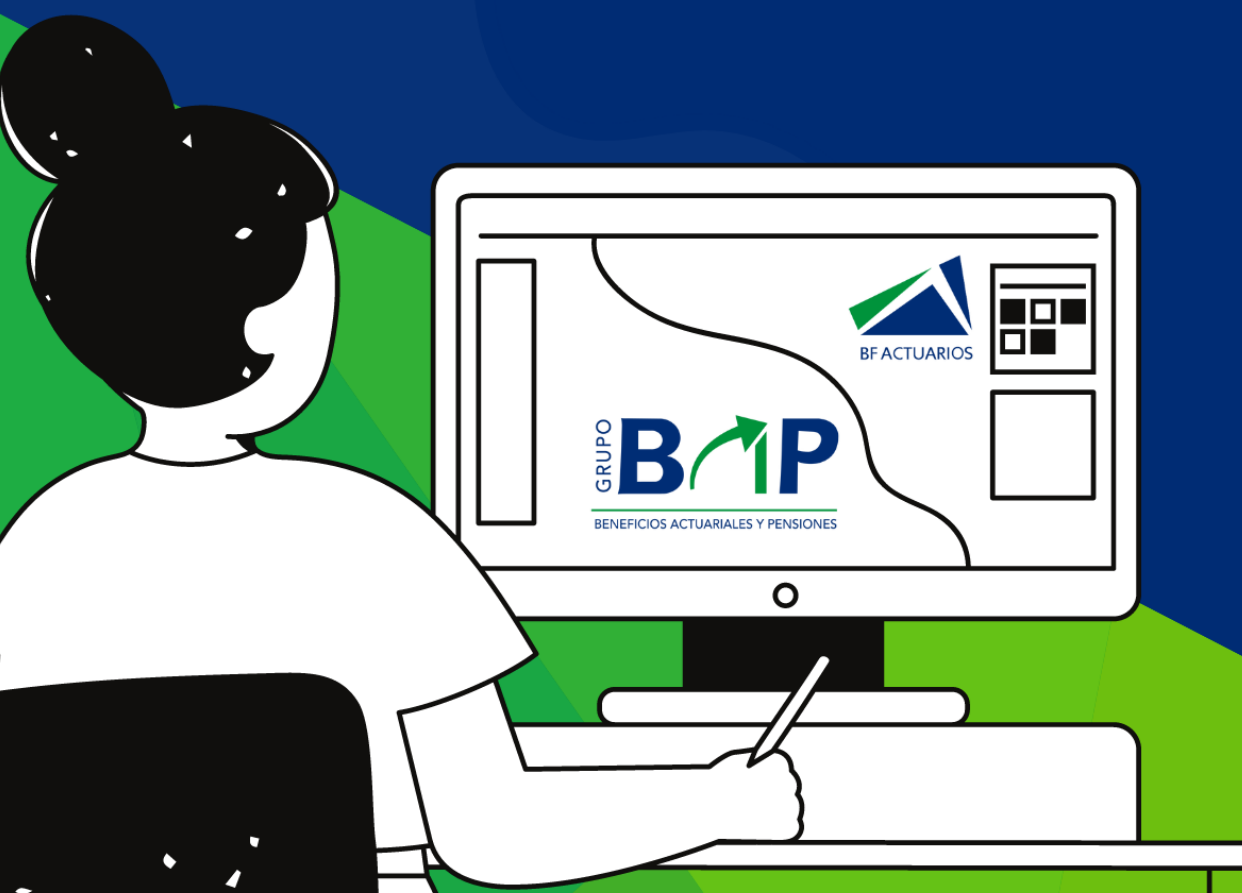


# Programa de salud financiera

## MI CUADERNO DE TRABAJO

### Introducción a Salud Financiera



<b>MÓDULO- INTRODUCCIÓN A SALUD FINANCIERA.....</b>	<b>2</b>
INTRODUCCIÓN .....	2
IMPORTANCIA DE TU SALUD FINANCIERA.....	2
<i>Definiendo metas financieras poderosas .....</i>	<i>2</i>
<i>Patrimonio .....</i>	<i>4</i>
<i>¿Qué tal esta tu Salud Financiera actualmente? .....</i>	<i>4</i>

# MÓDULO- INTRODUCCIÓN A SALUD FINANCIERA

## INTRODUCCION

¡Hola!

Queremos darte la bienvenida a este, Tu **Programa de Salud Financiera**, estamos seguros de que después de estas sesiones y las prácticas de este Cuaderno de Trabajo estarás en camino hacia sanar tus finanzas.

Nuestro objetivo es ayudarte a que tú mismo tomes el control de tu patrimonio, a que aprendas a pensar sanamente en el dinero, a transformar tus finanzas, a que generes tu riqueza y, sobre todo, a que tengas paz mental para tu futuro.

## IMPORTANCIA DE TU SALUD FINANCIERA

Primero lo primero, identifica el **POR QUÉ** y el **PARA QUÉ** quieres ponerles orden a tus finanzas. Identificar tus preocupaciones, motivaciones y sueños te ayudará para no quitar el ojo de la meta durante el camino.

## DEFINIENDO METAS FINANCIERAS PODEROSAS

1. **POR QUÉ.** Define que es lo que te motiva a ponerle orden a tus finanzas. Muchas veces es más emocional, que racional. Ráscale bien a tus razones y emociones, ¡sé sincero contigo mismo!
2. **PARA QUE.** El dinero es una herramienta, no un fin. Define que es lo que quieres lograr una vez que tengas tus finanzas en orden.
3. **SMART.** Tal vez hayas escuchado de esta metodología, esta nos ayuda a definir metas y no solo tener deseos o sueños. Siguiendo esta sistemática, las metas deben tener 5 características: específica<sup>1</sup>, medible, alcanzable, realista, y estar acotadas a un tiempo definido.

---

<sup>1</sup> Para nombrar el método, se usa la inicial en inglés, *Specific*

4. ESCRÍBELAS. Cuando escribimos las cosas, estamos creando una visión de lo que queremos lograr y al mismo tiempo estamos creando en el inconsciente un compromiso más fuerte que si solo las pensamos.
5. OBSÉVALAS. Ponlas en un lugar visible, para que continuamente te estés acordando y motivando.

Te dejamos este espacio para que hagas una lluvia de ideas de tu POR QUÉ y PARA QUÉ. Si no te alcanza el espacio, usa cualquier hoja y jengrúpala a tu cuaderno de trabajo!

---

---

---

---

---

---

---

---

Ya que sabes tu POR QUÉ y PARA QUÉ, divide estos deseos en corto, mediano y largo plazo. Además, usa la metodología SMART para que puedas establecer las metas.

*CORTO PLAZO (SIGUIENTES 12 MESES)*

---

---

---

---

---

---

---

---

*MEDIANO PLAZO (5 AÑOS)*

---

---

---

---

---

---

---

---

## LARGO PLAZO (MÁS DE 10 AÑOS)

---

---

---

---

---

---

### PATRIMONIO

La riqueza o patrimonio de una persona es el valor de todo lo que tiene menos lo que debe.

- Es un colchón financiero en caso de que tu ingreso se pare o reduzca
- Se puede pasar de generación en generación
- Puede generar otros ingresos

Recuerda que patrimonio e ingreso no es lo mismo, no los confundamos.

Si bien, un ingreso alto puede ayudar a tener un mayor patrimonio, **no es una regla**. Hay mucha gente con un alto ingreso, que tiene muchas deudas y un mal manejo de sus finanzas, y por lo tanto no tiene un buen patrimonio. Por el otro lado, hay personas que tienen un excelente manejo de su dinero, que planean, comparan y controlan, por lo que tienen un patrimonio que disfrutar y que les da tranquilidad financiera.

### ¿QUÉ TAL ESTA TU SALUD FINANCIERA ACTUALMENTE?

Tu Salud Financiera indica que tan posible es que alcances tus sueños financieros, que tan preparado estás para afrontar una crisis, cómo vivirás tu retiro, y también, que tanto puedes disfrutar de la vida con tus recursos financieros.

Para que te des una idea de que tan sana es tu situación financiera en este momento, contéstate las preguntas de cada uno de los indicadores.

### GASTO

- ¿Cómo estas administrando tus finanzas en el día a día?
- ¿Gastas más o menos, de lo que ganas?
- ¿Cómo tomas tus decisiones de compra?

## AHORROS

- ¿Estás ahorrando para el corto plazo?
- ¿Puedes hacer frente a una emergencia?
- ¿Tienes buenos hábitos de ahorro?
- ¿Solo ahorras lo que sobra?

## DEUDA

- ¿Tu deuda es “buena” o “mala”?
- ¿Es manejable?
- ¿Pagas completo y a tiempo?
- ¿Qué tal está tu calificación de crédito?

## PLANEACIÓN A FUTURO

- ¿Planeas e inviertes en tu futuro?
- ¿Tienes seguros y fondo de retiro?
- ¿Ya sabes como te vas a retirar?

Seguramente, tus respuestas te han hecho tener un algún sentimiento. Ahora contéstate, ¿Cuál crees que es el estado de tus finanzas?

😊 Bueno

😐 Regular

😞 Malo

Pregúntate también, ¿Qué nivel financiero crees tener?, ¿En qué nivel financiero tu gustaría estar?



# CONTACTO

 [consultas@bfactuarios.com](mailto:consultas@bfactuarios.com)

 55 5651 0018

 [bfactuarios.com](http://bfactuarios.com)

**AHORA ESTAS  
MEJOR PREPARADO  
PARA TENER UNAS  
FINANZAS MÁS  
SANAS**

