



Presupuesto efectivo

Gasta inteligentemente, gasta en tu felicidad

Por Alejandro Juan Marcos Barocio

Expertos financieros explican que gastar de manera inteligente (contar con una mejor planeación de nuestros presupuestos) puede hacernos más felices, en especial en la época navideña, la cual se distingue por un incremento en el consumo de la población, de acuerdo a un estudio realizado por el portal Vivanuncios en México, durante este periodo se genera un gasto mayor a 12 mil pesos en regalos, y aunque se cuente con el aguinaldo, es necesario elaborar un plan de gastos para este último mes del año, y así evitar una difícil cuesta de enero.

Antes de iniciar con compras compulsivas y derroche de nuestros ahorros, es importante quitar el tabú de que llevar a cabo un plan de gastos es sinónimo a recortar cupones de descuento y a “apretarnos el cinturón”, ya que llevar un buen presupuesto en realidad puede significar gastar más dinero (y tiempo) en cosas que realmente necesitamos y nos hacen felices (así es, presupuestar no necesariamente significa gastar menos, sino gastar inteligentemente).

¿Cómo es que el presupuesto puede impulsar la felicidad? De acuerdo al Dr. Matt J. Goren de la Universidad de Georgia, llevar un plan efectivo de nuestros gastos nos permite enfocar nuestros recursos en cosas que mejoran continuamente nuestra calidad de vida (las cuales automáticamente propician a un aumento en nuestra felicidad). Dichos gastos se dividen en cuatro categorías; los fijos, los variables, los deseos y los gastos por necesidades; al combinarlos obtenemos:

Deseos y necesidades fijas.
Deseos y necesidades variables.



Satisfacer los deseos y necesidades esenciales (fijas y variables) es primordial para nuestra felicidad. En los gastos fijos por necesidad se contempla el pago de la renta y la alimentación, en los gastos variables entran las emergencias médicas, las cuales por ser inesperadas, no solemos contemplarlas en nuestro presupuesto y puede traer estrés y desajustes en nuestra economía.

Es en el área de los deseos fijos donde podemos hacer un cambio para contribuir a nuestro bienestar; por ejemplo, podemos comprometernos en el enganche de un carro de lujo y creemos que esto es esencial para una alta calidad de vida, lamentablemente, nos adaptamos rápidamente a este nuevo estilo de vida y el atractivo de tener un auto del año tiende a desvanecerse.

Una vez que nos acostumbramos a ciertas ventajas, dejan estas de hacernos más felices, pero el gasto permanece (terminamos pagando por cosas durante largos periodos de tiempo, las cuales dejan de aumentar nuestro índice de felicidad).

Por el contrario, si destinamos más porcentaje de nuestros ingresos a deseos variables, estaremos ofreciéndole un nuevo impulso continuo de felicidad a nuestro cerebro gracias a que propiciaremos un mayor número de nuevas experiencias positivas en nuestra vida.

La implementación de algunos consejos y trucos financieros no solo beneficia a nuestra billetera; puede aumentar nuestra felicidad sobre una base diaria.

Es decir, si intentamos enfocar nuestros gastos en cosas que nos hacen felices (nuevas experiencias, sorpresas para seres queridos, obsequios y donativos) y evitamos gastar en cosas fijas que no lo hacen (pagos de automóvil, estar suscrito a Netflix + Roku + televisión por cable a la vez) a la larga, descubriremos que estamos gastando menos y disfrutando más la vida.♥