

Chequeo financiero familiar de 15 minutos

Un cuaderno privado y práctico para identificar tu próximo paso

LO QUE HARÁS

- ☐ Revisar ocho áreas esenciales
- ☐ Elegir una prioridad
- ☐ Crear un plan de acción sencillo de 30 días

Sin números de cuentas. Sin juicios. Sin compras obligatorias.

Versión en español | Octubre de 2026

Comienza aquí

Usa estimaciones. Omite lo que no se aplique. Mantén este cuaderno privado.

Cómo usar este cuaderno

1. Completa la revisión de ocho áreas

Elige la respuesta que mejor describa tu situación actual.

2. Identifica tu primera prioridad

Cada respuesta roja merece atención; elige la que más mejoraría tu estabilidad.

3. Comprométete con una acción de 30 días

Una acción pequeña terminada vale más que diez planes sin terminar.

Tu punto de partida

FECHA

PRÓXIMA FECHA DE REVISIÓN

☐ Individual

☐ Pareja

☐ Familia / hogar

Una nota sobre privacidad

No anotes números de cuentas bancarias, números de Seguro Social, contraseñas, números completos de pólizas ni otros datos confidenciales. Los totales aproximados son suficientes para tomar decisiones útiles.

La preocupación económica que más quiero reducir:

Tu panorama financiero

Marca Verde, Amarillo o Rojo en cada área.

VERDE: por buen camino | AMARILLO: revisar | ROJO: actuar pronto

1. Ingresos y gastos

Generalmente gastamos menos de lo que recibimos y pagamos las facturas habituales a tiempo.

☐ Verde: Normalmente ☐ Amarillo: A veces / apenas ☐ Rojo: No / con atrasos

2. Ahorros para emergencias

Tenemos ahorros accesibles para un gasto inesperado sin recurrir a deudas costosas.

☐ Verde: Sí, respaldo sólido ☐ Amarillo: Algo, insuficiente ☐ Rojo: Poco o nada

3. Deudas de alto interés

Los saldos de tarjetas y otras deudas de alto interés están controlados y disminuyen.

☐ Verde: Ninguna / pago total ☐ Amarillo: Bajan con constancia ☐ Rojo: Crecen / atrasos

4. Protección de seguros

Revisamos coberturas médicas, de auto, vivienda o renta, incapacidad y vida, según corresponda.

☐ Verde: Adecuadas y revisadas ☐ Amarillo: Dudas / falta revisar ☐ Rojo: Falta importante

Tu panorama financiero

Completa las cuatro áreas restantes y elige tu primera prioridad.

5. Ahorro para jubilación

Aportamos regularmente para la jubilación y entendemos el plan disponible.

- ☐ Verde: Aportes regulares
 ☐ Amarillo: Irregulares / dudas
 ☐ Rojo: No ahorramos

6. Crédito y documentos

Revisamos informes crediticios, protegemos datos personales y organizamos documentos clave.

- ☐ Verde: Al día y organizados
 ☐ Amarillo: Algunos pendientes
 ☐ Rojo: Problemas / dudas

7. Planificación patrimonial básica

Los beneficiarios están al día; los adultos cuentan con testamentos, deseos de tutela y documentos de decisiones apropiados.

- ☐ Verde: Al día
 ☐ Amarillo: Incompleto / antiguo
 ☐ Rojo: Sin comenzar

8. Comprensión compartida

Las personas adecuadas del hogar conocen el plan y dónde está la información esencial.

- ☐ Verde: Sí
 ☐ Amarillo: En parte
 ☐ Rojo: No

MI PRIMERA PRIORIDAD:

Elige el área roja con mayor impacto inmediato. Si no hay rojas, elige una amarilla.

Tu plan de acción de 30 días

Convierte tu prioridad en un compromiso concreto que puedas completar.

MI ÁREA PRIORITARIA

EL RESULTADO QUE QUIERO LOGRAR PARA (FECHA)

TRES PASOS PEQUEÑOS

1. ACCIÓN

COMPLETAR PARA

2. ACCIÓN

COMPLETAR PARA

3. ACCIÓN

COMPLETAR PARA

PERSONA QUE ME AYUDARÁ O DARÁ SEGUIMIENTO

OBSTÁCULO PROBABLE

CÓMO LO SUPERARÉ

MI COMPROMISO DE 30 DÍAS

Hoja de ingresos y gastos

Usa estimaciones mensuales. Buscamos orientación, no contabilidad perfecta.

INGRESOS MENSUALES ESTIMACIÓN

Ingreso neto del trabajo

Otros ingresos confiables

TOTAL DE INGRESOS

GASTOS MENSUALES ESTIMACIÓN

Vivienda y servicios

Alimentos y necesidades del hogar

Transporte

Seguros y atención médica

Pagos mínimos de deudas

Ahorro e inversión

Otros gastos

TOTAL DE GASTOS

DIFERENCIA MENSUAL = TOTAL DE INGRESOS - TOTAL DE GASTOS

Si el resultado es negativo, prioriza vivienda, servicios, alimentos, transporte, seguros y pagos mínimos obligatorios.

Ahorros y deudas

Prioriza la estabilidad y después sigue avanzando.

1. Meta de ahorro para emergencias

GASTOS ESENCIALES MENSUALES

AHORROS DE EMERGENCIA DISPONIBLES

META INICIAL DE AHORRO

META A LARGO PLAZO

Una primera meta útil puede cubrir un gasto inesperado habitual. La meta a largo plazo depende de la estabilidad laboral, necesidades del hogar, deducibles y otros riesgos.

2. Inventario de deudas

DEUDA / ACREEDOR

SALDO

TASA

MÍNIMO

☐ Método de tasa más alta: destina el dinero extra a la tasa de interés más alta.

☐ Método de saldo menor: destina el dinero extra al saldo más pequeño.

MI PRÓXIMA ACCIÓN CON EL DINERO

Protege a tu hogar

Revisa coberturas, beneficiarios, documentos y quién podría necesitarlos.

☐ Seguro médico Revisado: _____

Cobertura, deducible y límite de gastos de bolsillo

☐ Seguro de auto Revisado: _____

Conductores, vehículos y límites de responsabilidad

☐ Vivienda o renta Revisado: _____

Propiedad, responsabilidad y necesidades de reposición

☐ Protección por incapacidad Revisado: _____

Sustitución de ingresos si no puedes trabajar

☐ Seguro de vida Revisado: _____

Personas que dependen de tus ingresos o cuidados

☐ Beneficiarios Revisado: _____

Jubilación, seguros y cuentas pagaderas al fallecer

☐ Documentos patrimoniales Revisado: _____

Testamento, deseos de tutela y poderes legales

☐ Crédito e identidad Revisado: _____

Informes crediticios y bloqueos o alertas apropiados

MAPA SEGURO DE INFORMACIÓN

Anota dónde están los documentos importantes; no contraseñas ni números completos de cuentas.

Construye tu futuro

Revisa tu jubilación y programa las tareas periódicas que la protegen.

Revisión de jubilación

- ☐ Sé qué plan de jubilación laboral o cuenta individual está disponible para mí.
- ☐ Sé si hay aportación equivalente del empleador y qué se requiere para recibirla.
- ☐ El monto que aporte es una decisión consciente.
- ☐ Mis inversiones y nivel de riesgo se ajustan a mi plazo y plan general.
- ☐ He revisado las comisiones y las cuentas de jubilación antiguas.

MI PRÓXIMA ACCIÓN PARA LA JUBILACIÓN

Calendario financiero anual

ENE-MAR	Revisa gastos, tasa de ahorro, documentos fiscales y aportaciones para jubilación.
ABR-JUN	Revisa informes crediticios, coberturas de seguros y ahorros para emergencias.
JUL-SEP	Revisa progreso de deudas, distribución de inversiones y gastos grandes próximos.
OCT-DIC	Revisa beneficios laborales, beneficiarios, donaciones y metas del próximo año.

FECHA DEL PRÓXIMO CHEQUEO COMPLETO

Anótala en el calendario. Repite el panorama y compara tu progreso.

Termina con una decisión

No necesitas resolverlo todo hoy. Elige la próxima acción adecuada.

ESTE MES, VOY A:

Firma: _____ Fecha: _____

Fuentes confiables para comenzar

Oficina para la Protección Financiera del Consumidor
consumerfinance.gov/es/

AnnualCreditReport.com - fuente federal autorizada de informes gratuitos
AnnualCreditReport.com

Investor.gov - educación para inversionistas de la SEC
Investor.gov

IRS - planes de jubilación
irs.gov/retirement-plans

Departamento de Trabajo - orientación sobre beneficios
dol.gov/agencies/ebsa

Continúa tu chequeo gratuito en línea

Explora recursos educativos y repite el chequeo cuando cambien tu hogar, trabajo o metas.

FreeFinanceCheckup.com/es/