

Programa de empoderamiento financiero

Cómo avanzar mediante la gestión financiera



Módulo Cinco:

Creación de técnicas presupuestarias

Ahorro e inversión
Seguros y educación



MÓDULO CINCO: Creación de técnicas presupuestarias

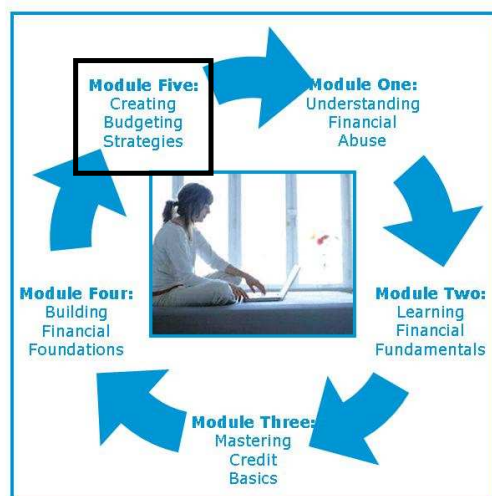
A fin de prepararse para un futuro estable, las sobrevivientes que han sufrido el abuso doméstico deben empezar por aprender a presupuestar sus finanzas de manera independiente.

Este módulo presenta medidas que usted puede adoptar para manejar su presupuesto, fijarse metas financieras adecuadas y ahorrar dinero, así como otros temas de ahorro de dinero más avanzados, tales como planificación de la inversión y educación.

Además, tenga en cuenta que la información que se presenta en este programa tiene como fin servir de orientación general para personas involucradas en una relación de abuso. Sin embargo, no todas las situaciones son iguales. Entonces, si necesita orientación específica respecto de su situación particular, deberá comunicarse con una consejera sobre violencia doméstica, asesora financiera o abogado.

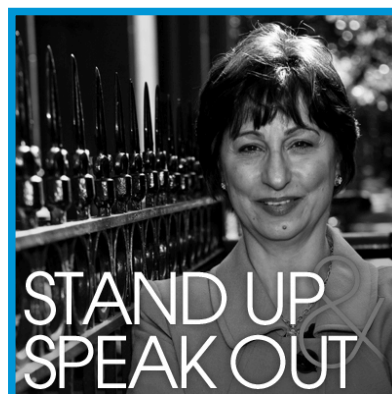
Los objetivos de este módulo son:

- Explicar los conceptos básicos del manejo de su presupuesto individual.
- Identificar cómo fijarse metas financieras adecuadas y alcanzables.
- Indicar estrategias que le ayuden a ahorrar dinero a corto y largo plazo.
- Describir las diversas opciones para invertir su dinero.
- Explicar las diversas opciones de seguros disponibles.
- Recordar la importancia de una educación sólida y cómo tratar de obtener un título universitario.



Los temas clave que se cubren en este módulo incluyen:

- Conceptos básicos de elaboración de un presupuesto
- Fijación de metas financieras
- Estrategias para ahorrar
- Opciones de inversión
- Seguros
- Oportunidades de educación



Línea directa nacional sobre violencia doméstica: 1-800-799-SAFE (7233)



Un caso de supervivencia

Laura, una ejecutiva de éxito, ha ocultado el dolor de su matrimonio abusivo durante muchos años. Esperó durante mucho tiempo que terminara la violencia, pero a pesar de todas sus promesas, Jaime continúa actuando cruelmente con ella. En teoría, Laura y Jaime parecen tener una relación muy lucrativa y exitosa. Pero esto no es así. A pesar de su carrera de éxito, altamente remunerada, Laura debe pedir permiso para comprar cualquier cosa y no sabe qué poseen en común.

Después de 13 años de matrimonio, ha decidido abandonar a Jaime. No sabe por dónde comenzar a separar las responsabilidades financieras que habían compartido. Jaime ha vaciado su cuenta de ahorro y su fondo del mercado monetario, dejándola sin acceso a fondos en efectivo. Ella teme que nadie le creerá, y no quiere que sus colegas se enteren de que es víctima de abuso. Teme que la percepción que tienen de ella pueda cambiar.

Si su situación es similar de alguna forma a la de Laura, lea esta sección para prepararse para dejar a su abusador. Las mujeres que deciden emprender cambios que afectan toda su vida deberían hablar con una consejera de violencia doméstica para analizar inquietudes y obtener ayuda para planear su seguridad financiera y física.

Como han aprendido en este programa, la historia de Laura es la de muchas sobrevivientes de la violencia doméstica, pero hay esperanza y hay personas, programas y organizaciones dispuestas y preparadas para ayudarla.

Hoy, Laura se ha vuelto a casar, es feliz y trabaja como presentadora pública para la Red Nacional para Terminar con la Violencia Doméstica. Ella desea cambiar la percepción de la violencia doméstica y se considera orgullosa de representar a esta encomiable organización. Laura ha menudo se pregunta qué habría sido de ella si no se hubiera comunicado con el programa local de violencia doméstica y no hubiera tenido sesiones individuales con su consejera.

Conceptos básicos de elaboración de un presupuesto

La planificación financiera es esencial. Ya sea que usted viva con su compañero y nunca se haya casado o intente separarse o divorciarse, puede obtener ayuda para resolver sus deudas, tener acceso a seguros y obtener otras formas de apoyo financiero con miras a la seguridad financiera.

La definición de seguridad financiera varía para cada persona. Para algunas, significa poder alimentarse, tener alojamiento y un empleo decente. Para otras, significa poder vivir donde quieren, costear el cuidado de los niños y tener un automóvil. Y para otras, la seguridad financiera se define por la preparación para una jubilación segura, el disfrute de vacaciones, poseer una casa y pagar la educación universitaria.

La seguridad financiera es una de las numerosas razones por las cuales tomar la decisión de terminar una relación abusiva resulte difícil. La mayoría de las mujeres comprueban que su nivel de vida disminuye después de terminar una relación abusiva y las que no tienen empleo pueden tener que trabajar para su sustento y el de sus hijos. Esto suele ser sobrecogedor y aterrador.

Independientemente de la forma en que usted defina la seguridad financiera, si toma la decisión de dejar a un compañero abusivo, recuerde que no está sola. Los proveedores de servicio comunitario la ayudarán a superar sus problemas de seguridad, e identificar programas de asistencia, crear planes y estrategias adecuadas para recuperar el control de su vida. Comience con la elaboración de un presupuesto. Un presupuesto la ayudará a entender cómo emplea su dinero.

Para crear un presupuesto, puede seguir estos pasos:

Paso 1: Determine su ingreso mensual neto

Este es el dinero que recibe después de deducir los impuestos, el Seguro Social, el seguro, etcétera.

Paso 2: Identifique sus gastos mensuales

Los gastos mensuales incluyen la renta y los servicios públicos, así como los que ocurren periódicamente, como el seguro del automóvil y los gastos médicos.

Paso 3: Sustraiga sus gastos mensuales de sus ingresos

La diferencia entre sus ingresos y sus gastos indica si le queda o no algún dinero de más. Si tiene dinero extra, tendrá que decidir si lo va a gastar o lo va a ahorrar. ¿Puede reducir los gastos o ganar más dinero para cubrir faltantes? Al distinguir entre necesidades y deseos, usted puede identificar aquellas áreas en las que podría estar gastando de más.

Para continuar el proceso de presupuestación, complete el formulario de la página siguiente.

Conceptos básicos de elaboración de un presupuesto (continuación)

Formulario de presupuesto personal

Ingreso mensual (cheques o efectivo):

Gastos fijos mensuales:

Renta/hipoteca (principal, impuesto, seguro)	
Seguro de vida	
Seguro médico	
Seguro de vehículo	
Seguro por discapacidad	
Seguro doméstico	
Pago del automóvil	
Pagos de otros créditos	
Ahorro	
Ahorro para emergencias	
Otros (listar)	

Gastos mensuales flexibles:

Servicios (electricidad, gas, agua, teléfono, combustible, etc.)	
Pagos de tarjetas de crédito	
Mantenimiento del auto (gasolina, aceite, etc.)	
Comida (en su casa y fuera de la casa)	
Ropa	
Enseres domésticos	
Costos médicos/dentales	
Recreación/entretenimiento	
Donaciones y le decía/otras beneficencias	
Guardería infantil	
Educación	
Gastos personales	
Otros (listar)	

Total de gastos mensuales:

Total de ingresos menos total de gastos:

Sumar o restar saldo del mes anterior:

Conceptos básicos de elaboración de un presupuesto (continuación)

Al ahorro se lo lista como una categoría porque se le debe tratar como parte de su presupuesto. Es importante apartar algún dinero cada mes para el ahorro, si es posible.

Empiece decidiendo cuánto le resulta cómodo ahorrar cada mes. Cuando haya determinado esa cantidad, páguese primero a usted misma. Antes de pagar las cuentas, aparte el dinero destinado para su ahorro. Después pague sus otras cuentas. Si no tiene dinero suficiente para cubrir todos los gastos, encuentre maneras de reducir sus gastos o de aumentar sus ingresos. Esto podría significar que deba trabajar horas extras, evitar comer afuera o limitar los gustos de sus hijos. Tal vez le parezca difícil, pero se sentirá bien al saber que ha ahorrado dinero para el futuro. Con el tiempo, pagarse primero le resultará más fácil, y se preguntará por qué no lo habrá hecho antes.

El presupuesto es una herramienta que la ayudará a tomar importantes decisiones de gastos. Si está considerando tener una relación financiera con su compañero, es importante que revise todos sus activos para averiguar si podrá mantenerse y cubrir a su familia. Cuando termina una relación, sus ingresos y sus activos financieros pueden cambiar considerablemente. Si se toma el tiempo de determinar cuánto dinero necesitará para mantener a su familia antes de finalizar la relación, podrá prepararse por adelantado para satisfacer las necesidades financieras de su familia.

Además de los recursos impresos para elaborar presupuestos, también encontrará recursos gratuitos en Internet, tales como www.MINT.com o www.QuickenOnline.com.

Si no tiene dinero suficiente para mantener a su familia, o si tiene una deuda mayor, ¡no desespere! La deuda es común en los Estados Unidos, y hay muchos recursos para ayudarla a manejarla. No permita que su temor a la deuda le impida terminar una relación con un abusador.

- Documente los activos que tiene actualmente tales como vivienda, apoyo de guardería infantil, trabajo de tiempo parcial, seguro médico, automóvil, etc.
- Revise sus obligaciones financieras. ¿Tiene deudas de tarjeta de crédito o le debe dinero a la familia o a los amigos? Al entender cuánta deuda tiene, puede manejar mejor sus finanzas.

Este ejercicio la ayudará a determinar si necesita apoyo financiero adicional. Si no tiene activos en una categoría particular, desarrolle un plan para acceder a los recursos disponibles en su comunidad local.

Trabaje con su consejera de violencia doméstica para desarrollar un plan que le permita acceder a los recursos de su comunidad. Una consejera también puede ayudarla a identificar sus recursos financieros y reducir su deuda. Cuando tenga una idea clara de sus obligaciones, elabore un plan para reducirlas y eliminarlas. El programa de violencia doméstica de su localidad está asociado a organizaciones que pueden ayudar.

Conceptos básicos de elaboración de un presupuesto (continuación)

Revisión de los gastos y las responsabilidades financieras

Revise cada categoría y marque el recuadro que describa mejor su situación. Si hay áreas donde necesita recursos adicionales o necesita reducir sus obligaciones, trabaje con su consejera.

<i>Su hoja de trabajo personal: Revisión de sus activos</i>			
	Estoy segura de que los recursos servirán para mantenerme con mis hijos	No estoy segura de que mis recursos actuales puedan mantenerme con mis hijos	Necesito ayuda adicional para mantenerme con mis hijos
Ingresos – Salario, sostén de hijos (mediante una orden de protección o un decreto de divorcio), asistencia pública, etc.			
Ahorro – Dinero para emergencias, educación de hijos, jubilación, etc.			
Vivienda – Segura, asequible			
Seguro – Médico, de vida, de auto, por discapacidad, etc.			
Transporte – Acceso al transporte público o a un auto fiable y recursos para pagar el seguro del auto y los gastos de mantenimiento -			
Cuidado de niños-guardería, niñera			
Otros activos			
<i>Su hoja de trabajo personal: Revisión de sus obligaciones</i>			
	No tengo problemas para manejar esta deuda	Puedo seguir haciendo pagos pero tal vez necesite ayuda para manejarlos	Ya no puedo seguir pagando esta deuda y necesito asistencia
Préstamo para comprar un automóvil			
Deuda de tarjetas de crédito			
Préstamos estudiantiles			
Deuda médica			
Préstamos del día de pago			
Préstamos sobre el título			
Préstamos de la familia			
Préstamos para comprar una casa			
Otras obligaciones			

Fijación de metas financieras

Para manejar su dinero prudentemente, fíjese metas financieras y establezca un presupuesto para ayudarse a cumplirlas.

¿Cuáles son sus metas financieras personales? Por ejemplo, si tuviera \$1,000, ¿qué haría con eso? ¿Comprar un auto? ¿Crear un fondo de ahorro para emergencias? Sea lo que fuere que haya elegido, seguramente podrá categorizarse como una meta financiera; por lo tanto, para cumplir sus metas financieras tendrá que manejar sus finanzas y apartar dinero con regularidad.

Metas financieras y emociones

Para muchas de nosotras, las emociones y el dinero están estrechamente relacionados y gastar para llenar una necesidad emocional puede ser difícil cuando uno debe ajustarse a un presupuesto. Si le resulta difícil ceñirse a su presupuesto, hágase estas preguntas: ¿Hago estas compras para sentirme mejor? ¿Qué emoción me impulsa, y hay alguna otra forma en que pueda satisfacer esta necesidad?

Por ejemplo, después de su divorcio Carlota finalmente se sintió libre. En su matrimonio, su esposo controlaba todos los gastos y ella casi nunca podía ni siquiera elegir la ropa que podía ponerse. Carlota sentía que merecía comprar nuevas ropas y disfrutar de su nueva libertad. Al principio, mantuvo sus compras en un mínimo pero con el tiempo las compras fueron aumentando. Carlota tenía dificultades financieras y estaba enojada por el abuso que había sufrido. Las compras se convertían en una manera de demostrar su ira pero la endeudaban cada vez más. Después de identificar lo que estaba ocurriendo, Carlota trabajó con su consejera para encontrar otras maneras de expresar sus sentimientos y logró controlar sus gastos.

Otro ejemplo es el de María y Vicente. María huyó a un refugio con sus tres hijos para escapar del abuso de Vicente. Después de pasar dos meses en un refugio la familia se mudó a un programa de vivienda de transición. La familia estaba ahora segura, pero era difícil vivir con menos ingresos. Los niños a menudo se quejaban de que extrañaban su antiguo vecindario y frecuentemente la acosaban con rabietas porque no podían tener los juguetes nuevos que querían. Para peor, cada vez que los niños iban a visitar a Vicente él les compraba cosas y los llevaba a los lugares que María no podía costear. Los niños culpaban a María de la situación y ella se sentía culpable de que hubieran tenido que experimentar el abuso de Vicente y de que ahora ella no pudiera darles las cosas materiales que querían. No entendía por qué los niños no reconocían sus esfuerzos, ya que fue ella quien siempre trabajó arduamente para llevarlos a un lugar seguro y ahora hacía lo más que podía. Sin saber qué hacer, María comenzó a comprar cosas para los niños que estaban fuera de su alcance financiero.

Éstos son tan sólo algunos ejemplos de cómo el gastar puede constituir un elemento emocional en su vida y cómo puede plantear dificultades para ajustarse a un presupuesto.

Fijación de metas financieras (continuación)

Estrategias para enfrentar las emociones y el dinero

Tener un plan puede ayudarla a superar las emociones que la impulsan a comprar productos que no necesita.

Paso 1:

Escriba metas e identifique cuánto tiempo y dinero necesitará para cumplirlas.

Paso 2:

Tenga a mano sus metas escritas y recuérdese a menudo de las prioridades que se ha fijado. Esto puede ayudarla a no desviarse en caso de que sus emociones se apoderen de la situación.

Paso 3:

Identifique sus sentimientos y determine si se está tentando para gastar de más debido a sus emociones. Si es así, considere una forma alternativa de satisfacer su necesidad y recuérdese cómo se sentirá cuando tenga éxito y logre cumplir sus metas.

Como consejo final antes de hacer una compra, investigue para estar segura que está pagando un precio justo. No pague de más si se "enamora" de algo. Y no gaste más de lo que pueda costear. Si paga más de lo que puede costear, tardará más en lograr sus metas financieras.

Si sus hijos son suficientemente grandes como para entender los beneficios de gastar menos hoy para alcanzar metas futuras, hable de esto con ellos. Es posible que le ayuden a cumplir sus metas financieras.

Enseñar a los hijos a manejar el dinero es un reto. Pero si les enseña la diferencia entre "necesidades" y "deseo", cómo presupuestar y cómo ahorrar, ellos sabrán más que muchos adultos. Si usted no les enseña estas importantes lecciones, ellos serán como la mayoría de los millones de estadounidenses que acumulan una deuda enorme.

Fijación de metas financieras (continuación)

La mejor manera de enseñar finanzas a los niños es dando el ejemplo. Ellos prestarán atención a lo que usted diga sobre el dinero y sobre cómo manejarlo. Demuestre prudencia con el dinero. Permita que sus hijos vean su presupuesto, comparen antes de comprar y hagan aportes regulares a una cuenta de ahorro.

Maneras económicas de que usted y sus hijos se den algunos gustos... sin vaciar los cofres	
<p>Sus gustos personales:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arréglese las uñas • Disfrute de su postre favorito • Lea un buen libro • Pase tiempo con una buena amiga • Salga a dar un paseo 	<p>Los gustos de sus hijos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hágales un pastel • Léales un cuento • Rente un video o tome uno prestado de la biblioteca • Participe con ellos en su juego favorito • Invite a sus amigos a pasar la noche

Estrategias para ahorrar

Un fondo de ahorro para emergencias debe tener dinero suficiente para pagar tres a seis meses de gastos de mantenimiento tales como las reparaciones del automóvil o una gotera del techo, de modo que evite pagar intereses en una tarjeta de crédito o privarse de estas necesidades. Si no cree que pueda llegar a ahorrar esta cantidad de dinero, empiece a ahorrar lo más que pueda. ¡Cada dólar ayuda!

Es importante reservar dinero sistemáticamente y tocarlo solamente en casos de verdaderas emergencias. Es mejor ahorrar \$10 cada mes que \$25 de vez en cuando. Aparte el dinero haciendo un depósito en su cuenta como si tuviera que pagar una cuenta mensual.

Devengar interés en su cuenta de ahorros es importante y la mejor manera de garantizar su éxito financiero futuro es empezar a ahorrar hoy mismo. El secreto del dinero es el ahorro combinado con el milagro del interés compuesto. Hasta los rendimientos más modestos pueden generar verdadera riqueza si se les da suficiente tiempo y dedicación.

Según www.getrichslowly.org, la capitalización puede parecer tediosa y aburrida. "¿Pero qué importa si mi dinero gana 3.85% en una cuenta de ahorro de alto rendimiento?" podría preguntarle usted. "¿Qué importa si no media un crecimiento anual de 8% en un fondo mutuo? ¿Por qué es importante empezar a invertir ahora?"

Por ejemplo, si Berta, que tiene 20 años de edad, hace un solo aporte de \$5,000 a su cuenta de jubilación y devenga un rendimiento anual promedio de ocho por ciento, y si nunca toca ese dinero, esos \$5,000 crecerán hasta \$160,000 para la fecha en que se jubile a la edad de 65.

Pero si espera hasta la edad de 39 para hacer su inversión única, esos \$5,000 crecerían solamente hasta \$40,000. El tiempo es el ingrediente principal de la magia que es la capitalización.

La capitalización resulta más poderosa cuando se hacen depósitos e inversiones con regularidad. Es extraordinario que un solo aporte de \$5,000 a la cuenta de jubilación puede crecer hasta \$160,000 en 45 años, pero es aún más emocionante ver lo que ocurre cuando Berta adopta el hábito de ahorrar. Si ella aporta \$5000 anualmente a su cuenta de jubilación durante 45 años, y si deja dinero para que gane un rendimiento promedio de ocho por ciento, su ahorro para la jubilación ascenderá a más de \$1.93 millones. Terminará teniendo más de ocho veces la cantidad que aportó.

Dejar las cosas para más adelante es propio de la naturaleza humana. "Puedo empezar a ahorrar el año que viene", se dice a sí misma. "No tengo tiempo de abrir una cuenta de jubilación, lo haré más adelante". Pero el costo de demorarse es enorme. Cada año constituye una diferencia. En la página siguiente se presenta un cuadro que ilustra el costo de dejar las cosas para más adelante. Una vez más, nos basamos en Berta, de 20 años de edad.

Estrategias para ahorrar (continuación)

Start	End	Annual Contribution	Investment Return	Final Value
18	65	\$4,267.01	8.00%	\$1,932,528.09
19	65	\$4,618.57	8.00%	\$1,932,528.09
20	65	\$5,000.00	8.00%	\$1,932,528.09
21	65	\$5,414.01	8.00%	\$1,932,528.09
22	65	\$5,863.56	8.00%	\$1,932,528.09
23	65	\$6,351.91	8.00%	\$1,932,528.09
24	65	\$6,882.69	8.00%	\$1,932,528.09
25	65	\$7,459.87	8.00%	\$1,932,528.09
26	65	\$8,087.88	8.00%	\$1,932,528.09
27	65	\$8,771.62	8.00%	\$1,932,528.09
28	65	\$9,516.55	8.00%	\$1,932,528.09
29	65	\$10,328.73	8.00%	\$1,932,528.09
30	65	\$11,214.97	8.00%	\$1,932,528.09
31	65	\$12,182.67	8.00%	\$1,932,528.09
32	65	\$13,240.97	8.00%	\$1,932,528.09
33	65	\$14,398.91	8.00%	\$1,932,528.09
34	65	\$15,667.55	8.00%	\$1,932,528.09
35	65	\$17,059.26	8.00%	\$1,932,528.09
36	65	\$18,588.09	8.00%	\$1,932,528.09
37	65	\$20,270.10	8.00%	\$1,932,528.09
38	65	\$22,123.77	8.00%	\$1,932,528.09
39	65	\$24,170.37	8.00%	\$1,932,528.09
40	65	\$26,434.62	8.00%	\$1,932,528.09

Si Berta hace aportes anuales de \$5,000 a su cuenta de jubilación, y devenga un rendimiento del ocho por ciento, tendrá \$1,932,528.09 cuando se jubile. Pero si espera tan sólo cinco años, sus aportes anuales tendrían que aumentar a casi \$7,500 para ahorrar la misma cantidad que tendría a los 65 años. Y si tuviera que esperar hasta los 40, tendría que aportar casi \$25,000 al año! Para que la capitalización le dé un buen resultado:

- Empiece temprano. Cuanto antes empiece, tanto más funcionará en su favor la capitalización y tanto más aumentará su riqueza. Si no empezó temprano, no desespere, todavía hay tiempo. Aparte tanto dinero como pueda. Las regulaciones federales permiten que los trabajadores mayores de edad aporten más dinero a sus planes de jubilación para ponerse al día.
- Haga inversiones con regularidad. Mantenga esta disciplina y considere una prioridad ahorrar para la jubilación. Haga todo lo que pueda para maximizar sus aportaciones. Si trabaja para una compañía que equipara sus aportaciones, asegúrese de que su inscripción le dé derecho a la equiparación más alta de la compañía.
- Tenga paciencia. No toque ese dinero. La capitalización funciona solamente si usted deja crecer su inversión. Los resultados parecerán lentos al comienzo, pero debe perseverar. La mayor parte de la magia de la capitalización se produce al final de todo.

Estrategias para ahorrar (continuación)

Hay muchos tipos de cuentas que le permiten devengar interés de sus ahorros. Cuando decida dónde colocar su dinero, considere qué nivel de disponibilidad necesita y qué clase de tipo de interés puede devengar sobre su dinero. Por ejemplo, los fondos para emergencias deben poder disponerse con facilidad de modo que lo más conveniente para esto es una cuenta de ahorro tradicional. Sin embargo, los fondos que no se necesiten inmediatamente pueden devengar una tasa de interés más alta en una cuenta del mercado monetario de certificados de depósito (CD).

A continuación se presenta un resumen de tipos normales de cuentas de ahorro:

Cuentas de ahorro que devengan interés

Usted ganará alrededor de dos por ciento de interés sobre sus ahorros y recibirá un estado de cuenta mensual por correo. Los fondos se pueden retirar en cualquier momento.

Cuentas del Mercado Monetario

Éstas pagan aproximadamente medio punto porcentual más que el interés de las cuentas de ahorro, pero pueden exigir un saldo mínimo más alto. Normalmente podrá hacer tantos depósitos como quiera gratuitamente, pero puede librar solamente tres cheques por mes.

Certificados de depósito

Si tiene dinero que pueda inmovilizar durante tres meses a seis años, los certificados de depósito ofrecerán las tasas de interés más altas, dependiendo del plazo que elija. Se aplican duras penalidades por retiros anticipados, de modo que debe elegir un plazo que le resulte posible.

Opciones de inversión

Según www.investopedia.com, la inversión se define como colocar su dinero para que trabaje para usted. Esencialmente, es una manera diferente de pensar cómo producir dinero. Cuando crecíamos, a la mayoría de nosotros se nos ha enseñado que se puede ganar un ingreso solamente si se consigue un empleo y se trabaja. Y esto es exactamente lo que por lo general hacemos. Pero hay un gran problema: Si desea tener más dinero, necesita trabajar más horas pero hay un límite en la cantidad de horas por día que podemos trabajar. No puede crear una copia de usted misma para incrementar su tiempo de trabajo, entonces en cambio necesita enviar una extensión de usted misma (como su dinero) a trabajar. De este modo, mientras usted dedica horas a trabajar y crear su familia, también puede estar ganando dinero en otra parte (aunque se trate de cantidades muy pequeñas). Dicho simplemente, poner su dinero a trabajar maximiza su potencial de ingresos ya sea que reciba o no un aumento, decida trabajar horas extras o buscar un empleo de mayor sueldo.

Hay muchas maneras diferentes de invertir su dinero. Esto incluye poner dinero en acciones, bonos, fondos mutuos, o bienes raíces (entre muchas otras cosas) o empezar su propio negocio. A veces estas opciones se conocen como "medios de inversión", que es simplemente otra forma de decir "una manera de invertir". Cada uno de estos medios tiene aspectos positivos y negativos. Lo importante es que sea cual sea el método que elija para invertir su dinero, la meta es siempre colocar el dinero a trabajar de modo que le rinda una ganancia adicional. Aun cuando se trata de una idea sencilla, es el concepto más importante que necesita entender.

La inversión más necesaria para muchos de nosotros es la de nuestra jubilación. Un plan de jubilación es una estrategia de ahorro destinada a brindar a los empleados un ingreso o una pensión cuando dejen de trabajar. Los planes de jubilación pueden ser establecidos por los empleadores, las compañías de seguro, el gobierno u otras instituciones tales como asociaciones de empleados o sindicatos. A continuación se presentan algunas de las formas en que puede ahorrar para la jubilación.

Las cuentas de jubilación individual: Individual Retirement Accounts (IRAs) son cuentas de ahorro para la jubilación que ofrecen ventajas impositivas. Existen diferentes tipos de IRAs, algunas proporcionadas por empleadores y otras establecidas por particulares.

Las pensiones: Las pensiones son planes de jubilación establecidos por los empleadores para brindar beneficios a los empleados jubilados.

Los planes 401(k): Los planes 401(k) son planes de jubilación que difieren los impuestos sobre los ingresos en las cuentas de ahorro para la jubilación y sobre el interés que devenguen hasta que se retiren los fondos. La mayoría de los planes son auspiciados por empleadores de empresas del sector privado. Otros planes de jubilación con diferimiento salarial comparables incluyen los planes 403(b) que cubren a empleados de instituciones educacionales, iglesias, hospitales públicos y organizaciones sin fines de lucro y planes 401(a) y 457 que cubren a empleados de gobiernos estatales y municipales y a ciertas entidades exentas de impuestos.

Opciones de vivienda (continuación)

Determine cuánto dinero necesita para retirarse cómodamente. Cuando calcule la cantidad, recuerde que durante la jubilación usted ahorrará el dinero que utilizaría para la ropa, los viajes de ida y vuelta al trabajo y otros costos relacionados con ganarse la vida. También podría tener menos gastos relacionados con el cuidado de los hijos, pero sus gastos de atención médica podrían ser más elevados.

Como directriz general, puede esperar vivir con un 70 a 80 por ciento de los ingresos que tenía antes de jubilarse. Pero esta es tan solo una estimación. Algunas mujeres jubiladas gastan tan solo el 60 por ciento de sus ingresos previos a la jubilación, mientras que otras gastan más que cuando estaban empleadas.

Para calcular sus necesidades de jubilación, considere estas preguntas:

- **¿Cuánto durará su jubilación?**
- ¿Cuándo planea dejar de trabajar? ¿Se jubilará temprano o planea trabajar al menos a tiempo parcial mientras pueda? ¿Hasta qué edad piensa que puede vivir? (La Administración del Seguro Social estima que una mujer de 65 años puede esperar vivir otros 17.5 años).
- **¿Cuánto valdrá un dólar entonces?**
- Durante los períodos de inflación o aumentos de precios, necesitará más ingresos para mantener su modo de vida actual. Cuando calcule cuánto dinero necesitará para jubilarse, piense en tasas de inflación de tres a cuatro por ciento.
- **¿Cuánto gastará?**
- ¿Qué tipo de jubilación considera tener? ¿Planea quedarse en su vivienda actual? ¿Planea retirarse a una comunidad playera de la Florida? El primer modo de vida probablemente cueste menos que el segundo.

La mayoría de las personas tienen una combinación de acciones y bonos. Cuando considere cómo dividir sus fondos, es importante tener en cuenta cuántos años tendrá hasta jubilarse y cuál es su tolerancia de riesgos. Comunicarse con un representante financiero personal puede ayudarle a decidirse por la mejor estrategia de inversión.

Otra buena opción es visitar el sitio web de recursos financieros de Allstate en www.allstate.com (haga clic en Tools and Resources y seleccione Financial).

Además de estos recursos disponibles por Internet, abajo se incluyen algunas opciones de inversión comunes que le permitirán ampliar sus conocimientos sobre el proceso de invertir.

Opciones de vivienda (continuación)

Bonos de ahorro

Los bonos de ahorro son emitidos por el gobierno, en denominaciones de valor nominal de \$50 a \$10,000. El interés de los bonos se acumula libre de impuestos. Cuando compra un bono de ahorro, generalmente paga la mitad de su valor, y cuando vence el plazo del bono ya vale el doble de lo que usted pagó. Por ejemplo, si usted paga \$50 por un bono de ahorro de \$100, valdrá al menos \$100 en su fecha de vencimiento.

Fondos mutuos

Los fondos mutuos son colecciones de acciones de diferentes compañías que se combinan (o mezclan) para proporcionar una sola inversión. Por ejemplo, un fondo mutuo podría invertir un 10 por ciento en acciones de bancos, 25 por ciento en acciones de tiendas minoristas, 25 por ciento en acciones de tecnología médica, 25 por ciento en acciones de alta tecnología y el restante 15 por ciento en títulos del gobierno. Los fondos mutuos aceptan dinero de muchos inversionistas y a menudo cobran una comisión por gestionar la combinación de acciones.

Inversiones en acciones

Las inversiones en acciones la convierten en accionista de una compañía que cotiza en la bolsa de valores y asignan indirectamente su dinero para ser utilizado en los negocios de la empresa. A cambio de su inversión, usted tiene derecho a una parte de las ganancias de la compañía. Las ganancias se pagan en forma de dividendos o se retienen para ayudar al crecimiento de la compañía. Si la compañía no tiene ganancias, usted podría experimentar pérdidas.

Bonos

Los bonos se consideran un préstamo a una compañía. Un bono es un contrato que garantiza que su préstamo se devolverá en una fecha específica (fecha de vencimiento) y que usted recibirá una tasa de interés específico por el uso de su dinero. Los bonos son una manera relativamente segura de invertir y la mayoría paga interés semestralmente. Pagan el valor nominal cuando llegan a la fecha de vencimiento.

La última área a considerar en relación con las opciones de inversión, y una que es menos común, es la planificación sucesoria. Un plan sucesorio preservará sus activos después de su muerte. Aunque tal vez no se considere suficientemente adinerada como para tener una "herencia", si posee una casa, muebles, automóvil o tiene dinero en un fondo de jubilación, necesitará protegerlos a cualquier edad.

Un plan sucesorio puede proteger sus activos y brindar estabilidad financiera y emocional a sus sobrevivientes. Si usted fallece sin un plan sucesorio, podrían presentarse problemas legales que demoren la distribución de sus activos. En la página siguiente se resumen varias maneras de proteger su herencia.

Opciones de inversión (continuación)

Establezca un testamento.

Este es generalmente el componente central del plan sucesorio. Sin un testamento, las leyes de su estado determinarán quién recibe sus posesiones. Si usted no designa un tutor legal de sus dependientes o hijos menores, un tribunal decidirá quién los va a criar.

Establezca un fideicomiso.

El fideicomiso ("trust") puede tener virtualmente cualquier clase de bienes tangibles o intangibles y puede ser tan flexible como sea necesario para satisfacer sus objetivos. Algunos fideicomisos/trusts se establecen para evitar el proceso de validación testamentaria o reducir los impuestos sobre la herencia en el futuro. Otros se designan para cubrir las necesidades de los hijos menores de edad.

Designe poderes.

El poder es un documento que enuncia claramente sus deseos respecto de la manera de manejar el cuidado de su salud y de sus bienes y quién es responsable de llevar a cabo estas decisiones en caso de que usted no esté capacitada para comunicarlas. Asegúrese de elegir una persona que haya sido parte de su vida durante mucho tiempo y que es probable que lo sea siempre.

Compre un seguro de vida.

El seguro de vida puede proveer los fondos en efectivo que necesitarán sus sobrevivientes para pagar los impuestos federales sobre la herencia cuando usted muera. Si usted compró un seguro de vida antes de abandonar a su abusador, acuérdesese de cambiar los nombres de los beneficiarios.

Además de estas opciones de inversión comunes, la mayoría de las comunidades ofrecen una variedad de programas de acumulación de activos que le ayudarán a cumplir sus metas financieras. Contacte a las organizaciones comunitarias para averiguar si ofrecen algunos de los programas siguientes y si hay límites respecto de los ingresos:

- **Las cuentas de desarrollo individual:** Individual Development Accounts (IDAs) son cuentas de ahorro equiparadas por fuentes públicas y privadas para inversiones en educación, viviendas y empresas. Las cuentas invierten sumas equivalentes a sus ahorros y establecen un período fijo para ahorrar para metas específicas. Estas metas usualmente incluyen educación, compra de una vivienda o capital iniciador para comenzar una empresa.
- **Desarrollo de microempresa:** Micro-Enterprise Development son inversiones de capital pequeñas que permiten que las personas formen microempresas para contribuir al bienestar económico y social de sus familias.
- **Los programas de educación financiera (Financial Literacy Programs):** Ayudan a las familias a aprender a manejar sus finanzas y tomar decisiones económicas acertadas. Estos programas ayudan a las familias a avanzar hacia metas, incluidas las de poseer una vivienda o una empresa, o ahorrar para la educación o la jubilación.

Opciones de inversión (continuación)

Los incentivos financieros: Incluyen suplementos de ingresos, garantías de empleo, incentivos para el sostén de los hijos, apoyo para el cuidado de los hijos, beneficios de salud y médicos y "créditos por ingresos de trabajo", que compensan cualquier disminución de los beneficios de asistencia pública debida a ingresos de trabajo.

El crédito tributario por ingresos de trabajo o Federal and State Earned-Income-Tax Credits (EITC): Provee efectivo a personas de bajos ingresos mediante reembolsos de impuestos. El EITC aumenta los ingresos de los trabajadores pobres y fomenta su capacidad de ahorro. Al menos 19 estados ofrecen este tipo de crédito tributario además del EITC del gobierno federal (Colorado, Delaware, District of Columbia, Illinois, Indiana, Kansas, Maine, Maryland, Massachusetts, Minnesota, Nebraska, New Jersey, New York, Oklahoma, Oregon, Rhode Island, Vermont, Virginia, y Wisconsin).

El seguro de desempleo: Puede proveer una protección para familias durante períodos de desempleo involuntario. Aprovechar al máximo la ventaja de los beneficios de desempleo puede ayudar a las personas que buscan trabajo.

Los fondos de asistencia para emergencias proporcionados por organizaciones sin fines de lucro o instituciones religiosas: Suministran asistencia de emergencia a personas que necesitan ayuda para pagar la renta y las cuentas de los servicios públicos o los costos de una mudanza.

Otros programas de ahorros: Varios ayudan a personas y familias de bajos ingresos a ahorrar para obtener los bienes que necesitan.

Nuevamente, esto es tan solo un resumen de algunas de las opciones de inversión que puede considerar. Hable con su consejera local de violencia doméstica para obtener más información y estrategias de presupuesto, ahorro e inversión de su dinero.

Seguros

El seguro es una parte importante de su bienestar financiero. Puede ayudarla a protegerse financieramente si tiene problemas de salud, si tiene un accidente de automóvil, o si su vivienda se daña o destruye.

El seguro de salud y médico cubre los gastos de salud y médicos debidos a enfermedad o lesión accidental. Dicho seguro puede cubrir algunos o todos los gastos de hospitalización, cirugía, honorarios de médicos, fármacos y medicinas, pruebas de laboratorio, radiografías y otros procedimientos diagnósticos, radioterapia, cuidados de maternidad y del recién nacido, gafas, muletas, prótesis, etc.

Las cuentas de ahorro para la salud o Health Savings Accounts (HSAs) son una alternativa al seguro de salud/médico tradicional. Estas le permiten pagar los gastos corrientes de salud/médicos y ahorrar para gastos futuros de salud y médicos calificados y gastos de salud y médicos durante la jubilación, sin pago de impuestos. Usted posee y controla el dinero depositado en su HAS, y decide cómo gastarlo y qué tipos de inversiones hacer. Puede inscribirse en este tipo de cuentas en bancos, uniones de crédito, compañías de seguros y otras organizaciones aprobadas. Su empleador también puede ofrecer un plan para los empleados. Si se está preparando para retirarse de su empleo actual y no tiene seguro de salud y médico, podrá continuar con la cobertura ofrecida a través de su empleador. La legislación conocida como COBRA le permite continuar su cobertura durante 18 meses más. Usted será responsable de pagar la prima, de modo que debe comunicarse con su proveedor local del servicio de salud sin fines de lucro para aprender más sobre las opciones de seguro médico disponibles en su comunidad.

El seguro del automóvil la ayudará a reparar o reemplazar su auto si tiene un accidente y la ayudará a protegerla en caso de una demanda judicial. En la mayoría de los estados se le exige tener cierto nivel de seguro de automóvil si posee un auto. Los conductores deben poder pagar por las pérdidas que ocasionan, incluido el costo de reparar un vehículo dañado, gastos médicos y otros gastos. El nivel de seguro mínimo que debe tener es lo que se conoce normalmente como seguro de responsabilidad civil o 'liability insurance'.

El seguro de propietario o de inquilino o Homeowners or Renters Insurance paga para reparar y reemplazar su vivienda si es dañada o destruida. Los inquilinos necesitan seguro para proteger sus muebles y otros bienes personales.

El seguro de vida puede ayudar a cubrir a su familia con un futuro financiero estable. Puede ayudar a cubrir los gastos funerarios, el cuidado de los niños y otros costos.

El seguro de atención de salud a largo plazo puede contribuir a proteger su familia y ahorros contra costos médicos en caso de una enfermedad prolongada.

El seguro de discapacidad o Disability Insurance provee una parte de los ingresos perdidos debido a una discapacidad total o parcial ocasionada por enfermedad o accidente.

Además del seguro que usted puede comprar por su cuenta, cuando solicite un empleo pregunte al posible empleador acerca de los beneficios para empleados que pudieran incluir seguro por discapacidad o de vida a largo o corto plazo.

Oportunidades de educación

Este tema del módulo incluye estrategias para continuar su educación. Hay varias maneras de desarrollar destrezas avanzadas, perseguir la educación superior, aprender un oficio avanzado u obtener una licencia profesional. Al completar un certificado GED, obtener un título de pregrado o avanzado, un certificado de estudios o capacitación en el empleo, le resultará más probable conseguir un empleo mejor y avanzar en su carrera. De hecho, las personas con más educación generalmente ganan salarios más altos.

Además, cuando elija una carrera o considere un cambio de empleo tenga en cuenta los trabajos “no tradicionales” para mujeres. Conforme a la definición del Departamento de Trabajo de EE. UU., trabajos “no tradicionales” son aquellos en los cuales las mujeres comprenden un 25 por ciento o menos de la fuerza laboral. Si bien trabajar en un campo dominado por los hombres puede presentar algunas dificultades, los beneficios económicos pueden ser muy buenos. Considere que los trabajos no tradicionales pueden pagar 20 a 30 por ciento más que los trabajos tradicionalmente “femeninos” y que ofrecen más beneficios.

Muchas mujeres que han sufrido abuso sienten un fuerte deseo de “devolver” cuando superan su abuso y buscan nuevas carreras en servicios sociales para hacerlo. Esto está muy bien si satisface sus metas financieras y sus intereses y capacidades. Sin embargo, recuerde que la consideración más importante es cuidarse primero a usted misma y a su familia. Hay muchas maneras de “devolver” que pueden incluir establecerse en un empleo mejor pagado y hacer contribuciones a agencias de violencia doméstica o participar en actividades voluntarias.

Una consejera de vocación profesional puede ayudarla a encaminarse hacia una carrera o cambiar de orientación. Muchas instituciones postsecundarias de dos años (Community Colleges) y universidades ofrecen orientación profesional para estudiantes y mujeres que desean cambiar su carrera.

Además, visite la Asociación Nacional de Desarrollo Profesional o National Career Development Association (NCDA) www.ncda.org para mayor información sobre cómo encontrar una consejera de vocación profesional en su comunidad y recursos para elegir la carrera que se adapte mejor a sus necesidades.

Existen muchos programas de becas y de asistencia directa para ayudar a mujeres abusadas a aprovechar oportunidades de educación y desarrollo laboral. A continuación se presenta una breve lista de varias opciones de educación y capacitación disponibles:

El programa de formación educativa general o General Educational Development (GED) es una forma de obtener un diploma de educación secundaria. La mayoría de las empresas, universidades y escuelas técnicas reconocen al GED como el equivalente de un diploma del colegio secundario.

En el lugar de su empleo puede haber capacitación en el trabajo o On-The-Job Training (OJT) la capacitación varía desde un mes hasta un año o más y a veces está complementada con clases formales.

Oportunidades educacionales (continuación)

Muchos Community Colleges dan títulos universitarios de dos años y la oportunidad de transferirse a un colegio o universidad de cuatro años. Los Community Colleges suelen ser menos costosos que las instituciones postsecundarias y las universidades de cuatro años. Muchos community colleges ofrecen matriculación abierta, eliminando la necesidad de tomar las pruebas estandarizadas tales como el examen de evaluación académica o Scholastic Aptitude Test (SAT) o el programa de la American College Testing (ACT).

Las escuelas técnicas o vocacionales proporcionan formación especializada en campos específicos, tales como auxiliar de enfermería, técnico en plomería o en calefacción, ventilación y aire acondicionado, camionera, cosmetóloga y muchos más. Una escuela profesional podría ser adecuada si usted sabe lo que quiere hacer y prefiere una enseñanza práctica.

Los programas de certificación proporcionan suficiente capacitación como para trabajar en una profesión específica. Algunos programas que ofrecen certificados de estudios son administrados por el estado, mientras que otros son ofrecidos por instituciones de enseñanza postsecundaria, universidades o escuelas profesionales. Muchos programas de certificación requieren un título universitario además de un examen estandarizado. Algunas certificaciones deben renovarse con regularidad, lo que requiere cursos de educación continuada.

La educación por Internet o Online Education presenta una alternativa a las escuelas técnicas, las instituciones postsecundarias de dos y de cuatro años y las universidades. La mayoría de los programas por Internet le permiten trabajar en los horarios que más le convengan, en cualquier parte donde tenga acceso a una computadora. Los programas de educación por Internet son especialmente indicados para mujeres con problemas de transporte o que tratan de equilibrar la familia, el trabajo y la educación.

Las instituciones postsecundarias y las universidades de cuatro años otorgan títulos de pregrado (bachelor), títulos de maestrías y doctorados y certificados profesionales.

Otro factor a considerar cuando se desea continuar la educación es cómo va a pagar la matrícula. Las siguientes inversiones libres de impuestos o con impuestos diferidos pueden incrementar sus rendimientos sin aumentar su nivel de riesgo.

Los planes de ahorros para la universidad patrocinados por el estado o State-Sponsored College Savings (529) le permiten aportar hasta \$100,000 al año y en algunos estados, deducir las aportaciones de sus impuestos estatales. Cuando se utilizan para pagar la educación superior, las ganancias de la inversión a menudo se gravan a la tarifa de impuesto de hijos más baja, aunque algunos estados eliminan completamente los impuestos estatales. Los administradores del plan gestionan las inversiones y pueden emplear estrategias que no son suficientemente agresivas para inversionistas con tolerancia a riesgos que consideran que podrían ganar más por su cuenta para compensar la ventaja impositiva.

Oportunidades educacionales (continuación)

Las cuentas IRA para la educación permiten que su dinero se incremente y se retire libre de impuestos siempre que se utilice para la educación superior. Estas cuentas no pueden usarse en conjunción con otros planes libres de impuestos (incluidos los planes 529 patrocinados por el estado), y usted debe aportar solamente \$500 por año. Como usted puede realizar retiros con fines educacionales de todos los demás tipos de IRA sin penalidades, el límite anual máximo de aportación de \$2,000 hace que resulten una mejor alternativa.

- **Las planes de matrícula prepagada o Prepaid Tuition Plans** le permiten pagar las tarifas actuales de matrícula para educación futura en una universidad pública de su estado de residencia. Estos planes no son recomendables para estudiantes que califiquen para asistencia financiera, pues eliminan esa posibilidad. Si sus hijos deciden asistir a una universidad privada, o a ninguna, el plan le devolverá su inversión y los intereses que haya devengado.
- **La asistencia financiera** que incluye becas y subvenciones se considera “dinero gratis” proporcionado por el gobierno federal o estatal, organizaciones privadas o la escuela. Usted no tendrá que devolver este dinero. Las becas a menudo se otorgan sin tener en cuenta la necesidad financiera cuando los estudiantes hayan demostrado excelencia en áreas o disciplinas específicas. Un sitio web que conviene visitar para informarse más sobre becas posibles es www.fastweb.com. Los programas de estudio en el campus, que están subsidiados por el gobierno y se otorgan conforme a la necesidad, permiten que los estudiantes ganen dinero para su educación.
 - **El formulario de solicitud gratuita de ayuda federal para estudiantes o Free Application for Federal Student Aid (FAFSA)** es distribuido y procesado por el Departamento de Educación de los Estados Unidos. Se lo usa cuando se solicitan los programas federales de ayuda estudiantil al amparo del Título IV, incluidas las subvenciones Pell, los préstamos Stafford y los programas con base en el campus. El FAFSA (www.FAFSA.com) recoge información para determinar la necesidad y elegibilidad para la ayuda.
 - **Las subvenciones generales Pell o Federal Pell Grants** no exigen devolución. En general, las subvenciones Pell se otorgan solamente a estudiantes de pregrado, o sea a aquellos que no han obtenido un título de bachiller o de graduado. En un número limitado de casos, sin embargo, las subvenciones Pell se otorgan a matriculados en programas de certificado docente posbachillerato. Usted recibe la cantidad de dinero para la que califique.
 - **Los préstamos federales Stafford** se otorgan sobre la base de la necesidad financiera y están reglamentados por el gobierno federal.
 - **Los préstamos Federales PLUS** se basan en el historial de crédito y requieren una verificación de crédito.

Oportunidades educativas (continuación)

- **El reembolso de la matrícula o la asistencia para pagarla** es un convenio contractual entre un empleador y el empleado que resume las condiciones en que el empleador pagará la educación continuada. La mayoría de las compañías basan la suma en la nota del empleado en el curso. Aunque algunas compañías pagan al registrarse, otras reembolsan solamente después de haberse completado satisfactoriamente la asignatura.

- **El Allstate Foundation Education and Job Training Assistance Fund** ha otorgado al NNEDV Fund una subvención importante para ayudar a brindar apoyo a sobrevivientes de la violencia doméstica. Desde el inicio del programa en septiembre de 2005, The Allstate Foundation and Allstate Insurance Company han otorgado más de \$2 millones para asistir a sobrevivientes de la violencia doméstica. Una agencia de violencia doméstica debe solicitar estos fondos en su nombre. Para mayor información sobre el fondo, vaya a <http://nnedv.org/projects/allstatefoundtion.html>.

Por último, además de pagar su educación, no olvide la importancia de la seguridad. Considere utilizar una casilla de correo para las solicitudes de matrícula universitaria. Esto garantizará la privacidad de su dirección residencial, en caso de que la escuela publique un directorio de estudiantes o publique sus direcciones en su sitio web. Además, investigue la política y el proceso de privacidad de la escuela respecto de la protección, el almacenamiento y la publicación de la información de los estudiantes. Investigue la política de la escuela de optar por no compartir la información. Los procedimientos de seguridad y privacidad deberán permitirle impedir que se publique o comparta su información privada.

Conozca más estrategias e ideas para mantener la seguridad mientras persigue oportunidades educativas adicionales, colaborando con su consejera local de violencia doméstica.