

La cuesta de enero

3 mitos que la hacen más pesada

Empezar el año con la famosa “cuesta de enero” no tiene por qué ser un castigo financiero. Lo importante no es cuánto gastaste en diciembre, sino cómo te organizas para recuperar el equilibrio.

Mito 1

La cuesta de enero es inevitable.

Realidad: No es destino, es hábito. Nuestro cerebro tiende a “normalizar” los gastos altos después de un periodo festivo. Puedes suavizarla ajustando tus gastos, priorizando pagos. Usa un recordatorio visible (nota en la cartera o alarma semanal) para reforzar tu límite.

Mito 2

Pide prestado y después ves cómo lo pagas.

Realidad: Los créditos rápidos o informales pueden convertirse en una carga difícil de sostener. Mejor, busca consolidar o reestructurar tus deudas o extender plazo.

Mito 3

Todo está más caro en enero.

Realidad: Sí hay incrementos, pero el verdadero problema suele ser la falta de claridad en los gastos (punto ciego financiero).

Lleva un registro semanal, no mensual. Las revisiones cortas funcionan mejor porque hacen que el proceso sea menos pesado.

Decide mejor tu dinero y sin culpas

Al momento de gastar, actúan dos fuerzas:

Emoción, que busca satisfacción inmediata.

Reflexión, que piensa en el impacto a futuro.

¡Retomemos las bases!

Necesidades

Son los gastos indispensables para tu bienestar y estabilidad.

Cubren lo básico para vivir y mantener tus ingresos.

Incluyen:

- Vivienda y servicios básicos
- Alimentación
- Salud
- Transporte y trabajo

Sin ellos, tu tranquilidad se ve afectada.

Deseos

Son gastos que aportan comodidad, gusto o disfrute, pero no son urgentes.

Se caracterizan por:

- Hacer la vida más agradable.
- Ser legítimos y valiosos: disfrutar y darte gustos también forma parte de tu bienestar.
- No ponerte en riesgo si los pospones.

Funcionan mejor cuando llegan después de cubrir lo indispensable.

Ninguna es mala; el equilibrio surge cuando te das un momento para pensar antes de decidir. Con prisa o cansancio, todo parece urgente; con calma, es más fácil poner las prioridades en su lugar.



Hacienda
Secretaría de Hacienda y Crédito Público



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