo que puede ocurrir si la persona a la que afecta la orden no la cumple.

Resolución judicial: Acto procesal emitido por un tribunal. Resuelve las peticiones de las partes, o autoriza u ordena el cumplimiento de determinadas medidas.

Retención de ingresos: Orden judicial que establece la retención de una determinada cantidad de dinero como consecuencia de la deuda generada por el incumplimiento de alguna obligación económica.

Secuestro: En relación con los hijos, llevarse un progenitor a un niño sin el permiso del progenitor que tiene la **guarda y custodia**. El término jurídico es “sustracción ilícita de menor”. También se da cuando el progenitor custodio se muda sin permiso y provoca que no pueda cumplirse el régimen de visitas establecido por la resolución judicial.

Seguro de vida: Póliza contratada con una compañía de seguros por la que se establecen beneficiarios de una cierta cantidad de dinero que pagará la compañía al fallecimiento del contratante de la póliza.

Sentencia de primera instancia: Resolución que dicta el juez en el proceso y que puede ser recurrida en apelación, ante la Audiencia Provincial.

Sentencia en rebeldía: Sentencia dictada cuando el **demandado** no responde, o no lo hace puntualmente, o no se presenta en un juicio al que ha sido citado.

Sentencia firme: Resolución judicial contra la que no cabe recurso alguno.

Separación legal: Resolución judicial que autoriza formalmente a una pareja a vivir separados. Se detallan las condiciones para su vida de separados. La pareja aún sigue casada.

Suplidos: Gastos que abonan los profesionales (abogados, procuradores, gestores, etc.) por cuenta de sus clientes y que posteriormente éstos deberán reembolsar, previa justificación de su importe.

Suspensión: Resolución por la que se acuerda paralizar el procedimiento por alguna de las causas previstas legalmente.

Testimonio: Declaraciones o pruebas aportadas por un testigo bajo juramento en el tribunal.

Transcripción: Registro escrito de un juicio.

Tutor testamentario: Persona nombrada para asumir la patria potestad en caso de fallecimiento de ambos progenitores.

Unión estable de pareja: Relación de dos personas del mismo o distinto sexo que se inscriben como pareja.

Valor de mercado: Suma de dinero que se puede obtener al vender un **activo** en el mercado libre en un momento concreto.

Vista: Juicio o comparecencia celebrada en un determinado procedimiento ante un juez o un tribunal para efectuar alegaciones, presentar pruebas y practicarlas.

Apéndice B

Organismos y recursos de ayuda



A continuación encontrarás recursos en diversos ámbitos que pueden ser de gran ayuda en las diversas fases del proceso de divorcio o separación.

Recursos jurídicos

- ✓ Ministerio de Justicia: www.mjusticia.es
Teléfono de atención al ciudadano: 902 007 214 / 918 37 22 95
Es competente también en los asuntos de sustracción de menores.
- ✓ Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad: www.msps.es
- ✓ Servicio de Orientación Jurídica de todos los colegios de abogados
- ✓ Consejo General de la Abogacía Española: www.cgae.es
- ✓ Justicia gratuita: www.justiciagratis.es

Recursos económicos

- ✓ Ministerio de Trabajo e Inmigración: www.mtin.es
- ✓ Prestación económica por nacimiento o adopción de hijo, en supuestos de familias numerosas, monoparentales y en los casos de madres discapacitadas: www.seg-social.es. En esa web hay que seguir la ruta: Trabajadores > Prestaciones y pensiones de trabajadores > Normativa de prestaciones/pensiones > normas sobre prestaciones familiares.
- ✓ Ayudas a víctimas de delitos violentos:
 - Ministerio del Interior: www.mir.es
 - Consejerías de servicios sociales de las comunidades autónomas
 - Servicios sociales de las entidades locales
 - Dirección General de Costes de Personal y Pensiones Públicas: www.clasespasivas.sgpg.pap.meh.es Avda. de General Perón, 38 - 28020 de Madrid.
Telf.: 900 503 055

Recursos en caso de violencia de género

- ✓ Área de Igualdad del Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad.
Área de igualdad / Violencia de género: www.migualdad.es
- ✓ Observatorio Estatal de Violencia sobre la Mujer:
www.inmujer.migualdad.es/violencia-mujer/Index_Observatorio.html telf. 016 y 900 116 016, para personas con discapacidad auditiva o del habla
- ✓ Teléfonos de información de las comunidades autónomas:
 - Andalucía 900 200 999
 - Aragón 900 504 405
 - Canarias 900 506 968
 - Cantabria 942 214 141
 - Castilla – La Mancha 900 100 114
 - Castilla y León 900 333 888
 - Cataluña 900 900 120
 - Ceuta 900 700 099
 - Comunidad Valenciana 900 580 888
 - Extremadura 112
 - Galicia 900 400 273
 - Islas Baleares 971 715 116
 - La Rioja 900 711 010
 - Madrid 012
 - Melilla 952 699 214
 - Navarra 948 206 604
 - País Vasco 900 840 111
 - Principado de Asturias 112
 - Región de Murcia 968 357 244 / 620
- ✓ Web de recursos de apoyo y prevención ante casos de violencia de género (WRAP):
www.migualdad.es/recursos/search/SearchForm.action
- ✓ También hallarás información en los centros de atención a la mujer autonómicos y locales, en las oficinas de atención a las víctimas del delito

de los juzgados y en el servicio de orientación jurídica de los colegios de abogados.

Recursos de mediación

- ✓ Guía de servicios de mediación por comunidades autónomas:
www.poderjudicial.es (Consejo General del Poder Judicial > Mediación)

Listado de servicios de mediación en España

A Coruña

Servicio de Mediación Familiar, Mediagal: 981 957 165

Álava

Servicio de Mediación Familiar, Pragma: 945 276 099 / 945 234 513

Servicio Municipal de Mediación Familiar: 945 162 684 / 945 161 379

Instituto de Mediación Familiar: 639 356 893

Albacete

Centro de Mediación Familiar: 967 193 585

Alicante

Servicio de Mediación Familiar: 902 122 080

Denia. Servicio Especializado de Atención a la Familia y a la Infancia: 965 789 977 / 966 421 555

Almería

Asociación Medialmer: 950 276 088

Asturias

Servicio de Mediación Familiar: 985 095 016

Ávila

Departamento de Familia e Igualdad de Oportunidades: 920 355 872

Badajoz

Programa de Mediación Familiar: 924 008 807

Asociación Atención y Mediación a la Familia en Proceso de Cambio, Atyme: 924 387 356 / 924 387 213

Barcelona

Servicio de Mediación de los Juzgados de Familia de Barcelona: 935 671 635 / 935 671 639

Centro de Mediación Familiar de Cataluña: 935 674 484 / 935 674 485

Burgos

Departamento de Familia e Igualdad de Oportunidades: 947 280 172

Cádiz

Asociación Arcaduz: 956 075 475

Sanlúcar de Barrameda. Asociación Asistencial de Mediación Familiar, Vesta: 956 385 104 / 956 385 229

Castellón de la Plana

Servicio de Mediación Familiar: 964 358 000

Ciudad Real

Centro de Mediación Familiar: 926 215 026 / 926 274 966

Córdoba

Asociación Encuentracuerdos: 957 491 516

Cuenca

Centro de Mediación Familiar: 969 240 865

Girona

Mediación Familiar: 972 405 800

Centro de Mediación Familiar de Cataluña: 935 674 484 / 935 674 485

Granada

Asociación Delgomar: 958 251 178

Guadalajara

Centro de Mediación Familiar: 949 248 228

Guipúzcoa

Asociación Guipuzcoana de Mujeres Separadas: 943 482 604

Huelva

Asociación Alcores: 959 280 690

Huesca

Servicio de Mediación Familiar, Gobierno de Aragón: 974 293 031

Servicio de Mediación Familiar, Ayuntamiento de Huesca: 974 213 325

Ibiza

Servicio de Mediación Familiar: 971 312 686

Jaén

Asociación de la Liga Jienense de la Educación y la Cultura Popular: 953 089 905

La Rioja

Servicio de Mediación Familiar: 941 271 351

Las Palmas de Gran Canaria

Centro de Orientación Familiar de Canarias: 928 208 720 / 928 200 006

Mediación Familiar: 928 433 991

León

Centro de Acción Social: 987 272 375

Departamento de Familia e Igualdad de Oportunidades: 987 296 046

Ponferrada. Asociación de Mediación Familiar: 606 034 718

Lleida

Mediación Familiar: 973 727 707

Centro de Mediación Familiar de Cataluña: 935 674 484 / 935 674 485

Lugo

Servicio de Mediación Familiar, Mediagal: 981 957 165

Madrid

UNAF: 914 463 162 / 914 463 150

Asociación Atención y Mediación a la Familia en Proceso de Cambio, Atyme: 914 097 828

Alcalá de Henares: 918 771 720

Alcobendas. Servicio de Mediación Familiar: 916 637 001

Aranjuez. Servicio de Mediación Familiar: 918 921 546

Arganda del Rey. Servicio de Mediación Familiar: 918 711 344

Boadilla del Monte. Servicio de Mediación Familiar: 916 324 910

Colmenar Viejo. Servicio de Mediación Familiar: 918 461 210
Collado Villalba. Servicio de Mediación Familiar: 918 506 961
Fuenlabrada. Servicio de Mediación Familiar: 914 922 800
Getafe. Centro de Servicios Sociales de Getafe: 912 027 969
Las Rozas de Madrid. Servicio de Mediación Familiar: 916 315 408
Majadahonda. Servicio de Mediación Familiar: 916 349 129
Móstoles. Servicio de Mediación Familiar: 916 185 151
Parla. Servicio de Mediación Familiar: 912 024 755
Pozuelo de Alarcón. Servicio de Mediación Familiar: 913 984 000
Rivas-Vaciamadrid. Servicio de Mediación Familiar: 916 666 049
Robledo de Chavela. Servicio de Mediación Familiar: 918 995 961
Torrejón de Ardoz. Servicio de Mediación Familiar: 916 566 912
Valdemoro. Servicio de Mediación Familiar: 918 099 665

Málaga

Asociación La Mitad del Cielo: 952 602 727

Murcia

Mediación Familiar: 968 262 012 / 968 262 455

Cartagena. Asociación de Apoyo Integral a las Familias: 968 527 999

Espinardo. Mediación Familiar: 968 879 710

Beniaján. Mediación Familiar: 968 873 787 / 968 873 167

Navarra

Mediación Familiar: 948 292 952

Orense

Servicio de Mediación Familiar, Mediagal: 981 957 165

Apromega: 678 419 725 / 617 371 932

Palencia

Departamento de Familia e Igualdad de Oportunidades: 979 707 205

Palma de Mallorca

Servicio de Mediación Familiar: 971 177 400

Programa de Mediación Familiar: 971 452 855

Pontevedra

Servicio de Mediación Familiar, Mediagal: 981 957 165

Salamanca

Departamento de Familia e Igualdad de Oportunidades: 923 296 879

Santa Cruz de Tenerife

Mediación Familiar: 922 473 893

Santander

Asociación Consuelo Berges: 942 210 521

Servicio de Mediación Familiar de la Asociación de Mujeres para la Democracia:
942 240 165

Segovia

Departamento de Familia e Igualdad de Oportunidades: 921 466 719

Sevilla

Asociación Familia y Pareja: 954 356 901

Centro de Mediación y Asesoramiento Familiar: 954 623 027

Asociación Andaluza de Mediación Familiar, Amefa: 954 580 054

Soria

Departamento de Familia e Igualdad de Oportunidades: 975 239 479

Tarragona

Mediación Familiar: 977 250 755

Centro de Mediación Familiar de Cataluña: 935 674 484 / 935 674 485

Tortosa. Mediación Familiar Terres de l'Ebre: 977 448 088

Cambrils. Asistencia Social a la Infancia y la Familia: 977 368 190

Teruel

Servicio de Mediación Familiar: 978 641 050

Toledo

Centro de Mediación Familiar: 925 284 092

Servicio Infancia, Prevención y Mediación Familiar: 925 287 022

Valencia

Servicio de Mediación Familiar: 963 866 750

Asociación Valenciana de Mediación Familiar, Avamedi: 963 942 908

Valladolid

Departamento de Familia e Igualdad de Oportunidades: 983 415 020

Vizcaya

Asociación de Mediación Familiar, Ados Jarri: 944 802 848

Servicio de Mediación Familiar: 900 100 080 / 944 016 502

Asociación de Familias Monoparentales de Euskadi: 944 223 998 / 944 122 929

Asociación Vasca para la Pacificación Familiar: 900 100 080 / 944 277 788

Zamora

Centro de Acción Social: 980 534 388

Departamento de Familia e Igualdad de Oportunidades: 980 557 767

Asociación Zamorana de Mediación y Protección del Menor: 980 512 948

Zaragoza

Servicio de Mediación Familiar: 976 716 740

Separación y divorcio para Dummies

Elizabeth Walsh, Thelma Fisher, Hilary Woodward, John Ventura y Mary Reed

Revisado por Alejandro Ebrat Picart y Roser Pallerols

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Título original: *Divorce for Dummies* (2nd UK Edition)

Traducción: José Luis Díez Lerma

© Wiley Publishing, Inc., 2009

Los números de las páginas se refieren a la edición en papel (*n. del e.*)

© Centro Libros PAPF, S. L. U., 2012

Ediciones CEAC es un sello editorial de Centro Libros PAPF, S. L. U.

Grupo Planeta, Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

www.planetadelibros.com

Edición publicada mediante acuerdo con Wiley Publishing Inc.

...For Dummies y los logos de Wiley Publishing, Inc. son marcas registradas utilizadas bajo licencia exclusiva de Wiley Publishing, Inc.

Primera edición en libro electrónico (ePub): noviembre de 2012

ISBN: 978-84-329-0108-9 (ePub)

Conversión a libro electrónico: freiredisseny.com

www.paradummies.es

¡Todo lo que necesitas saber ante una separación o un divorcio!

Una guía muy completa que trata los aspectos psicológicos, legales, familiares y económicos de la separación y el divorcio, para que tu proceso de ruptura sea lo menos traumático posible. Un equipo de abogados españoles ha actualizado el libro con las últimas disposiciones legales, y el resultado es esta obra, que te explica con un lenguaje muy claro cada una de las etapas, para que puedas afrontar tu divorcio o separación con toda la información necesaria.

- **Problemas en el paraíso** — qué tienes que hacer cuando el cuento de hadas se acaba y tu paraíso se desmorona
- **Los preliminares** — prepárate mentalmente para lo que se avecina y ayuda a tus hijos a afrontarlo
- **Decisiones, decisiones y más decisiones** — elige las opciones más inteligentes, desde la separación de bienes hasta los acuerdos económicos o los regímenes de visita de los niños
- **De qué están hablando** — familiarízate con las palabras de los mediadores y abogados para poder seguir mejor las negociaciones
- **La vuelta a la normalidad** — cómo sobrellevar las consecuencias prácticas y personales de la vida después del divorcio



Abre el libro y encontrarás

- Precauciones que debes tomar si el divorcio se prevé difícil
- Cómo te puede ayudar un mediador familiar
- Qué puedes esperar de un buen abogado
- Consejos para ayudar psicológicamente a tus hijos
- Las disposiciones autonómicas sobre separación y divorcio
- La regulación legal de los divorcios y separaciones de parejas del mismo sexo

Con Dummies es más fácil™

Visita www.paradummies.es para conocer todos los títulos de la colección y encontrar material complementario

Elizabeth Walsh (Reino Unido) es abogada de familia y editora de la revista *Family Law*. **Thelma Fisher** es mediadora social y Directora del Colegio de Mediadores Sociales del Reino Unido. **Hilary Woodward** también es abogada y mediadora, especialista en derecho de familia y divorcios. **Roser Pallerols** es abogada de familia y **Alejandro Ebrat Picart** es abogado especialista en derecho tributario, fiscalidad y contabilidad.

10003641

ISBN: 978-84-329-2146-9



Índice

Índice	3
¡La fórmula del éxito!	5
Los autores	7
Los adaptadores	10
Guía rápida	12
Introducción	14
Parte I: Problemas en el paraíso	20
Capítulo 1: Orientarse en la encrucijada del divorcio	23
Capítulo 2: Qué hacer cuando las cosas empiezan a ir mal	34
Capítulo 3: Mantenerse al tanto de la economía de la familia	48
Capítulo 4: Los fundamentos del derecho de familia	61
Capítulo 5: Aspectos básicos de la legislación sobre el divorcio	76
Capítulo 6: La separación: ¿balón de oxígeno o preludio del divorcio?	88
Parte II: Los preliminares del divorcio	99
Capítulo 7: Empezar el proceso de divorcio	102
Capítulo 8: Ayudar a los hijos a superar el divorcio	118
Capítulo 9: La importancia de tus sentimientos	132
Parte III: Decisiones y más decisiones	140
Capítulo 10: Quién se encarga de los hijos	143
Capítulo 11: El reparto de las posesiones	165
Capítulo 12: La pensión compensatoria	181
Capítulo 13: La pensión de alimentos para los hijos	189
Parte IV: Los términos del acuerdo de divorcio	202
Capítulo 14: Negociar por tu cuenta	205
Capítulo 15: El abogado	221
Capítulo 16: Un mediador para resolver las cosas juntos	236
Capítulo 17: El mejor acuerdo que un abogado pueda conseguir	247
Capítulo 18: El divorcio en manos del juez	257
Parte V: Se acabó el divorcio	270
Capítulo 19: Los asuntos cotidianos tras el divorcio	273
Capítulo 20: Los problemas más difíciles tras el divorcio	286

Capítulo 21: Pensar en el futuro: acuerdos prematrimoniales	296
Parte VI: Los decálogos	302
Capítulo 22: Diez formas de facilitar las cosas a tus hijos	305
Capítulo 23: Diez consejos para olvidarte del divorcio y salir adelante	309
Capítulo 24: Diez ideas para la próxima vez	315
Parte VII: Apéndices	320
Apéndice A: Glosario	323
Apéndice B: Organismos y recursos de ayuda	331
Créditos	339