



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

Saquémosle el jugo al aguinaldo

Ocho pasos para lograr un bienestar financiero y llegar a enero con dinero

30 NOV 2020

Vida UCR



. MBA. Josué Rodríguez Salas facilitador del Taller Bienestar financiero: sacándole el jugo al aguinaldo.

El programa de Planes de salud laboral y Enlaces-OBS de la Oficina de Bienestar y Salud organizó un taller interactivo para brindar al personal que trabaja en la Universidad de Costa Rica (UCR) herramientas para una adecuada inversión del aguinaldo. Para la Master Ana Yanci Zúñiga, de la OBS las finanzas personales tienen un gran impacto en la salud de

las personas y en el contexto actual es recomendable tener herramientas para una administración óptima del dinero.

Sabemos que el aguinaldo es un salario adicional que paga el patrono, cualquiera que sea su actividad, en nuestro caso la UCR pagará este monto la primera semana de Diciembre. Según la ley costarricense a la suma del aguinaldo sólo puede rebajarse el monto que corresponde por pensión alimentaria. No se le debe aplicar ningún otro tipo de rebaja, ni cargas sociales, es por eso que es muy importante saber invertirlo.

La charla interactiva estuvo a cargo del especialista MBA. Josué Rodríguez Salas fundador de la empresa Sirú quién trabaja las finanzas desde una perspectiva del bienestar personal.

El facilitador inició utilizando la metáfora del tiempo cuestionó al público: ¿Estamos en verano o invierno? Para Rodríguez verano significa más dinero circulante. Estar en invierno financiero es cuando hay más deudas de las recomendadas y sin contar con reservas suficientes para atender las necesidades emergentes. Lo ideal para una persona es que el nivel de endeudamiento sea menos del 30% de su salario bruto y que las deudas contraídas, tengan tasas de menos del 22%. Además de contar con las reservas financieras, para poder vivir mínimo tres meses o atender situaciones emergentes, este monto se calcula sumando la cantidad mensual de los gastos recurrentes (alimentación, servicios como internet, agua, luz teléfono, pago de casa, etc.) ese dato se multiplica por tres.

Rodríguez sugiere que toda persona incluya en su presupuesto tres tipos de ahorros: emergencias, proyectos y pensión.

Con la idea de visualizar la meta para que el personal universitario pueda vivir un “enero con dinero”, el especialista brindó las siguientes recomendaciones.

Ocho consejos financieros para este fin de año

1.- **Haga una lista de regalos**, con base en sus ingresos: nuestros regalos son para demostrarle cariño a los seres queridos, de acuerdo a las posibilidades. Si no tiene dinero, regale experiencias por ejemplo un viaje a uno de nuestros volcanes, o un curso de cocina navideña, donde usted es el chef, lo puede hacer por Zoom. Esto crea empatía porque al final nos acordamos de las personas. En invierno financiero hay que cuidar cada céntimo.

2.- **Regálese tranquilidad**: hacer un Plan de deudas. ¿Cuál es el día de la semana que tengo paz, ¿a qué hora estoy más dispuesta? Elija una bebida como un café, un té o bien agua, busque el lugar favorito de su casa, y haga una lista de deudas con su respectiva tasa de interés, y cuando reciba el aguinaldo abone con una parte del mismo la deuda más cara y regálese tranquilidad.

3.- **Defina lo indispensable en este tiempo**: Por ejemplo sume los gastos en decoración y comida, en estos días nos exponemos a una enorme tentación. Visualice qué deseamos, haga el ejercicio de definir una lista para no tener cosas que en realidad no necesitamos.

4.- **Conozca su reserva financiera**, es importante tener una reserva financiera, defina cuánto es el monto mínimo al mes, trate de que una parte del aguinaldo sea para abonar a la reserva.

5.- **Finanzas personales**: Las finanzas personales son más fuertes cuando son familiares, la meta es tener dinero en enero, para eso sugiere negociar en familia organizando un desayuno familiar que facilite un ambiente para el diálogo y exprese el plan para afrontar las deudas.

6.- **Siga una fórmula:** por ejemplo 30% reservas financieras seleccione productos que paguen por encima de la inflación. Con la disponibilidad de un 30% para abonar a la deuda más grande. Y un 40% gastarlo “con ganas”. Lleve una aplicación financiera y ese día prefiera no llevar la tarjeta de crédito. El resto se destinará a la casilla feliz de su presupuesto, que brinda bienestar.

7.- **Organice una venta de garaje** es una época que mucha gente puede comprar. Haga lista de cosas y ponga precio.

8.- **Recuerde la moderación:** Es mejor comerse un tamalito tranquilo que una pierna de cerdo endeudado. La frugalidad nos permite optimizar los recursos.

Somos corazón, mente y billetera. Tengamos presente que el presupuesto es solo un medio, una herramienta, lo vital es preguntarnos ¿qué emoción estoy sintiendo?, muchas veces hacemos compras emocionales sin estar consciente, por ello es vital definir en papel qué es lo indispensable.

El taller se realizó gracias al acompañamiento de la Master Ana Yanci Zúñiga, la Dra. Viviana Calderón y el Ing. José Rodríguez, con la colaboración de la estudiante Bonus Vitae, María Fernanda Barrantes de parte de los Planes de Salud Laboral de la OBS.

Para finalizar, Josué Rodríguez expresó que el taller le permitió observar en pantalla y leer las reacciones de cada persona ante los distintos retos y consejos que se brindaron durante el evento. Esperamos que cada participante adquiriera los conocimientos y la motivación para usar de forma correcta su aguinaldo y llegar ¡a enero con dinero!

[Sonia Vargas Cordero](#)

Periodista, Unidad de Promoción de la Salud, Oficina de Bienestar y Salud

sonia.vargas@ucr.ac.cr