



Semana
ECONÓMICA
Y **FINANCIERA**
2023

LA RECETA PARA LAS FINANZAS SALUDABLES

LÍA VARGAS

Antes de empezar, ¡Derribemos un mito!

Mucha gente piensa que **“el dinero es estresante”** o que para manejarlo bien te **“tienen que gustar los números”**.

Pero NO es así, en realidad para manejar bien tu dinero solo debes aprender y poner en práctica las acciones/hábitos correctos, porque unas finanzas saludables se tratan más que nada de una mentalidad correcta y conducta adecuada en el manejo de tu dinero.

TIP 1

Conocer la receta que aprenderás en esta guía, te enseñará cómo lograrlo.



01. El momento de la receta: las 3 etapas financieras de la vida

Cuando vamos a preparar una receta, vemos el momento o la ocasión para la que la prepararemos. Si es una ocasión especial, puede que cambiemos el grado de elaboración del plato o que debamos preparar más cantidad y, si es un desayuno rápido en casa, será diferente. Así pasa con el manejo del dinero.

En el caso del dinero, debemos de tener pendiente en la etapa de vida en la que nos encontramos, para adecuar las decisiones financieras que más se adapten a nuestra realidad. Estas etapas son:





Dependencia

Esta etapa va desde el nacimiento hasta que eres capaz de sostenerte económicamente por ti mismo. Es decir, que dependes de otra persona que te sustenta económicamente.

Es una etapa importante para prepararte para tu etapa productiva. Tu capacidad de generar dinero en la próxima fase depende de cómo te prepares y eduques en este tiempo.

Es excelente momento para aprender y practicar a manejar tu dinero de forma saludable.

Si estás en esta etapa y recibes una mesada o regalos en dinero, puedes implementar lo que vas a aprender en esta guía y así tener los mejores hábitos cuando llegue tu etapa independiente.



Etapa productiva/ Independencia

En esta etapa el enfoque es gastar menos de lo que ganas y ahorrar.

Para lograrlo, es necesario adecuar tu gasto al nivel de ingresos que tengas, para poder guardar una parte de lo que ganas, todos los meses, para gastos imprevistos y el retiro. La clave para lograrlo es mantener un nivel de gasto sano y un ingreso adecuado a tus necesidades.

Hay que tomar en cuenta que, para algunas profesiones o negocios, el retiro llega antes (por ejemplo, para los deportistas). Por eso, tus decisiones deben contemplar esa realidad y así prepararte para esa etapa.



Retiro

Es la etapa donde ya vives idealmente de los ahorros que logres en la etapa productiva.

En el retiro se refleja el resultado de la manera en que manejaste el dinero a lo largo de la vida. Si manejas tu dinero de forma organizada, vivirás con lo que logres acumular. Si no has podido tener excedentes, tendrás que depender de la ayuda de tus hijos o alguien más o, trabajar hasta una edad muy avanzada.

En esta etapa sigue siendo muy importante manejarte con un presupuesto, para que el dinero que guardes sea suficiente a lo largo de esta etapa.

02. Los ingredientes para unas finanzas saludables

¿QUÉ NECESITO?

1. Los ingresos
2. Los gastos
3. El ahorro
4. La inversión
5. La generosidad
6. Buen manejo de la deuda



Ingrediente 1

Los ingresos

Generar dinero es el punto de partida de unas finanzas saludables. Para generar ingresos, toma en cuenta estas recomendaciones:

Recomendaciones

1- Realiza una actividad que priorice valores positivos, como la integridad, honestidad, transparencia y crecimiento personal/profesional.

2- Trabaja en excelencia y calidad.

3- A la hora de elegir un trabajo o actividad para ganar dinero, pon tu enfoque en una misión y propósito, más que perseguir dinero. El dinero vendrá por añadidura, pero además lograrás impactar a los demás de forma positiva.

4- Cuídate de lo que ves en las redes. Puedes ver historias de personas que ganan mucho dinero trabajando poco y viviendo una vida de lujos. No siempre lo que se muestra es la realidad. Normalmente detrás de un ingreso mayor, hay mucho trabajo inteligente y crecimiento continuo.

5- Tu capacidad de generar ingresos no debe depender de que una red social exista, debes tener una base fuerte donde puedas ejercer tu profesión u ocupación sin depender de que algo externo exista o funcione.

6- Sacar provecho a tus talentos, adquiriendo conocimientos que te permitan servir y agregar valor a los demás.

Ingrediente 2

Los gastos

Este es el ingrediente que requiere medirse con mayor cuidado. Porque un exceso de gastos no te permite ahorrar y puede llevarte a deudas innecesarias.

Recomendaciones

1- Para tener un nivel de gasto sano, debes gastar dentro de tus posibilidades.

2- Ten claro cuáles son gastos necesario y cuáles no. Puedes identificarlo de esta forma:

Necesidad: es la falta de algo imprescindible. Las necesidades son gastos realmente esenciales, como: alimento, techo, salud, agua, electricidad, transporte, educación.

A todo lo demás le llamamos “deseos” y son todos los gastos que si dejas de hacer no hay un impacto relevante.

3- Enfócate en gastar con un plan y no por la emoción del momento.

4- Prioriza tus compromisos y responsabilidades. Puedes usar recordatorios para no olvidar los compromisos y buena organización para tener el dinero disponible.

5- Evita caer en presiones del entorno, adapta tu estilo de vida a tus propias posibilidades. Puedes ver lo que muestran otros, pero no conoces su realidad financiera.

Ingrediente 3

El ahorro

Ahorrar es la base de unas finanzas saludables. Ahorrar es guardar dinero para poder cubrir necesidades futuras, como: metas, gastos imprevistos, reducción repentina de ingresos y el retiro.

Puedes crear este hábito ahorrando todos los meses una parte de tu ingreso. Planifícalo y define el monto en tu presupuesto cada mes.

Nunca dejes el ahorro para lo que quede al final. Siempre saca el ahorro primero, al recibir tu ingreso.

TIP 2

La cantidad a ahorrar va a depender de tu nivel de ingresos y tus otros compromisos. Es algo muy personal. Hay autores que recomiendan al menos un 10% de lo que recibes en efectivo. Pero si es posible de 15-20% o más, mejor todavía. **Lo importante es formar el hábito y mantenerlo siempre.**

A dónde va el ahorro

- ✓ El fondo de emergencia
- ✓ Los gastos fijos que no son mensuales
- ✓ Las metas (como un vehículo, una maestría...)
- ✓ Las inversiones/tu retiro

TIP 3

Una clave importante: Es bueno que el ahorro vaya a una cuenta aparte, para no mezclar ese dinero con el de tus pagos y gastos.

Ingrediente 4

La inversión

Así como en una receta de pan usamos levadura para que crezca el pan, así en finanzas usamos la inversión para hacer crecer el ahorro.

Eso sí, si la levadura está descompuesta, se puede dañar la receta de la misma forma que una mala inversión puede hacer que pierdas tu dinero.

Si inviertes bien el ahorro, de forma inteligente, puedes lograr que el ahorro trabaje y genere más dinero.

Importante a la hora de invertir

- 1- Educarte en el tema de inversiones.
- 2- No invertir todo tu dinero en un solo lugar, sino ponerlo en inversiones distintas (diversificar).
- 3- No inviertas en cosas que no entiendes.
- 4- Cuidado con inversiones que ofrecen ganancias muy altas o rápidas, porque a mayor ganancia hay más riesgo de perder tu dinero. Recuerda que, al preparar una receta, para que quede bien debe dársele el tiempo necesario y tener el cuidado adecuado al prepararla.
- 5- Si vas a invertir en instrumentos financieros, asegúrate que sean instrumentos regulados y entidades supervisadas.
- 6- Las recetas fáciles conllevan mucho riesgo. Cuando veas que te venden sueños y lujos, ten cuidado y recuerda que, a mayor rentabilidad, mayor riesgo.

Ingrediente 5

La generosidad

Compartir de lo que tenemos con los demás, ayudar y servir a otros nos da propósito y trae felicidad.

Haz el hábito de usar parte de tu ingreso para ayudar a otros, a alguien que lo necesite o una causa que te mueva.

Si prestas dinero a familiares o amigos, toma en cuenta que este suele convertirse en un regalo, por lo que es importante tomar en consideración si esto no afectaría nuestros propios compromisos y responsabilidades.

Ingrediente 6

Buen manejo de la deuda

Una deuda es cuando tomamos prestado dinero y nos comprometemos a pagarlo en las condiciones acordadas.

Propósito de la deuda

- 1- Cuando asumes un préstamo, te comprometes a pagarlo.
- 2- Por eso cuando decides hacerlo, debes tener un propósito, como:
 - Adquirir un bien necesario, que no puede esperar y para el que no tienes el dinero completo.
 - Adquirir un bien costoso pero importante, como una vivienda.
 - Una deuda productiva, que te lleve a ganancias mayores.
- 3- Nunca debes ver la deuda como una costumbre para cubrir dinero que falta consistentemente. La clave está en el manejo del dinero organizado.



03. Medidas y cantidades de la receta para finanzas personales saludables

Ya hablamos de tipos de ingredientes para la receta de unas finanzas saludables, ahora vamos a hablar de las medidas y cantidades de nuestra receta para finanzas saludables.

Cada receta lleva un plan, con las medidas de cada ingrediente. Pero mucha gente prepara un plato al ojo por ciento. En tus finanzas esto no es buena idea, porque normalmente el resultado es como el de alguien que no sabe cocinar.

El presupuesto es el plan donde defines cómo vas a distribuir el dinero de un periodo (mes o quincena).

¿Por qué presupuestar?

Porque se cuenta con una cantidad de recursos limitada que debemos planificar cómo se va a distribuir.

Hacer un presupuesto te permite:

- ▶ Gastar dentro de tus posibilidades
- ▶ Distribuir bien tu dinero
- ▶ Ahorrar



¿Cómo hacer tu presupuesto?

⌘ Paso 1

Define el periodo de tu presupuesto (mes o quincena)

⌘ Paso 2

Calcula tu ingreso estimado para el periodo que estás presupuestando.

⌘ Paso 3

Define el monto de tu ahorro.

⌘ Paso 4

Planifica tus gastos fijos: los que ocurren cada mes con un monto específico.

⌘ Paso 5

Planifica tus gastos variables: esos gastos donde el monto puede variar.

TIP 4

Para saber si tu presupuesto está bien: resta tus ingresos menos el total de ahorro y gastos. El resultado debe dar positivo o cero. Así sabes que no estarás sacando más dinero que el que esperas recibir.

Algo importante: toma en cuenta siempre los gastos que no son mensuales.

Por ejemplo: mantenimiento del vehículo, consultas médicas, regalos, seguros, inscripción o útiles escolares, ropa.

Las medidas de la receta para las finanzas saludables

Anotar tus ingresos, ahorro y gastos

Para preparar una receta, usamos tazas de medir, cucharas de distintas medidas. Así en las finanzas, también medimos.

Medimos lo que va ocurriendo en la realidad, que idealmente va de acuerdo con el presupuesto. A veces ocurren imprevistos y esto puede cambiar un poco, pero medir es lo que va a permitir que puedas dar seguimiento a tu presupuesto y se cumpla.

Para medir: anota siempre tus ingresos y tus gastos. Compáralos con tu presupuesto por lo menos cada semana, esto te permitirá hacer cualquier ajuste de ser necesario.

04. Los recipientes de la receta: tus productos bancarios

Cuando haces una receta usas un recipiente o molde para prepararla. Así mismo, para tú recibir dinero, ahorrarlo, pagar tus compromisos y realizar los gastos presupuestados, necesitas los productos bancarios adecuados.

El primer producto que debes tener es una cuenta bancaria. Para empezar, puede ser una cuenta de ahorros.

Si eres menor de edad

Hay bancos que ofrecen cuentas para menores de edad, que tu padre, madre o tutores pueden ayudarte a abrir. Con este tipo de cuenta, puedes empezar a aprender y practicar el manejo adecuado de tu dinero y el hábito del ahorro.

Cuando vayas a abrir una cuenta y poner tu dinero en ella, es importante que investigues si es una entidad segura, por ejemplo, una entidad regulada por la Superintendencia de Bancos y con buena trayectoria y reputación.

Otros productos bancarios que puedes elegir usar durante tu vida pueden ser: el certificado financiero, para invertir; una tarjeta de crédito, para realizar pagos o un préstamo.

Cuando contrates un producto bancario, asegúrate de entender cómo funciona y cuáles son las condiciones asociadas a ese producto: como tasas, cargos, comisiones, plazo, penalidades. Pregunta todo lo que sea necesario en el banco que elijas y siempre lee el contrato antes de firmarlo, para que entiendas el producto que estás aceptando y sus condiciones.





Redes sociales

@prousuariord    



ProUsuario Digital

PROUSUARIO.GOB.DO/PROUSUARIO-DIGITAL
DISPONIBLE EN APP STORE Y GOOGLE PLAY



Interactúa con Lucía, el ChatBot de ProUsuario.

PROUSUARIO.GOB.DO



Esríbenos

contacto@prousuario.gob.do



Llámanos o esríbenos

809.731.3535 WHATSAPP
DISPONIBLE

***778** DESDE TU MÓVIL
SIN CARGOS

Visítanos

Av. 27 de Febrero,
Unicentro Plaza 1er. nivel,
Santo Domingo.

Av. Juan Pablo Duarte,
esq. Benito Juárez,
Villa Olga, Santiago.

