



Contabilidad mental

Los cajones invisibles dentro de tu plan financiero

La contabilidad mental es un concepto desarrollado por el economista Richard Thaler en su artículo *Mental Accounting Matters*, publicado en el *Journal of Behavioral Decision Making*. En donde señaló que las personas valoran el dinero de manera diferente y eso los expone a una toma de decisiones irracional. En términos simples, el concepto establece que los individuos clasifican el dinero de manera diferente según criterios subjetivos y, a menudo, lleva a las personas a realizar gastos irracionales y decisiones de inversión financieramente contraproducentes.

En términos sencillos, la contabilidad mental describe cómo las personas clasificamos el dinero en “cajones” imaginarios según su origen o su destino: el sueldo va para una cosa, el bono para otra, el aguinaldo “se siente distinto”, y el dinero inesperado suele gastarse sin tanta reflexión. Este hábito mental, aunque parece útil para organizarnos, puede llevarnos a decisiones financieramente contraproducentes.

En la educación financiera que impulsa el Banco de México, la contabilidad mental se utiliza como un concepto clave de la economía del comportamiento para explicar cómo las personas toman decisiones sobre su dinero y, a partir de ello, promover hábitos financieros más informados y conscientes. Este enfoque parte de reconocer que la contabilidad mental es un sesgo cognitivo mediante el cual las personas categorizan, evalúan y administran su dinero al dividirlo en “cuentas mentales” según su origen —por ejemplo, el sueldo frente a un bono— o su propósito —como vacaciones o renta—. Si bien esta práctica puede ayudar a organizar los gastos, también puede conducir a decisiones poco racionales, ya que suele pasar por alto que el dinero es fungible: cada peso tiene el mismo valor, sin importar de dónde provenga.

Pensemos en algo muy cotidiano. ¿Vale lo mismo un billete de veinte pesos que encuentras olvidado en el bolsillo de un pantalón que veinte pesos que tienes que dejar como propina en un restaurante? En la práctica sí, pero emocionalmente no. Ese pequeño cambio en cómo lo percibimos suele determinar si lo gastamos sin pensarlo o si nos duele soltarlo.



Otro ejemplo común es el llamado dinero “fácil”. Muchas personas gastan con mayor rapidez un premio, un regalo o un bono, que una parte de su salario mensual, aunque ambos tengan exactamente el mismo poder adquisitivo. No es casualidad: al etiquetar ese ingreso como “extra”, lo sacamos del cálculo real de nuestras finanzas.

Esto ocurre con frecuencia con los **reembolsos de impuestos, devoluciones o incluso ganancias inesperadas**, lotería, que suelen verse como dinero para gastar y no como parte del en lugar de parte de su riqueza general. En lugar de usarse para pagar deudas o fortalecer el ahorro, terminan financiando compras impulsivas, justo porque no “duelen” igual. (EBSCO, <https://www.ebsco.com/research-starters/economics/mental-accounting>).

¿Cómo puede jugarnos en contra?

Un caso muy claro es el de ahorro versus deuda. Muchas personas mantienen dinero en una cuenta de ahorro con rendimientos muy bajos, mientras al mismo tiempo cargan una deuda en la tarjeta de crédito con intereses altos. ¿La razón? Ese ahorro

está mentalmente etiquetado como “intocable”, aunque financieramente sería más conveniente usarlo para reducir la deuda.

La contabilidad mental es cuando etiquetamos el dinero en “cubos” mentales (ahorros, gastos, emergencia) y lo gastamos diferente, como gastar más un bono (“dinero extra”). Otro ejemplo frecuente es pagar solo el mínimo de la tarjeta de crédito porque “se siente menos pesado”, aun cuando a largo plazo resulta mucho más caro. O seguir invirtiendo tiempo y dinero en algo que ya no funciona solo porque “ya se ha gastado demasiado” en ello, lo que se conoce como el costo hundido.

También ocurre cuando compramos algo que no necesitábamos solo porque teníamos un cupón,

o cuando tratamos una devolución como “dinero para darnos un gusto”, en lugar de integrarla al presupuesto general.

Es importante decirlo con claridad: la contabilidad mental no es mala. Es una herramienta natural del cerebro para tomar decisiones rápidas. El problema surge cuando esos cajones invisibles nos hacen perder de vista el panorama completo y terminamos pagando más, ahorrando menos o endeudándonos sin darnos cuenta.

Por eso, una buena práctica es sacar el dinero de la cabeza y ponerlo en papel (o en una app): anotar ingresos, gastos y deudas, revisar el presupuesto con regularidad y confrontarlo con la realidad. Ver el dinero como un todo —y no como pequeños cajones separados— es un primer paso para tomar decisiones financieras más conscientes y favorables en el largo plazo.

Recuerda que todo el dinero vale lo mismo. Un peso es un peso, venga de donde venga. Integrarlo todo a tu presupuesto te ayuda a decidir mejor.

Haz visible tu dinero.

No necesitas hojas de cálculo complicadas: anota lo básico y revisa con frecuencia en qué se va tu dinero.

Usa el presupuesto como guía, no como castigo.

Debe adaptarse a tu realidad, no hacerte sentir culpa.

¿Cómo usarla a nuestro favor?

Busca apoyo confiable. La CONDUSEF ofrece cursos y diplomados gratuitos en la plataforma *Educa Tu Cartera* para fortalecer tus decisiones financieras.

La conciencia reduce la ansiedad.

Entre más claro tengas cómo decides, más control sentirás sobre tu dinero.

