

Planifica tu vida

Finanzas para cada momento

La planificación financiera es clave para alcanzar tus metas, y elaborar un presupuesto efectivo es una excelente manera de tomar control de tus finanzas. Cada persona enfrenta circunstancias únicas, lo que convierte la gestión del dinero en un desafío al buscar adaptarla a cada situación.

En el caso de las mujeres, las necesidades cambian según la etapa de vida: iniciar una carrera, criar una familia o planear la jubilación. Un presupuesto bien diseñado facilita decisiones financieras informadas y el logro de la estabilidad económica deseada. A continuación, te presentamos algunos consejos para hacerlo posible. ¡Presta atención!

**Escanea
y comparte**



En México 30 de cada 100 hogares son liderados por mujeres. *

Mujer joven (18 - 30 años)



Si te encuentras en la primera etapa de la vida adulta puede ser un momento de gran cambio, en el que comienzas a tomar decisiones importantes sobre tu futuro económico. Durante estos años, muchas jóvenes comienzan a trabajar, estudiar o mudarse de la casa de sus padres, lo que puede generar nuevos gastos y responsabilidades.



Tips para esta etapa de vida:

Planifica: registra tus ingresos (salario, becas, ingresos extra) y gastos mensuales (alquiler, transporte, comida, entretenimiento). Tener esta visión clara te permitirá saber cuánto dinero necesitas al mes.

Ahorra un porcentaje de tus ingresos: aunque parezca complicado, intenta reservar una pequeña parte para un fondo de emergencia o ahorros a largo plazo. Este hábito será valioso en el futuro.

Prioriza el pago de deudas: si tienes préstamos estudiantiles o tarjetas de crédito, destina parte de tu presupuesto para liquidarlas. Organiza un plan para evitar el sobreendeudamiento.

Ajusta según tus metas: ¿estás ahorrando para algo específico, como un viaje o una inversión?, adapta tu presupuesto para que puedas alcanzar esa meta sin afectar tus necesidades básicas.

Mujer adulta (30 - 50 años)



En esta etapa, muchas mujeres experimentan cambios significativos, como la formación de una familia, el cuidado de hijos e hijas o la compra de una casa. Los gastos pueden aumentar debido a la educación de los mismos, el cuidado de la salud y otros compromisos familiares.



Tips para esta etapa de vida:

Evalúa los gastos familiares: elabora un presupuesto familiar que contemple todos los gastos del hogar, incluyendo aquellos relacionados con vivienda, educación, hijos, salidas y más. Cuando las responsabilidades financieras se comparten con una pareja, es clave definir roles claros y mantener una comunicación abierta sobre la situación económica de cada uno.

Ahorro y protección familiar: si tienes hijos, planifica con anticipación para su educación destinando parte de tu presupuesto a una cuenta de ahorro específica. Asimismo, considera incluir seguros esenciales como de vida y salud, garantizando la protección de tu familia ante imprevistos.

Considera el ahorro para el retiro: aunque parezca lejano, comenzar desde ahora es clave. Si tu empleo ofrece un plan de pensión, aprovéchalo; si no, evalúa hacer aportaciones voluntarias o contratar un plan de retiro.



Mujer en plenitud (50 - 65 años)

A medida que las mujeres se acercan a la jubilación, sus necesidades financieras evolucionan, por lo que es clave prepararse para un futuro sin ingresos laborales constantes. En esta etapa, también pueden surgir preocupaciones relacionadas con el cuidado de la salud.



Tips para esta etapa de vida:

Revisa tu fondo de jubilación: si aún no lo has hecho, enfócate en ahorrar al máximo, ya que la jubilación está cerca. Incluye este objetivo en tu presupuesto.

Haz ajustes según tu estilo de vida: si ya saldaste deudas y no tienes hijas o hijos a cargo, tus gastos pueden ser menores. Aprovecha para incrementar tus ahorros o disfrutar actividades que te generen bienestar.

Considera los gastos de salud: los costos médicos tienden a aumentar con la edad. Reserva parte del presupuesto para seguros de salud o fondos de emergencia médica.

Evalúa tus activos: analiza el valor de tus propiedades o bienes y determina si conviene vender o rentar alguno para generar ingresos adicionales.



Mujeres la mejor etapa (65 años en adelante)

Una vez jubilada, el objetivo principal es garantizar que tu dinero dure el resto de tu vida. Los ingresos fijos, como pensiones o ahorros, deben administrarse con cuidado.



Tips para esta etapa de vida:

Bástate en tus ingresos fijos: después de la jubilación, es probable que tus ingresos disminuyan. Es crucial ajustar el presupuesto a tus ingresos fijos mensuales, como pensiones o rentas.

Mantén un fondo de emergencia: aunque ya estes en la etapa de retiro, es importante contar con un fondo para imprevistos médicos o gastos inesperados.

Disfruta al máximo: si tienes metas no realizadas por limitaciones económicas, este es el momento para salir, explorar y disfrutar de todo lo que has deseado.

Independientemente de la etapa de tu vida, un buen presupuesto es clave para gestionar tus finanzas y lograr estabilidad económica. Adáptalo a tus necesidades y objetivos para tomar decisiones más informadas. Revisa y ajusta regularmente tu presupuesto para tomar control de tu futuro financiero. ¡Empieza hoy!

* Violeta Rodríguez, investigadora Instituto de Investigaciones Económicas, UNAM.