

Consejos para tu bolsillo



14/marzo/2025

ES TIEMPO DE MUJERES

En el marco del Día Internacional de la Mujer,
el próximo 18 de marzo la CONDUSEF realizará el

Foro Salud Financiera: Juntas hacia la Libertad Financiera.

Un espacio de reflexión y aprendizaje sobre la importancia de la
autonomía económica y el bienestar financiero de las mujeres.

Si quieres saber:

- ¿Cómo influye la educación financiera para alcanzar metas personales y profesionales y qué impacto tiene la independencia financiera en la seguridad y bienestar emocional de las mujeres?

No te pierdas el ciclo de conferencias
que tendrá, entre otros temas:

- Mujeres trabajando en sus finanzas personales.
- Ciencias de la conducta y libertad financiera de las mujeres.

Así como el Conversatorio,
**Empoderamiento financiero: decisiones
sabias de mujeres reales.**

Sigue la transmisión en vivo a partir de las 08:00, en:
[https://streamyard.com/view_on_platform/facebook?link=
https://www.facebook.com/events/985827873085939](https://streamyard.com/view_on_platform/facebook?link=https://www.facebook.com/events/985827873085939)

A través de nuestras redes sociales:



O ingresa con el código QR:

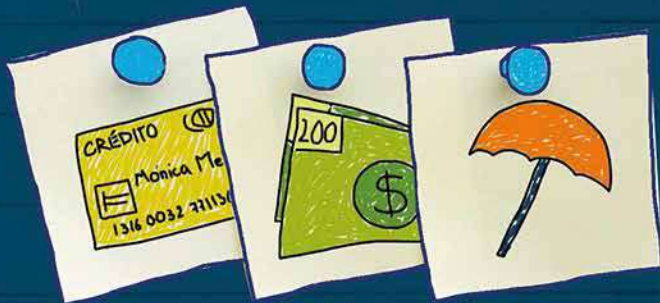


Hacienda
Secretaría de Hacienda y Crédito Público



COMISIÓN NACIONAL PARA LA PROTECCIÓN
Y DEFENSA DE LOS USUARIOS DE
SERVICIOS FINANCIEROS

Consejos para tu bolsillo



21/marzo/2025

¡NO CAIGAS EN ESTRÉS FINANCIERO!

¿Sabías que... de acuerdo con la Encuesta Nacional sobre Salud Financiera (ENSAFI) 2023, cerca de 34 millones de mujeres y hombres en el país padecen de alto estrés financiero?

Las principales causas son:

- \$ Deudas acumuladas **(48%)**
- \$ Gastos imprevistos **(45%)**
- \$ Prestamos **(39%)**
- \$ Gastar más de lo planeado **(39%)**
- \$ Dificultad para guardar dinero para metas futuras **(37%)**
- \$ Dinero insuficiente para actividades de entretenimiento **(27%)**

¡Sal del estrés financiero!

- \$ Liquida tus deudas.
- \$ Haz un presupuesto.
- \$ Reduce el uso de crédito.
- \$ Identifica tus deudas.
- \$ Gasta en lo realmente necesario.
- \$ Arma tu fondo de emergencia.
- \$ Evita los gastos hormiga.

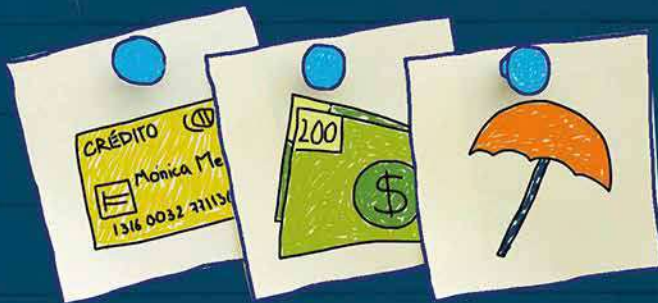
El estrés financiero puede provocar alteraciones en tu salud, como ansiedad, irritación, frustración, problemas de sueño o depresión.
Con Educación Financiera **¡Protege tu dinero y tu salud!**



Hacienda
Secretaría de Hacienda y Crédito Público



COMISIÓN NACIONAL PARA LA PROTECCIÓN
Y DEFENSA DE LOS USUARIOS DE
SERVICIOS FINANCIEROS



7/marzo/2025



PROYECTO MINERVA

es para ti

Es más que una plataforma para mujeres, se trata de un espacio para empoderarlas financieramente.

Con Proyecto Minerva:

- Toma decisiones financieras informadas.
- Comienza a planear tu futuro.
- Administra tus ingresos mediante un plan de gastos.
- Aprende a comprar de forma inteligente.
- Elige productos financieros adecuados a tus necesidades.
- Protégete de los fraudes financieros.



Inscríbete en:

<https://www.minervaeducacionfinanciera.mx>

Es tiempo de mujeres

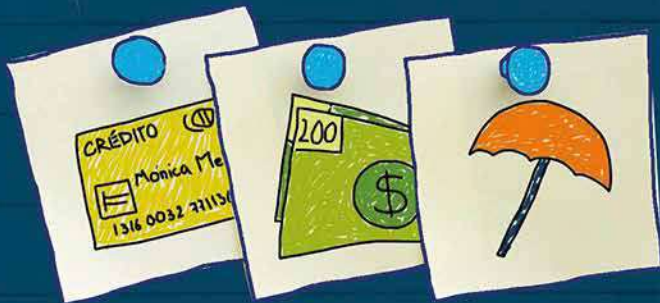


Hacienda
Secretaría de Hacienda y Crédito Público



COMISIÓN NACIONAL PARA LA PROTECCIÓN
Y DEFENSA DE LOS USUARIOS DE
SERVICIOS FINANCIEROS

Consejos para tu bolsillo



28/marzo/2025

LLEVA UNA BUENA RELACIÓN CON EL CRÉDITO

Si estás comenzando a usar tu primera tarjeta de crédito, recuerda que construir un buen historial financiero es muy importante.

Utilizado de manera responsable, el crédito puede ser una herramienta poderosa para alcanzar metas, como comprar un auto, adquirir una vivienda o financiar un proyecto personal.

¿CÓMO PUEDES ESTABLECER UNA BUENA RELACIÓN CON EL CRÉDITO?

Sigue estos consejos:

- **Establece límites realistas.**

No gastes más de lo que puedes pagar y mantén tu nivel de deuda por debajo del 30% del límite de tu tarjeta de crédito.

- **Paga a tiempo.** Los pagos puntuales son clave para construir y mantener un buen historial crediticio. Atrasarte en los pagos te puede generar intereses y afectar negativamente tu historial.

- **Conoce tu capacidad de pago.** Realiza un presupuesto mensual, esto te ayudará a saber cuánto puedes destinar al pago de tu crédito.

- **Evita el sobreendeudamiento.**

No acumules demasiados créditos al mismo tiempo.

- **Revisa tu estado de cuenta.**

La detección oportuna de irregularidades te protegerá de complicaciones financieras.



Hacienda

Secretaría de Hacienda y Crédito Público



COMISIÓN NACIONAL PARA LA PROTECCIÓN
Y DEFENSA DE LOS USUARIOS DE
SERVICIOS FINANCIEROS