

GUÍA PRÁCTICA PARA CREAR UN PRESUPUESTO MENSUAL

CONTROLA TUS FINANZAS Y EVITA GASTAR MÁS



ZULEIMA QUINTERO

INTRODUCCIÓN

Bienvenido a esta guía que te ayudará a tomar el control de tus finanzas de manera efectiva.

Crear un presupuesto mensual te permite visualizar con claridad tus ingresos y gastos, para que no solo puedas evitar gastar más de lo que ganas, sino también planificar para el futuro.

¡Vamos a comenzar este viaje hacia una vida financiera más saludable!



[Zuleima Quintero](#)

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE UN PRESUPUESTO MENSUAL?

En este capítulo:

¿Para qué sirve un presupuesto mensual?

Tener un presupuesto mensual es como tener un mapa claro de tus finanzas. Un presupuesto te ayuda a comprender, de forma concreta, cómo y en qué se está gastando tu dinero, permitiéndote tomar decisiones informadas para alcanzar tus objetivos financieros.

Ya sea que estés buscando ahorrar, reducir deudas o simplemente tener más control sobre tus finanzas, un presupuesto te da claridad y control sobre cada aspecto.

1. Alcanzar tus metas financieras: Al saber dónde va cada dólar, puedes establecer objetivos específicos, como ahorrar para un fondo de emergencia, realizar una gran compra o planificar un viaje. Un presupuesto te ayuda a visualizar cada meta, asignar fondos y monitorear tu progreso sin sentir que pierdes el control.





2. Evitar y reducir las deudas: Con un presupuesto bien planeado, es menos probable caer en gastos impulsivos que terminan generando deudas. Al conocer tus ingresos y saber cuánto puedes gastar sin comprometer tus finanzas, puedes evitar las tarjetas de crédito o préstamos innecesarios. Además, si ya tienes deudas, un presupuesto te ayudará a pagarlas estratégicamente para que puedas salir de ellas más rápido.

3. Crear estabilidad y bienestar financiero: La estabilidad económica va de la mano con la tranquilidad mental. Tener un plan de ingresos y gastos significa menos sorpresas y estrés. Puedes planear con antelación para gastos fijos y variables, como facturas de servicios, renta o imprevistos, minimizando el impacto de gastos inesperados y ayudándote a estar mejor preparado para ellos.

BENEFICIOS DE UN PRESUPUESTO MENSUAL

1. Reducción del estrés financiero: Llevar un control de tus finanzas te brinda mayor tranquilidad. Con un presupuesto, sabes exactamente cuánto dinero tienes disponible, lo cual reduce el estrés relacionado con las finanzas. Esto te permite concentrarte en otros aspectos de tu vida con la confianza de que tus finanzas están bajo control.



2. Planificación para el futuro: Un presupuesto te da la posibilidad de pensar en el largo plazo. Ya sea que quieras ahorrar para la educación, el retiro, o incluso una futura compra importante, un presupuesto es una herramienta esencial para planificar de forma estratégica, asignando fondos y visualizando tus objetivos a mediano y largo plazo.

3. Mayor control sobre tus decisiones: financieras Al establecer límites de gastos en cada categoría, puedes tomar decisiones informadas y responsables. El presupuesto te permite ver cuáles son tus prioridades, ajustar gastos si es necesario y asegurarte de que estás invirtiendo tu dinero en cosas que realmente importan para ti y tu futuro.



PASOS PARA CREAR TU PRESUPUESTO MENSUAL

Paso 1: Calcula tus ingresos mensuales. La base de un presupuesto sólido es tener claridad sobre cuánto dinero entra cada mes. Para esto, es fundamental sumar todos tus ingresos netos, es decir, aquellos ingresos que realmente tienes disponibles después de impuestos y deducciones.

- **Incluye todas las fuentes de ingresos:** Además de tu salario, asegúrate de agregar cualquier ingreso adicional, como bonos, comisiones, trabajos por cuenta propia o incluso rentas de propiedades.
- **Considera ingresos variables:** Si tus ingresos no son fijos cada mes, como en el caso de freelancers o trabajadores por comisiones, calcula un promedio mensual basado en los últimos tres a seis meses.

Tener esta cifra clara te permitirá saber de cuánto dispones realmente y planificar tus gastos de acuerdo con tus ingresos, evitando comprometerte con pagos que no puedes sostener.

El siguiente paso es desglosar a fondo tus gastos mensuales, dividiéndolos en dos categorías esenciales para entender cómo y en qué estás destinando tu dinero:

- **Gastos fijos:** Estos son los gastos que permanecen constantes cada mes. Incluyen el alquiler o hipoteca, pagos de seguros, préstamos, servicios básicos como agua y electricidad (siempre que tengan una cantidad fija), y cualquier otro gasto recurrente. Estos gastos no suelen cambiar, por lo que son la base de tu presupuesto.
- **Gastos variables:** Son aquellos que fluctúan mes a mes. En esta categoría entran gastos como alimentación, transporte, entretenimiento, compras personales y actividades de ocio. Aquí es importante ser realista sobre cuánto gastas mensualmente, y recordar incluir gastos de temporada, como vacaciones o compras especiales.
 - **Gastos no mensuales:** No olvides aquellos gastos que se pagan anualmente, trimestralmente o en una frecuencia distinta, como seguros de coche, impuestos, membresías, etc. Para que el impacto sea menos abrupto en tu presupuesto mensual, divide estos pagos en partes iguales y ahórralos mensualmente.



Paso 3: Compara tus ingresos y gastos
Este es el momento de evaluar la salud de tus finanzas. Al restar tus gastos totales de tus ingresos totales, obtendrás una cifra clave:

- **Excedente:** Si tienes dinero restante, felicidades, ¡estás en un buen punto para empezar a ahorrar o invertir! Este sobrante puede destinarse a tus metas financieras, como ahorros o inversión.
- **Déficit:** Si tus gastos superan tus ingresos, es momento de hacer ajustes. Empieza revisando los gastos variables, ya que estos suelen ofrecer más flexibilidad. Considera reducir salidas, optimizar gastos de transporte o reducir suscripciones no esenciales.

Realizar esta comparación mes a mes te permitirá ajustar tu presupuesto en tiempo real y hacer cambios a medida que tu situación financiera evolucione.



CAPÍTULO 3

08

CÓMO AJUSTAR TU PRESUPUESTO MENSUAL

Una vez que tienes claro cuánto gastas y cuánto ganas, es posible que notes que tus gastos están excediendo tus ingresos. ¡No te preocupes! Este es un paso clave para ajustar tus finanzas y evitar el endeudamiento. Aquí te mostramos cómo reducir esos gastos y mantener un balance positivo.

1. Revisa tus gastos variables

Los gastos variables, como los de entretenimiento, comidas fuera de casa, o compras personales, son el lugar perfecto para hacer ajustes. A diferencia de los gastos fijos, estos no son indispensables y tienden a variar cada mes.

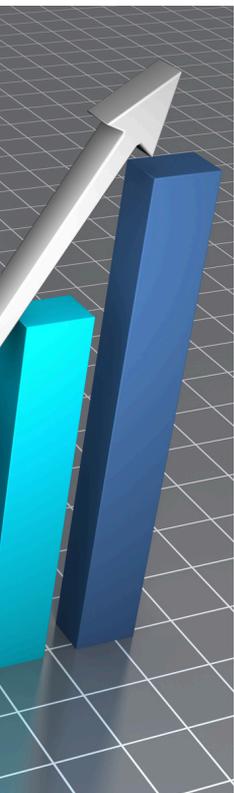
- Evalúa tus gastos en ocio y entretenimiento: Salir a comer o divertirse es importante, pero hacerlo con frecuencia puede ser costoso. Considera alternativas más económicas, como cocinar en casa, ver una película en casa o explorar actividades gratuitas.

- **Analiza las compras impulsivas:** Las compras espontáneas pueden sumar más de lo que imaginas. Antes de comprar algo que no es esencial, espera unos días para asegurarte de que es realmente necesario. Este pequeño hábito puede reducir gastos innecesarios significativamente.

2. Corta gastos innecesarios

No todos los gastos son esenciales, y algunos pueden ser eliminados temporalmente sin afectar tu calidad de vida. Aquí es donde puedes encontrar ahorros importantes:

- **Suscripciones y membresías:** Revisa si realmente usas todos los servicios a los que estás suscrito, como streaming, gimnasios o apps de entretenimiento. Eliminarlas o suspenderlas puede reducir considerablemente tus gastos.
- **Compras no planificadas:** Considera hacer una lista antes de salir de compras y evitar desviarte de ella. Además, planificar las compras del hogar puede ayudarte a evitar gastos por duplicado o productos innecesarios.



3. Ajusta tus prioridades

Cuando los ingresos no alcanzan, es importante priorizar los gastos que realmente apoyen tu bienestar y tus metas a largo plazo.

- **Enfócate en lo esencial:** Prioriza los pagos necesarios, como alquiler, transporte y alimentación. Evitar la acumulación de deuda en estos aspectos básicos es fundamental para una buena salud financiera.
- **Define metas financieras:** Si tienes metas, como ahorrar para una emergencia, invertir o reducir deudas, recuerda que ajustar tu presupuesto hoy puede acercarte a esos objetivos. Cada ajuste que realices ahora fortalece tus finanzas en el largo plazo.

REFLEXIONA Y MANTÉN LA CONSTANCIA

Hacer ajustes en el presupuesto no se trata solo de recortar. También es una oportunidad para reflexionar sobre tus hábitos y desarrollar una mentalidad de ahorro y planificación. Pequeños cambios pueden generar un gran impacto con el tiempo, y al enfocarte en lo esencial, puedes lograr estabilidad financiera y alcanzar tus metas.

CAPÍTULO 4

11

HERRAMIENTAS Y RECURSOS PARA MANTENER TU PRESUPUESTO BAJO CONTROL

Una vez que tienes un presupuesto diseñado, el siguiente paso es asegurarte de cumplirlo mes a mes. Hoy en día, existen múltiples herramientas y métodos que pueden hacer que este proceso sea más simple y accesible. Aquí te presentamos algunas opciones prácticas para mantener tu presupuesto bajo control y alcanzar tus metas financieras.

1. Aplicaciones de Presupuesto

Las aplicaciones móviles han revolucionado la manera en que manejamos nuestras finanzas, permitiéndote monitorear tus ingresos y gastos desde cualquier lugar. Algunas de las más populares incluyen:

- **Mint:** Esta aplicación gratuita permite sincronizar tus cuentas bancarias, tarjetas y otros servicios financieros, proporcionando una visión integral de tu situación financiera. Puedes ver todos tus gastos categorizados y recibir alertas sobre facturas y cargos inusuales.

[Zuleima Quintero](#)

- **YNAB (You Need A Budget):** Basada en el principio de “darle a cada dólar un propósito,” YNAB te ayuda a organizar tus gastos de manera proactiva y alcanzar tus objetivos financieros. Ideal si quieres evitar gastos impulsivos y priorizar tus metas.
- **Spendee:** Te permite monitorear tu presupuesto y crear categorías específicas para gastos. Además, su versión en línea y móvil hace que puedas tener acceso desde cualquier dispositivo, lo que te facilita revisar tu situación económica de forma práctica y en tiempo real.

2. Hojas de Cálculo

Si prefieres una opción más personalizable, las hojas de cálculo pueden ser una excelente alternativa. Con ellas, puedes adaptar y organizar tu presupuesto de acuerdo con tus necesidades específicas.

- **Plantilla de Excel:** Usar una plantilla de presupuesto en Excel te permite ajustar tus categorías, añadir detalles específicos de tus gastos y hacer un seguimiento preciso de tus ingresos. Este método es ideal si prefieres un enfoque más controlado y manual.



- **Actualización mensual:** Actualizar tus ingresos y gastos cada mes te permitirá mantener una visión clara de tu flujo de efectivo. De esta manera, puedes hacer los ajustes necesarios y controlar mejor tus gastos.

3. Sobres de Efectivo

El método de sobres de efectivo es una forma práctica y visual para manejar tus gastos variables, y funciona especialmente bien si tiendes a gastar en efectivo.

- **Asignación por categoría:** Divide tus gastos variables en categorías, como alimentación, entretenimiento y transporte. Coloca el dinero destinado para cada categoría en un sobre y usa solo ese efectivo para los gastos correspondientes durante el mes.
- **Control del gasto:** Este método te permite tener un control claro de tus límites, ya que una vez que el dinero en el sobre se acaba, no puedes gastar más en esa categoría. Esto es ideal para quienes desean un control estricto sobre sus gastos variables.



CONSEJOS PARA USAR ESTAS HERRAMIENTAS

- **Sé constante:** La clave para que estas herramientas sean efectivas es usarlas de manera constante. Establece un horario semanal o mensual para revisar y actualizar tus gastos.
- **Personaliza tu sistema:** No todas las herramientas son para todos; experimenta con una o más opciones hasta encontrar la que mejor se adapte a tus necesidades y estilo de vida.
- **Revisa tus avances:** Al final de cada mes, evalúa qué tan efectivo ha sido tu sistema. Ajusta las categorías y métodos según tus metas y el comportamiento de tus gastos.



PLANIFICACIÓN PARA EL AHORRO Y EL FUTURO

Una vez que hayas logrado controlar tu presupuesto mensual, el siguiente paso es comenzar a pensar en el ahorro y planificar para el futuro.

Tener un plan financiero sólido no solo te brinda estabilidad, sino también la posibilidad de alcanzar metas personales y asegurar un futuro próspero. En este capítulo, exploraremos cómo dar los primeros pasos en la planificación financiera para el largo plazo.

1. Establece un Fondo de Emergencia

Un fondo de emergencia es la piedra angular de cualquier plan financiero. Este fondo te permite enfrentar situaciones imprevistas sin afectar tu presupuesto mensual o adquirir deudas.

- **¿Cuánto ahorrar?:** La mayoría de los expertos recomienda ahorrar entre 3 y 6 meses de tus gastos mensuales. Esto te dará un colchón suficiente en caso de imprevistos como una emergencia médica, reparaciones en el hogar o cambios laborales.



- **Creación progresiva:** Si ahorrar esta cantidad de inmediato parece abrumador, comienza por metas más pequeñas, como 1 mes de gastos, y ve incrementándolo poco a poco hasta alcanzar el fondo deseado.

2. Ahorro para Metas Específicas

Una vez que tu fondo de emergencia esté en marcha, puedes empezar a ahorrar para metas específicas que te importen y que te motiven a seguir con tu plan de ahorro.

- **Define tus metas:** Haz una lista de metas financieras que quieres alcanzar, ya sea a corto o largo plazo. Estas pueden incluir vacaciones, la compra de un automóvil, mejoras en el hogar o la educación de tus hijos.
- **Establece un plazo:** Tener un plazo definido para cada meta te ayudará a mantener el enfoque y a ajustar tu presupuesto de manera que puedas aportar a cada una de ellas de forma constante.
- **Crea un fondo para cada meta:** Puedes abrir cuentas separadas para cada objetivo o utilizar sobres (físicos o digitales) para organizar tus ahorros. Esto te ayudará a ver cómo progresas en cada meta específica.

3. Inversiones

Invertir puede parecer un paso avanzado, pero una vez que tengas control de tus finanzas y hayas establecido ahorros para emergencias y metas específicas, es una excelente manera de hacer crecer tu dinero.

- **Evalúa tu tolerancia al riesgo:** Antes de invertir, identifica cuánto riesgo estás dispuesto a asumir. Esto determinará el tipo de inversiones que se adapten mejor a ti, como inversiones conservadoras, moderadas o de alto riesgo.
- **Comienza con lo básico:** Puedes empezar con inversiones sencillas como cuentas de ahorro de alto rendimiento, fondos de inversión indexados o certificados de depósito (CDs). Estos instrumentos financieros permiten que tu dinero crezca sin tener que estar constantemente pendiente del mercado.
- **Consulta a un asesor financiero:** Para inversiones más complejas, es útil buscar el apoyo de un asesor financiero que pueda guiarte según tus metas y perfil de riesgo. Esto puede hacer la diferencia a la hora de crear un plan de inversión que se adapte a tus necesidades.

CONCLUSIÓN

Tomar control de tus finanzas comienza con un simple presupuesto mensual.

Esta herramienta te ayudará a asegurarte de que estás viviendo dentro de tus posibilidades, que estás preparado para lo inesperado y que estás trabajando hacia tus metas financieras a largo plazo.



[Zuleima Quintero](#)