

Baja la inflación, sube el endeudamiento: la trampa económica que asfixia a los hogares

Lucas de la Fuente · Libres del Sur La Rioja

Los precios pueden aumentar más lentamente, pero las deudas no desaparecen y los ingresos siguen sin alcanzar. Para muchas familias, llegar a fin de mes ya no significa solamente administrar el dinero: significa decidir qué necesidad postergar.

Desde hace ocho años, Libres del Sur realiza mensualmente un relevamiento de precios en comercios de la ciudad de La Rioja, tomando como referencia los 57 productos que integran la Canasta Básica Alimentaria (CBA).

Este trabajo permite seguir la evolución del costo de los alimentos y analizar cómo sus variaciones impactan en la economía de las familias riojanas. El relevamiento considera los precios regulares más económicos disponibles, sin incluir ofertas ni promociones especiales.

Durante septiembre, los alimentos continuaron encareciéndose en La Rioja, aunque a un ritmo menor que en meses anteriores. Para una familia tipo, cubrir únicamente las necesidades alimentarias representó un costo de \$731.751,33, mientras que afrontar el conjunto de necesidades básicas exigió \$1.646.440,49.

La desaceleración de los precios no borra los aumentos acumulados ni recupera por sí sola el poder adquisitivo perdido. Y cuando los ingresos resultan insuficientes, el endeudamiento termina ocupando un lugar cada vez más importante en la economía familiar.

El costo de las canastas en septiembre

Indicador	Agosto 2026	Septiembre 2026	Variación mensual
Canasta Básica Alimentaria	\$723.792,61	\$731.751,33	+1,10%
Canasta Básica Total	\$1.628.533,37	\$1.646.440,49	+1,10%

La CBA aumentó \$7.958,72 respecto de agosto. En relación con diciembre de 2025, cuando costaba \$576.677,27, el incremento acumulado fue del 26,89%. Esta comparación muestra por qué una variación mensual menor no revierte el encarecimiento acumulado de los alimentos.

Para comprender cómo se distribuye el costo de la Canasta Básica Alimentaria, es necesario observar el peso que tienen los distintos rubros que la componen. El relevamiento de septiembre permite distinguir cuánto representa cada uno en el gasto alimentario de una familia tipo y cómo evolucionaron sus precios respecto del mes anterior.

La canasta se organiza en tres grandes rubros: almacén, verdulería y carnicería. Su participación en el costo total no es uniforme y sus variaciones mensuales tampoco siguen necesariamente la misma dirección.

¿Cómo se compone la Canasta Básica Alimentaria?



Fuente: relevamiento de precios de Libres del Sur La Rioja. Total septiembre: \$731.751,33.

Rubro	Valor septiembre	Variación mensual
Almacén	\$303.264,61	+2,94%
Verdulería	\$126.529,22	+1,82%
Carnicería	\$301.957,50	-0,97%

La evolución de los rubros no fue uniforme: almacén y verdulería aumentaron, mientras que carnicería registró una leve disminución. Entre los precios observados se destacó la suba de la leche en sachet, de \$2.600 a \$2.800.

Un caso particularmente interesante es el de la papa. Después de haber sido uno de los productos que más impulsaron el aumento de la verdulería durante los dos meses anteriores, en septiembre su precio se mantuvo estable. En cambio, la cebolla registró un incremento del 64,7%. Sin embargo, el rubro verdulería aumentó apenas un 1,82%.

Esta diferencia permite comprender un aspecto fundamental del cálculo de la Canasta Básica Alimentaria: no todos los productos tienen la misma incidencia. La cantidad de papa contemplada en la canasta hace que sus variaciones de precio puedan tener un impacto considerable sobre el costo total. Por eso, un aumento porcentual muy elevado en un producto de menor ponderación no necesariamente provoca un incremento equivalente en todo el rubro.

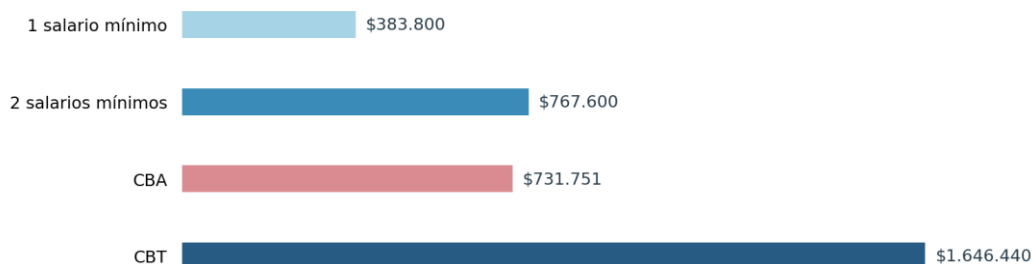
Los salarios frente al costo de vida

Entre diciembre de 2025 y septiembre de 2026, el salario mínimo aumentó un 14,64%, mientras que la Canasta Básica Alimentaria relevada en La Rioja se encareció un 26,89%.

La diferencia de 12,25 puntos porcentuales muestra que los ingresos mínimos no acompañaron el aumento acumulado del costo de los alimentos.

En términos concretos, aunque el salario mínimo aumentó, su capacidad para cubrir las necesidades alimentarias de una familia se redujo.

Referencia	Valor
Salario mínimo · diciembre 2025	\$334.800
Salario mínimo · septiembre 2026	\$383.800
Aumento nominal del salario mínimo	\$49.000 (+14,64%)
Aumento de la CBA desde diciembre	\$155.074,06 (+26,89%)

Ingresos mínimos frente a las canastas

Comparación de ingresos mínimos y canastas en septiembre de 2026. Valores en pesos.

Un salario mínimo equivalía al 52,4% de la CBA y al 23,3% de la CBT. Dos salarios mínimos sumaban \$767.600: alcanzaban para cubrir la CBA, pero representaban apenas el 46,6% de la CBT. Es importante distinguir ambas canastas para no exagerar ni minimizar el problema.

El consumo se debilita, aun cuando la inflación se modera

El comportamiento de los precios no alcanza para describir lo que sucede en los comercios. Una canasta que aumenta menos puede convivir con ventas en retroceso: el precio de los productos y la cantidad que las familias logran comprar son dimensiones distintas.

A escala nacional, la Confederación Argentina de la Mediana Empresa (CAME) informó que las ventas minoristas pyme del rubro alimentos y bebidas registraron en septiembre una caída real interanual del 3,1%. En La Rioja, el relevamiento difundido por el Centro Comercial e Industrial provincial señaló una disminución del 5,2% para el mismo rubro y período.

Aunque ambas mediciones corresponden a septiembre, sus universos y metodologías son diferentes, por lo que no deben interpretarse como una comparación directa de desempeño. Sin embargo, las dos muestran dificultades en las ventas de alimentos y bebidas, incluso en un contexto de menor ritmo de aumento de precios.

La economía real, en retroceso

El cuadro siguiente reúne siete indicadores publicados para diferentes períodos. No deben sumarse ni compararse como si todos midieran lo mismo: algunas cifras son variaciones mensuales, otras interanuales y otras son tasas de situación social.



Indicadores nacionales de actividad. Fuente: publicaciones estadísticas correspondientes a los períodos indicados.

En julio, el estimador mensual de actividad económica mostró una caída desestacionalizada del 2,9%; la industria manufacturera retrocedió 5,0% mensual y la construcción 4,6% mensual. Las ventas de supermercados registraron una disminución real interanual del 2,1%. Estos datos ayudan a describir el deterioro de segmentos relevantes de la economía, sin implicar que todos los sectores evolucionaron de la misma manera.

Actividad económica, producción y empleo

El crecimiento económico no siempre se traduce en más empleo. Algunos sectores pueden aumentar su producción sin incorporar nuevos trabajadores, e incluso reduciendo sus plantillas.

Un relevamiento del Centro RA, de la Facultad de Ciencias Económicas de la Universidad de Buenos Aires, muestra que entre diciembre de 2023 y mayo de 2026 distintas actividades registraron crecimiento mientras perdían puestos de trabajo. Los resultados ponen de manifiesto que la evolución de la producción y la del empleo no necesariamente siguen el mismo camino.

Actividad económica y empleo registrado por sector

Sector	Actividad	Empleo registrado
Agro	+40%	+13.000
Intermediación financiera	+19%	-8.600
Minas y canteras	+16%	-8.500
Hoteles y restaurantes	+13%	-22.900
Actividades inmobiliarias, empresariales y de alquiler	+3%	-36.900
Transporte y comunicaciones	+3%	-29.400
Industria manufacturera	-8%	-86.500

Fuente: Centro RA (UBA), sobre información de INDEC y SIPA. Cifras sectoriales sujetas a cotejo final con el cuadro primario antes de su publicación.

EMPLEO ASALARIADO FORMAL PRIVADO · ARGENTINA

-246.000 puestos

Entre noviembre de 2023 y junio de 2026 · IIEP-UBA/CONICET. Cifra pendiente de verificación final con el informe primario.

La situación del empleo adquiere todavía mayor dimensión cuando se observa el resultado agregado. Según un informe atribuido al IIEP-UBA/CONICET, entre noviembre de 2023 y junio de 2026 se perdieron aproximadamente 246.000 puestos de trabajo asalariados formales en el sector privado. Es una reducción significativa que no puede quedar relegada frente al crecimiento de determinadas actividades económicas.

Por eso es importante observar qué actividades crecen y cuáles retroceden. La industria manufacturera tiene una capacidad importante para generar empleo directo e indirecto, porque su actividad también moviliza proveedores, transporte, comercio y servicios.

En este contexto, la caída del 5,0% mensual de la industria registrada en julio constituye una señal preocupante. No alcanza con que algunos sectores produzcan más si, al mismo tiempo, se debilitan actividades capaces de generar trabajo y sostener el mercado interno.

En el segundo trimestre de 2026, la tasa de desocupación nacional en los 31 aglomerados urbanos fue del 7,9%. En La Rioja, el empleo privado registrado se ubicó alrededor de 28.700 puestos en junio, por debajo de un año antes. Estos indicadores tienen distinta cobertura territorial y metodológica.

La discusión económica, por lo tanto, no debería limitarse a cuánto crecen determinados sectores, sino también a su capacidad para generar empleo, mejorar los salarios y fortalecer el mercado interno.

Porque una economía no puede considerarse una mejora para todos cuando sus resultados no llegan a quienes viven de su trabajo.

Endeudamiento y necesidades esenciales

El endeudamiento familiar dejó de ser, para muchos hogares, una herramienta destinada a financiar determinados consumos y pasó a convertirse en una dificultad para sostener los gastos cotidianos.

Cuando una familia debe destinar una parte creciente de sus ingresos al pago de deudas, dispone de menos recursos para alimentarse, afrontar servicios y cubrir otras necesidades esenciales.

El problema no termina cuando una familia consigue dinero para llegar a fin de mes. También importa cuánto deberá devolver y qué necesidades tendrá que postergar para hacerlo.

Según un informe difundido en **septiembre de 2026 por el Instituto Argentina Grande (IAG)**, elaborado a partir de registros de la Central de Deudores del Banco Central correspondientes a **julio de 2026**, había aproximadamente **20,6 millones de personas endeudadas en Argentina**. De ellas, **5,6 millones registraban al menos una línea de crédito con pagos atrasados**, lo que representaba el 26,9% de los deudores.

El deterioro resulta aún más preocupante al observar su evolución: respecto de julio de 2025, se incorporaron aproximadamente **1,7 millones de personas a la situación de mora**. Además, entre las categorías de mayor gravedad, los deudores clasificados en situación 5 —denominados «irrecuperables», por registrar atrasos superiores a un año— aumentaron en aproximadamente **1,3 millones de personas**, hasta alcanzar los 3,4 millones. Los deudores en situación 4, con atrasos de más de seis meses y hasta un año, también registraron un incremento interanual de aproximadamente 537.000 personas.

Estas cifras muestran que el problema no consiste solamente en que más personas se atrasan en sus pagos. También aumenta la cantidad de quienes acumulan incumplimientos prolongados, con consecuencias sobre sus posibilidades de acceder a nuevos créditos y reorganizar su economía familiar.

La situación de La Rioja

El informe Crédito a las familias: radiografía provincial, elaborado por la Universidad Austral y la consultora EcoGo sobre datos oficiales, ubicó a La Rioja como la jurisdicción con mayor proporción de deudores en mora del país durante julio de 2026.

En la provincia, el 36,5% de las personas con deudas financieras registradas presentaba al menos un saldo irregular, frente al 26,6% del promedio nacional. La diferencia fue de 9,9 puntos porcentuales.

La Rioja también encabezó la medición de mora por monto: el 25,3% del crédito informado se encontraba en situación irregular. A ello se suma otra particularidad: el 36% del crédito provincial correspondía a proveedores no financieros, la mayor participación de este segmento entre las jurisdicciones argentinas.

Estos indicadores tienen universos y metodologías que deben distinguirse de los utilizados por el Instituto Argentina Grande. Sin embargo, considerados en conjunto, permiten observar la extensión del endeudamiento y las dificultades de pago, tanto a escala nacional como provincial.

Una iniciativa frente a las cobranzas abusivas

En septiembre, Libres del Sur impulsó en la Legislatura provincial un proyecto destinado a regular las prácticas de cobranza extrajudicial, con el objetivo de prevenir el hostigamiento, proteger la privacidad y establecer reglas claras para el contacto con las personas deudoras.

La iniciativa no plantea desconocer obligaciones legítimas: no discutimos la existencia de la deuda, sino la forma en que se la cobra. La protección de los derechos de las personas consumidoras también forma parte de una respuesta institucional al sobreendeudamiento.

Cuando llegar a fin de mes significa tener que elegir

Las dificultades económicas no se reflejan solamente en los ingresos de una familia. También aparecen en las decisiones cotidianas: qué alimentos comprar, qué gastos postergar, qué deuda pagar primero y, en los casos más graves, qué comida dejar de hacer.

En el relevamiento realizado por Libres del Sur a fines de junio entre 376 hogares de la ciudad de La Rioja, el 51,9% declaró dificultades para llegar a fin de mes; el 49,8% indicó que las deudas ya afectaban su capacidad de comprar todos los alimentos necesarios y el 66,3% manifestó haber eliminado al menos una comida principal con cierta frecuencia. Los resultados corresponden a los hogares encuestados y no deben extrapolarse automáticamente a toda la provincia.

El papa Francisco expresó con claridad lo que podemos llamar la paradoja de la abundancia:

«Hay comida para todos, pero no todos pueden comer»

Esta reflexión adquiere un significado concreto cuando observamos que numerosas familias deben reducir su alimentación, aun cuando los alimentos están disponibles en los

comercios. El problema no es solamente la existencia de productos, sino también la capacidad económica para acceder a ellos.

Una familia no debería tener que elegir entre alimentarse, pagar sus deudas o cubrir otras necesidades esenciales. Cuando esas decisiones se vuelven habituales, el problema deja de ser solamente económico y se convierte también en una cuestión de dignidad y oportunidades.

En 1941, el presidente estadounidense Franklin D. Roosevelt incluyó entre las cuatro libertades fundamentales la «libertad frente a la necesidad» (freedom from want). Más de ocho décadas después, esa idea conserva plena vigencia: la libertad también requiere condiciones materiales que permitan a las personas vivir dignamente, sin que la alimentación y otras necesidades esenciales se conviertan en una preocupación permanente.

Pobreza y condiciones de vida

Los riojanos conocemos la dimensión de nuestra provincia y sabemos que su población supera los 400 mil habitantes. Por eso, algunas cifras adquieren una dimensión especialmente preocupante cuando las observamos desde nuestra propia realidad.

En el primer semestre de 2026, el INDEC estimó que el 32,3% de las personas de los 31 aglomerados urbanos relevados se encontraba por debajo de la línea de pobreza. Para el aglomerado La Rioja, la estimación difundida rondó las 93.000 personas.

La pobreza, la pérdida de poder adquisitivo y las restricciones alimentarias no son indicadores intercambiables, pero observados en conjunto permiten comprender por qué las dificultades de los hogares exceden la variación mensual de los precios.

Una disminución de la pobreza estadística constituye una mejora importante, pero no significa que todas las familias que superan la línea de pobreza hayan alcanzado estabilidad económica. Estar por encima de ese umbral no garantiza poder afrontar imprevistos, sostener una alimentación adecuada o evitar el endeudamiento.

Por eso, el análisis de las condiciones de vida debe contemplar también la calidad del empleo, el poder adquisitivo de los salarios, la estabilidad de los ingresos y el acceso efectivo a bienes y servicios esenciales. Una familia puede tener trabajo y, aun así, enfrentar dificultades para cubrir sus gastos habituales.

Los resultados de nuestros relevamientos permiten observar precisamente esa distancia entre los indicadores generales y la experiencia cotidiana de numerosos hogares. Cuando los ingresos resultan insuficientes, las familias reorganizan sus consumos, postergan gastos y, en muchos casos, recurren al crédito para cubrir necesidades que deberían poder afrontar con sus ingresos.

La evolución de los precios es una parte fundamental de este análisis, pero no la única. Una canasta alimentaria que aumenta más lentamente no implica necesariamente que las

familias hayan recuperado su capacidad de compra. Para que esa mejora llegue a los hogares, también deben recuperarse sus ingresos y las oportunidades de trabajo.

En definitiva, las estadísticas de pobreza son indispensables para conocer la situación social, pero deben interpretarse junto con otros indicadores que permitan comprender cómo viven las personas y qué posibilidades reales tienen de mejorar sus condiciones de vida.

Responsabilidad fiscal y consecuencias sociales de las decisiones económicas

El equilibrio fiscal es una responsabilidad de cualquier gobierno, pero también lo es cumplir las leyes y respetar las instituciones. Ningún objetivo económico puede situarse por encima del Estado de derecho ni de las personas.

Las decisiones económicas no pueden evaluarse únicamente a partir del resultado de las cuentas públicas. Reducir el déficit puede constituir un objetivo de política económica, pero también importa conocer cómo se alcanza ese resultado, qué sectores realizan los mayores esfuerzos y cuáles son sus consecuencias sobre el empleo, los ingresos y el acceso a servicios esenciales.

Cuando una familia pierde poder adquisitivo, no solamente reduce sus compras. También puede postergar tratamientos médicos, gastos educativos, mantenimiento de su vivienda y otras necesidades. Del mismo modo, cuando se restringen recursos destinados a servicios públicos, sus efectos pueden trasladarse a los hogares, que deben afrontar mayores gastos o encuentran más dificultades para acceder a determinadas prestaciones.

Por eso, el debate económico no debería limitarse a cuánto gasta o ahorra el Estado. También debe considerar si las decisiones adoptadas contribuyen a sostener la actividad productiva, proteger los ingresos y garantizar derechos. El equilibrio de las cuentas públicas es importante, pero no constituye por sí solo una medida suficiente del bienestar de la población.

Las movilizaciones y el impacto de las decisiones presupuestarias

Los debates sobre educación pública, discapacidad y prioridades económicas también encuentran expresión en las movilizaciones ciudadanas. En Argentina, los reclamos universitarios y de las organizaciones vinculadas con la discapacidad muestran que las discusiones presupuestarias tienen consecuencias que van más allá de los números: afectan el funcionamiento de las instituciones y la vida cotidiana de las personas.

Las universidades necesitan recursos para sostener su funcionamiento, sus actividades académicas y de investigación y las condiciones laborales de sus trabajadores. En materia de discapacidad, las decisiones presupuestarias pueden repercutir en la continuidad de prestaciones y servicios de apoyo. No se trata solamente de discutir partidas presupuestarias, sino de analizar qué necesidades concretas deben cubrirse con esos recursos.

Las protestas y demandas sociales no son exclusivas de nuestro país. En Francia, distintos sectores también han expresado preocupaciones relacionadas con los ingresos, los servicios públicos y las perspectivas de futuro. Aunque los contextos y las causas son diferentes, estas expresiones recuerdan que las decisiones económicas también tienen una dimensión social.

En una democracia, las manifestaciones no deberían entenderse como una amenaza para las instituciones, sino como una forma legítima de participación ciudadana. El desafío de quienes gobiernan es escuchar los reclamos y ofrecer respuestas dentro del marco democrático.

Cuando las dificultades económicas afectan la salud mental

Las consecuencias de las dificultades económicas no siempre pueden medirse mediante indicadores de precios, empleo o ingresos. Cuando una familia no consigue cubrir sus necesidades esenciales, la preocupación permanente por las deudas, la incertidumbre sobre el futuro y la imposibilidad de concretar proyectos personales o familiares pueden profundizar situaciones de angustia y sufrimiento psíquico.

La pérdida del empleo, la inestabilidad laboral y el sobreendeudamiento pueden generar tensiones que trascienden lo económico. La preocupación por sostener el hogar, garantizar la alimentación o cumplir con obligaciones financieras también puede afectar las relaciones familiares y el bienestar emocional.

Por eso, hablar de condiciones de vida implica reconocer que la seguridad económica no depende solamente de disponer de ingresos, sino también de contar con cierta estabilidad y posibilidades reales de proyectar el futuro.

El suicidio constituye un problema de salud pública en el que intervienen múltiples factores personales, sociales y de salud. Las dificultades económicas pueden contribuir a situaciones de vulnerabilidad, pero no explican por sí solas las muertes por suicidio.

No corresponde establecer una relación causal directa entre una política económica y las muertes por suicidio sin evidencia específica. Sin embargo, reconocer que las preocupaciones económicas pueden profundizar el sufrimiento de algunas personas permite comprender la importancia de las políticas de prevención, atención y acompañamiento.

Una política económica no puede evaluarse solamente por sus resultados fiscales. También importa cómo viven las personas y qué posibilidades encuentran para construir su futuro.

Reflexión final

El dato de inflación de un mes puede mostrar que los precios aumentan a menor velocidad. Sin embargo, ninguna cifra aislada alcanza para describir la realidad de una familia que trabaja, administra sus ingresos y aun así encuentra dificultades para cubrir sus necesidades esenciales.

A lo largo de este informe observamos que la evolución de los precios es apenas una parte de una realidad económica más amplia. La pérdida de puestos de trabajo, las dificultades del consumo, el endeudamiento creciente y las restricciones que enfrentan numerosos hogares muestran que la estabilidad de algunos indicadores no necesariamente se traduce en una mejora de las condiciones de vida.

El equilibrio fiscal y la estabilidad de precios son objetivos importantes, pero no pueden constituir los únicos parámetros para evaluar una política económica. También deben considerarse sus resultados sobre la producción, el empleo, los salarios, el acceso a los alimentos y las oportunidades de desarrollo.

Desde Libres del Sur sostenemos que producir información y analizar indicadores económicos tiene sentido cuando esos datos permiten comprender los problemas de la sociedad y contribuir a encontrar soluciones. Detrás de cada porcentaje hay personas, familias y decisiones cotidianas que merecen ser consideradas.

Una economía mejora verdaderamente cuando sus resultados también llegan a los hogares, cuando el trabajo permite vivir dignamente y cuando las familias pueden proyectar su futuro sin que cubrir sus necesidades básicas sea una preocupación permanente.

Fuentes, metodología y alcance

- Libres del Sur La Rioja: relevamiento mensual de 57 productos de la CBA en comercios de la ciudad; precios regulares más económicos, sin ofertas ni promociones. Valores CBA/CBT y rubros correspondientes a septiembre de 2026.
- Libres del Sur La Rioja: encuesta de 376 hogares de la ciudad realizada a fines de junio de 2026. Los resultados no representan automáticamente a la totalidad de la población provincial.
- INDEC: actividad económica, industria, construcción, Encuesta de Supermercados, Encuesta Permanente de Hogares y medición de pobreza. Cada indicador conserva su período y base de comparación.
- Consejo Nacional del Empleo, la Productividad y el Salario Mínimo, Vital y Móvil: valores del salario mínimo correspondientes a diciembre de 2025 y septiembre de 2026.
- Centro Comercial e Industrial de La Rioja: ventas locales de septiembre de 2026. CAME: Índice de Ventas Minoristas Pyme de septiembre de 2026. Universos y metodologías diferentes.
- Instituto Argentina Grande (IAG): informe publicado en septiembre de 2026 con datos BCRA de julio; Universidad Austral y EcoGo: Crédito a las familias, radiografía provincial. Centro RA (UBA), INDEC/SIPA e IIEP-UBA/CONICET: actividad y empleo. Verificar cifras y documentos primarios antes de la difusión.