

Ahorrar para la jubilación

Se trata de algo más que de dinero



¿Tiene el sueño de jubilarse? No en el sentido genérico de “preferiría estar (inserte su pasatiempo)”. No en el sentido de “mi colega/cliente/jefe me envió un correo electrónico para preguntarme algo que ya respondí una docena de veces, estoy harto y quiero ir a un crucero en este momento a jugar tejo por siempre”.

¿*Realmente* se ha imaginado **detenidamente** cómo debería ser una jubilación feliz?

Cifras sorprendentes

La mayoría de nosotros no hace planes detallados para nuestros años dorados; pensamos solo en el aspecto financiero de la jubilación. Y, tristemente, ya que para muchos de nosotros pensar en nuestras finanzas es demasiado aterrador, es probable que no pensemos para nada en la jubilación.

Esto da pie a algunos datos estadísticos buenos y otros no tan buenos sobre la jubilación.

PRIMERO, LOS QUE NO SON MUY BUENOS:



El **49%** de los adultos de entre 55 y 66 años en EE. UU. no tienen ahorros para la jubilación.



El **78%** de los jubilados desearían haber ahorrado más antes de renunciar a su trabajo.



El **56%** de los jubilados planean trabajar después de la jubilación, pero no lo hacen.

AHORA, LOS BUENOS.



El **82%** de los jubilados cumplen su meta de pasar más tiempo con su familia y amigos.



El **78%** de los jubilados cumplen su meta de viajar más durante la jubilación.

De acuerdo con las personas que obtienen el mayor provecho de su jubilación, el secreto no está únicamente en planificar financieramente, sino también en visualizar de forma más precisa cómo tener una jubilación feliz.

Sueño

Según Chris Hogan, asesor financiero y autor de *Retire Inspire: It's Not an Age, It's a Financial Number* (Inspiración para la jubilación: no es una edad; es un número financiero), “soñar es una acción”.

En otras palabras, un buen plan de jubilación comienza con un sueño. Así es como usted identifica y precisa lo que es y lo que no es importante. Es la base para establecer metas de jubilación. A partir de ahí, usted puede comenzar a desarrollar su plan para lograrlas.

No hay mejor momento que el presente para planificar el futuro

Nota: los siguientes artículos vinculados están en inglés.

Lo primero y más importante que puede hacer para fomentar una jubilación agradable es comenzar a planificar hoy. Hoy. Incluso en este instante. ¿Cree que tiene mucho tiempo? La vida pasa rápido. ¿Piensa que es muy tarde? Mañana será aún más tarde.

En otras palabras, nunca se es demasiado joven o viejo para poner atención a sus planes de jubilación, y mientras más pronto comience, más tiempo tendrá para aumentar sus ahorros. Revise los siguientes consejos para recibir ayuda e inspiración.

 **Imagínese lo:** ¿Cómo quiere que sea su jubilación? ¿Dónde vivirá? ¿Cómo pasará el tiempo? Intente evitar concentrarse en ideas ostentosas o caras, y en posesiones materiales. En lugar de eso, concéntrese en lo mínimo que necesita para [tener una vida feliz](#).

 **Planifique de forma realista:** Una vez que se haya imaginado una jubilación posible y agradable, planifique las cosas esenciales que necesitará una vez que llegue a ese punto. ¿Cuánto dinero necesita para cuestiones como la vivienda, la atención médica y artículos esenciales? ¿Cuánto para viajes, pasatiempos u otras metas? Una vez que haya calculado esas cifras, trabaje para obtener la mejor versión de una jubilación de ensueño que pueda pagar al reducir los artículos costosos y al mezclar actividades de bajo costo o gratuitas con ideas para obtener el equilibrio adecuado.

 **Mejore sus hábitos financieros:** Ahora que identificó cómo establecer prioridades, su presupuesto y el ahorro para la jubilación, comience a vivir de esa forma a partir de ahora. Reduzca las cosas no esenciales siempre que pueda. Aproveche los programas de jubilación y de fondos de contrapartida que se le ofrecen por medio de su trabajo. Automatice las aportaciones para su jubilación y los depósitos regulares a sus ahorros cada vez que le paguen. Tome un mejor control [de sus finanzas](#), aumente

su [resiliencia financiera](#) y desarrolle un [enfoque emocional más sano sobre cómo maneja su dinero](#).

 **Practique por adelantado:** Los estudios muestran que no desarrollará hábitos o prácticas nuevos por arte de magia después de la jubilación si no son algo que ya hace. Comience a desarrollar esos pasatiempos y hábitos agradables para el futuro desde hoy. Si piensa hacer actividades de voluntariado cuando se jubile, estas son algunas ideas para darse el [tiempo para realizarlas ahora](#). Averigüe cómo [beneficiarse del ocio](#) durante sus años laborales para disfrutarlo de mejor manera en la jubilación.

 **Jubilación parcial inteligente:** Si desea o necesita seguir trabajando después de la jubilación, primero entienda el “porqué”. ¿Es para permanecer conectado y relevante pero con más flexibilidad y libertad? ¿Es para cubrir sus gastos? Luego, planifique obtener un empleo que le ayude a cumplir con ese porqué como lo haría en cualquier transición o búsqueda de empleo. Intente alinear su nueva situación laboral antes de que se jubile de su trabajo de tiempo completo. Si tiene una buena relación con su empresa actual, ¿lo considerarían para trabajar medio tiempo o como asesor laboral? Si una meta importante para su jubilación es viajar o realizar otro pasatiempo específico, ¿puede establecer una fuente de ingresos adicional que requiera o le ayude con esos aspectos desde ahora para que la transición posterior a la jubilación sea más fácil?

Puede parecer mucho, pero recuerde que no tiene que enfrentar esto solo. Las sesiones bajo pedido de atención plena pueden ayudarle a manejar sus emociones y aclarar su enfoque con respecto a las finanzas, la jubilación y los gastos. Las calculadoras para la jubilación y las consultas con expertos financieros pueden ayudarle a evaluar su salud financiera y a establecer planes presupuestarios y de ahorro.

El acceso gratuito a estos servicios y más siempre está al alcance de sus manos por medio de la plataforma digital de Concern.

Para obtener herramientas y recursos personalizados, visite la plataforma digital de Concern, regístrese en employees.concernhealth.com y seleccione el botón “Get Services” (Obtener servicios) en el menú superior derecho.

Este boletín es solo con fines informativos y no debe utilizarse para sustituir la asesoría profesional. Si considera que su nivel de estrés está afectando su bienestar, puede comunicarse con nosotros para obtener ayuda y apoyo adicionales.

Llame al 800.344.4222
employees.concernhealth.com