



El rol de la salud financiera en tu bienestar emocional

Si gozas de una **buena salud financiera**, estarás preparado ante imprevistos y podrás alcanzar tus metas financieras.



¿Cómo lograr una mejor salud financiera?



1 Compra de manera estratégica y evita los gastos hormiga



- **Categoriza gastos** para identificar los esenciales y elimina los innecesarios.
- **Aprovecha ofertas y descuentos** en alimentos o ropa.

2 Prioriza las deudas



- **Ordena las deudas** según su nivel de urgencia.
- Empieza **pagando las más grandes** y luego las más pequeñas.

3 Llega a acuerdos con los acreedores



- Considera acercarte a las **entidades acreedoras** para dialogar.
- Muchas veces están abiertas a llegar a **acuerdos** para saldar las deudas.

4 Aprende a invertir



- Ordena tus gastos **para tener capital**.
- Inicia con **inversiones de bajo riesgo** con rendimientos seguros.

5 Crea una cuenta de ahorro



- Guarda dinero de forma constante en una **cuenta de ahorro**.
- Así lo tendrás como **fondo de emergencia**, o para lograr alguna meta.

¡Cuida tu bienestar físico y mental y **resguarda tu salud financiera** con estos buenos hábitos!

