

No cuelgues, di esto: La frase definitiva para terminar con el acoso telefónico

18/05/2026

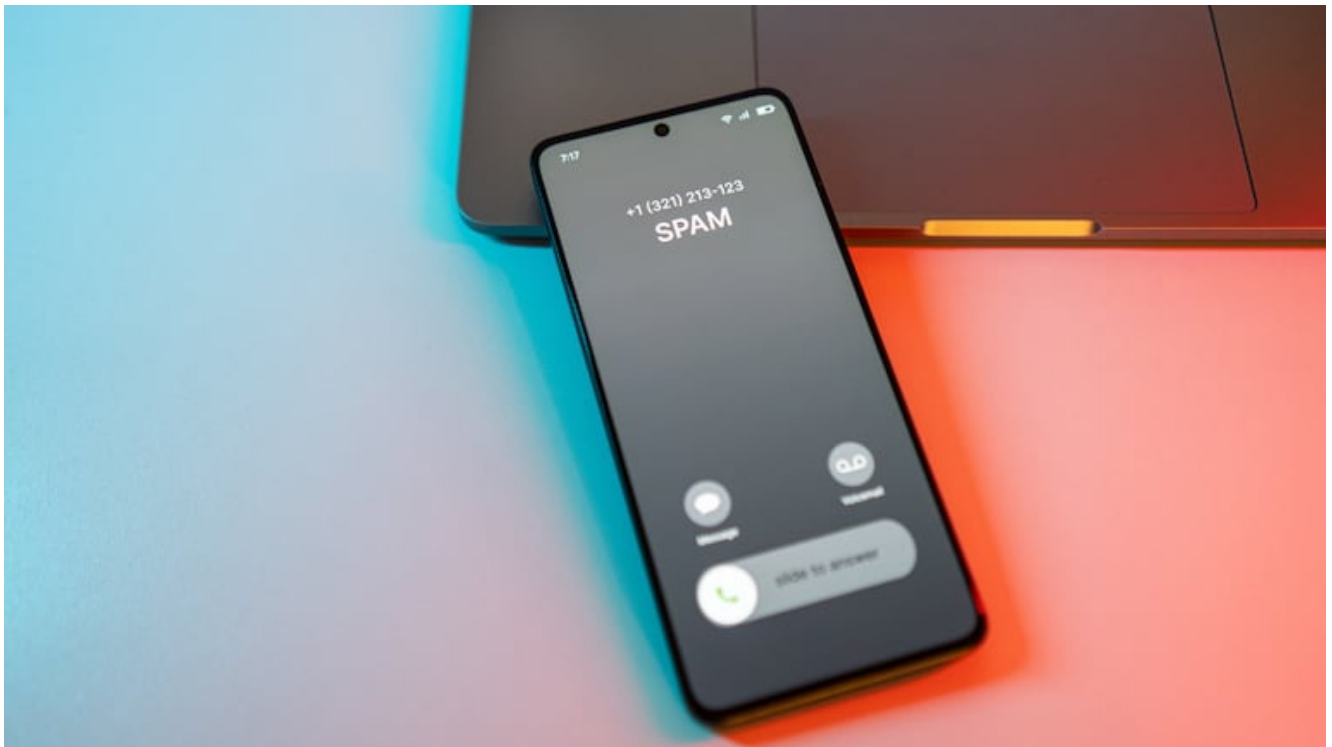


Las **llamadas spam** se convirtieron en una verdadera pesadilla para cualquiera que tenga un teléfono móvil. Aunque muchos celulares ya traen alertas para advertir sobre posibles llamadas sospechosas, la realidad es que los sistemas no siempre funcionan y el acoso sigue.

Pero existe una estrategia directa y sencilla que puede ayudarte a cortar con el bombardeo de ofertas y promociones: **una frase concreta que obliga a las empresas a borrar tus datos de sus bases.**

La frase que tenés que decir para que te saquen de las listas de spam

Cuando te das cuenta de que la llamada es comercial y no te interesa la propuesta, lo mejor es responder de manera clara y firme. **La recomendación es pedir: “No deseo recibir más llamadas y solicito que retiren mi número de sus registros”.**



Con esta frase impedirás que sigan llamando a tu celular (Foto: Adobe Stock).

Este pedido, hecho de forma cortés pero decidida, apunta a que la empresa elimine tus datos y deje de molestarte. Si bien no es infalible, **puede reducir notablemente la cantidad de llamados desde esa compañía.**

¿Por qué siguen llamando aunque bloquees los números?

El problema es que muchas empresas usan diferentes líneas para contactarte. Por eso, aunque bloquees un número, pueden volver a llamarte desde otro. **La tecnología de los celulares ayuda con alertas y bloqueos, pero los emisores de spam suelen**

cambiar de número todo el tiempo.

Por eso, lo ideal es combinar la frase clave con el bloqueo manual de cada número que te molesta. Así, al menos, vas achicando el margen de acción de los call centers.

Precauciones: cómo evitar caer en estafas telefónicas

No todas las llamadas spam buscan venderte algo. **Algunas intentan sacarte datos personales o directamente estafarte.** Por eso, nunca respondas con frases como “¿Sí?” cuando atendés un número desconocido: pueden grabar tu voz y usarla para suplantar tu identidad.

Jamás des información personal por teléfono a desconocidos, aunque la llamada parezca legítima. La clave es la desconfianza y la prudencia: si te piden datos, cortá.



De esta manera estarás protegido (Foto: Adobe Stock).

¿Por qué recibís llamadas que se cortan apenas atendés?

Esto pasa por los sistemas automáticos de los call centers, que marcan varios números a la vez. Si no hay un operador disponible cuando atendés, el sistema corta solo. **Muchas veces, estas llamadas solo buscan saber si tu línea está activa y en qué horarios respondés.**

Esa información después se vende a otras empresas o, en el peor de los casos, se usa para organizar fraudes y estafas.

Consejos para reducir el spam telefónico

- **Usá la frase clave** para pedir que borren tus datos.
- **Bloqueá los números molestos** desde tu celular.
- **No respondas con “¿Sí?” ni des datos personales.**
- **Desconfiá de cualquier pedido de información** que llegue por teléfono.
- **Activá las alertas de spam** en tu dispositivo, aunque no sean infalibles.

La lucha contra el spam telefónico es diaria, pero con estas herramientas podés protegerte mejor y evitar caer en trampas o estafas.

Fuente: TN

