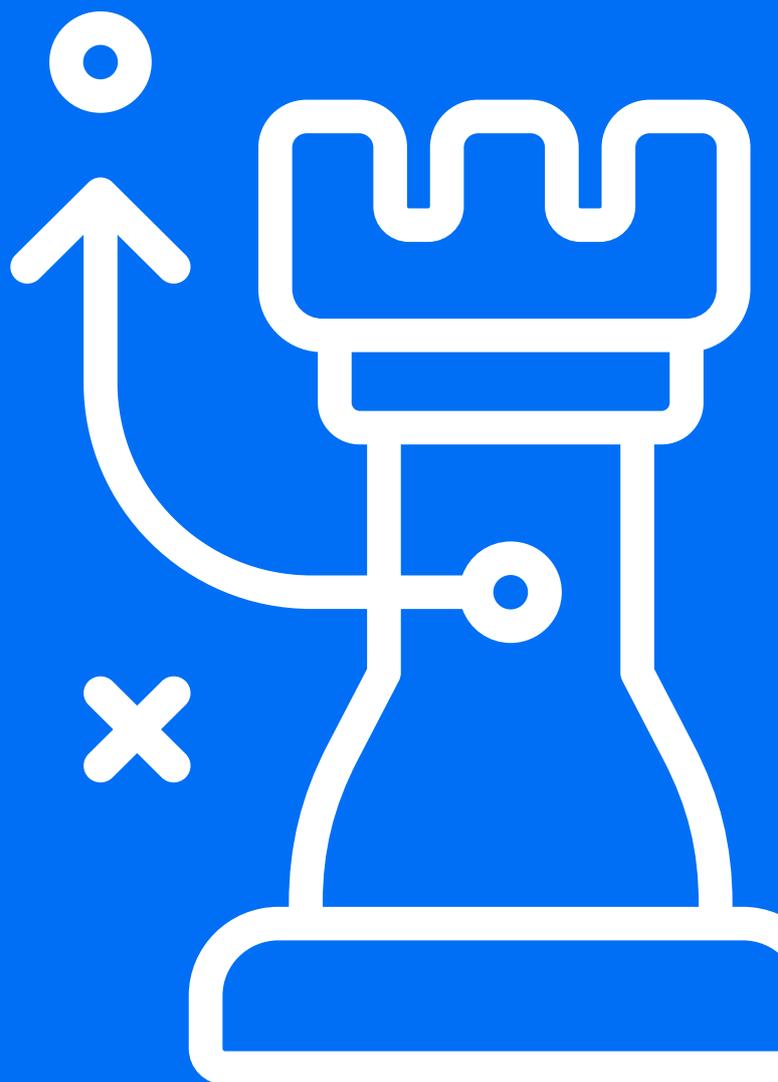


Planifica tus finanzas para poder disfrutar



de muchos
días perfectos

Por: Bárbara Rey Actis



Bárbara Rey Actis

Fundadora de la consultora Longevity Initiatives SL especializada en nueva longevidad.

Profesora en la Universidad Antonio Nebrija en la Facultad de Economía & Empresa y Comunicación & Artes y en la Universidad UNIR en el MBA y Máster en Marketing Farmacéutico.

Doctoranda en Economía de la Longevidad en la Escuela Internacional de Doctorado de la Universidad Rey Juan Carlos.

MBA por IE Business School, graduada con honores.

Autora del libro "Una Longevidad con Sentido" (Ed. Verssus), co-autora de "Un país para mayores" (Instituto Santalucía) y co-autora del "Observatorio de Intergeneracionalidad" (IE Business School).



🧠 **Cómo convertir** **tu patrimonio** 🏠 **en experiencias** 💬 **significativas** **gracias a una** **vida más larga** 🌂

Vivimos en una época sin precedentes donde la esperanza de vida se ha incrementado de manera exponencial, regalándonos lo que los expertos denominan treinta años de gracia adicionales respecto a generaciones anteriores. Sin embargo, esta nueva longevidad plantea un desafío fundamental: ¿cómo generar y gestionar nuestro patrimonio eficazmente para que nos acompañe durante estos años extra de vida de manera que podamos disfrutarlos con plenitud y propósito?

La respuesta no se reduce al simple hecho de acumular más dinero. La cuestión fundamental radica en **desarrollar una relación más consciente e inteligente con nuestras finanzas personales**. Las investigaciones en finanzas conductuales han demostrado que el bienestar financiero no se correlaciona directamente con la cantidad de dinero que poseemos, sino con cómo lo utilizamos para crear experiencias significativas y alcanzar nuestros objetivos vitales más profundos.

El dinero como vehículo hacia la felicidad: más allá de la acumulación

El profesor Meir Statman, pionero en el campo de las finanzas conductuales, sostiene que el dinero debe entenderse como un medio para alcanzar lo que realmente valoramos en la vida, no como un fin en sí mismo. Esta perspectiva resulta especialmente relevante para quienes han superado los 65 años y disfrutan de un estado de bienestar estable, gozan de relativa buena salud y miran al futuro como una etapa de plenitud y nuevas aventuras.

Bill Perkins, en su influyente obra "Morir con cero", plantea una pregunta provocadora: **¿tiene sentido morir con una cuenta bancaria repleta si ello implica haberse privado de experiencias valiosas durante décadas?** Su propuesta no es el gasto irresponsable, sino la optimización inteligente del consumo a lo largo de toda la vida, maximizando las experiencias cuando somos más capaces de disfrutarlas. Algo bastante más profundo e interesante de lo que podría parecer su título provocador.

Esta filosofía cobra mayor relevancia en el contexto de la nueva longevidad. Como señala el concepto de **gratificación diferida** (más conocido como "Test del caramelo") desarrollado por Walter Mischel, quienes han llegado a la jubilación han demostrado durante décadas su capacidad de postergar recompensas inmediatas en favor de objetivos a largo plazo. Sin embargo, llegado cierto punto, esta estrategia puede volverse contraproducente si nos impide disfrutar del fruto de nuestro esfuerzo.

La clave reside en encontrar el equilibrio óptimo entre seguridad financiera y disfrute presente. Las investigaciones muestran que existe una correlación positiva entre renta e ingresos hasta cierto punto, pero que esta se estabiliza cuando las necesidades básicas están cubiertas. Para la mayoría de las personas mayores de 65 años con un patrimonio consolidado, el foco debe trasladarse de la acumulación hacia la optimización del uso de sus recursos.

Los sesgos que nos alejan de una planificación financiera consciente

Las finanzas conductuales han identificado numerosos sesgos cognitivos que afectan nuestras decisiones financieras, especialmente relevantes durante la etapa de jubilación. Comprender estos patrones puede ayudarnos a tomar decisiones más racionales y alineadas con nuestros verdaderos objetivos.

01 El **sesgo de pérdida** es particularmente pronunciado entre las personas que ya dejaron atrás la etapa activa o laboral. Tendemos a sentir más intensamente las pérdidas que las ganancias equivalentes, lo que puede llevarnos a adoptar estrategias excesivamente conservadoras que limitan nuestro bienestar. Esta aversión al riesgo, aunque comprensible, puede impedirnos disfrutar de experiencias enriquecedoras por temor a quedarnos sin dinero.

02 El **sesgo de confirmación** nos lleva a buscar información que confirme nuestras creencias preexistentes sobre el dinero. Muchas personas mantienen patrones de ahorro extremo basados en experiencias pasadas de escasez, sin adaptar su comportamiento a su nueva realidad financiera. Este comportamiento puede estar influido por narrativas familiares transmitidas de generación en generación sobre la importancia del ahorro como valor moral.

03 La **contabilidad mental** es otro sesgo que afecta especialmente a los jubilados. Tienden a categorizar el dinero en compartimentos mentales diferentes (ahorros, pensión, herencia) y aplicamos reglas distintas para cada categoría. Esto puede llevar a comportamientos irracionales, como vivir de forma austera mientras se mantienen intactos ciertos fondos destinados para emergencias que nunca se materializan.

04 El **sesgo de anclaje** hace fijar las decisiones financieras en referencias del pasado que pueden ya no ser relevantes. Por ejemplo, basar el nivel de gasto en los ingresos laborales previos, sin considerar que las necesidades y prioridades cambian significativamente a lo largo de todo el ciclo vital y, más especialmente, durante la jubilación.

Reconocer estos patrones es el primer paso para desarrollar una relación más saludable con el dinero. Como señala Statman, el objetivo no es eliminar completamente nuestras emociones del proceso de toma de decisiones financieras, sino canalizarlas de manera que nos ayuden a alcanzar nuestros objetivos vitales más profundos.

La estrategia del *gasto óptimo*: cuándo y cómo disfrutar tu patrimonio

El concepto de gasto óptimo propuesto por Perkins sugiere que existe un momento ideal para cada tipo de experiencia o inversión en nuestra vida. Esta perspectiva temporal resulta crucial para quienes disfrutan de una longevidad extendida, ya que diferentes etapas de la vida ofrecen ventanas únicas de oportunidad.

- Durante los **primeros años de jubilación (65-75 años)**, cuando generalmente se mantiene buena salud y energía, es el momento óptimo para experiencias que requieren mayor esfuerzo físico: viajes largos, actividades de aventura o aprendizaje de nuevas habilidades. Postergar estas experiencias puede significar perder la oportunidad de disfrutarlas plenamente.
- Los **años intermedios (75-85)** pueden ser ideales para experiencias más sosegadas, pero igualmente enriquecedoras: profundizar en aficiones, desarrollar proyectos creativos o dedicar tiempo a causas significativas. Durante esta etapa, el valor de las experiencias puede residir más en su profundidad que en su intensidad física.
- La **etapa final (85+)** puede requerir un enfoque diferente, priorizando la comodidad, la seguridad y el mantenimiento de conexiones significativas. Sin embargo, esto no significa renunciar al disfrute, sino adaptarlo a las nuevas circunstancias.

Esta planificación temporal del gasto requiere superar el miedo irracional a quedarse sin dinero. Las estadísticas muestran que la mayoría de las personas con un patrimonio consolidado tienden a gastar menos de lo que podrían permitirse, especialmente durante los primeros años de jubilación. Este comportamiento, aunque prudente, puede limitar significativamente la calidad de vida.

Una estrategia práctica consiste en establecer presupuestos de experiencias separados de los fondos de seguridad. Esto permite disfrutar con tranquilidad de recursos destinados específicamente al bienestar presente, mientras se mantienen las reservas necesarias para imprevistos

futuros. Una alternativa a estos fondos de seguridad, podría ser plantearse alguna de las múltiples opciones de licuación patrimonial, como una hipoteca inversa, una nuda propiedad, rentas vitalicias, etc.

También es importante considerar el valor decreciente marginal del dinero conforme envejecemos. Un euro gastado a los 70 años en una experiencia significativa puede generar más bienestar que ese mismo euro ahorrado por si acaso. Esto no implica irresponsabilidad, sino optimización inteligente de recursos limitados.

Diseñando un plan financiero con propósito para tu longevidad

La planificación financiera para una vida larga debe trascender los aspectos puramente económicos para integrar elementos emocionales, sociales y existenciales. Como señala el concepto de propósito desarrollado en las investigaciones sobre longevidad, tener un sentido claro de dirección vital es fundamental para el bienestar durante los años adicionales. Gastar dinero de forma alineada con el propósito, lejos de generar culpa o inquietud, se traduce en bienestar, gratitud y, sobre todo, disfrute.

- El primer paso consiste en **clarificar valores y prioridades**. ¿Qué experiencias consideras verdaderamente importantes? ¿Qué legado quieres construir? ¿Cómo quieres ser recordado? Estas preguntas fundamentales deben guiar todas las decisiones financieras posteriores. La investigación muestra que las personas con propósitos vitales claros tienden a tomar decisiones financieras más satisfactorias a largo plazo.
- El segundo elemento es **establecer múltiples horizontes temporales**. A diferencia de la planificación tradicional enfocada en la jubilación como evento único, la nueva longevidad requiere pensar en múltiples etapas con necesidades diferentes. Esto implica crear compartimentos de recursos para diferentes propósitos: gastos corrientes, experiencias enriquecedoras, cuidados futuros y legado familiar.

Es fundamental también **integrar consideraciones familiares e intergeneracionales**. Muchas personas mayores encuentran gran satisfacción en contribuir al bienestar de hijos y nietos durante su vida, organizando planes y actividades con ellos, en lugar de simplemente acumular herencias para ser disfrutadas cuando la persona ya no pueda disfrutar de su compañía.

Esta estrategia permite observar el impacto positivo de su generosidad y fortalece vínculos familiares.

La **flexibilidad adaptativa** debe ser un principio rector. Las circunstancias cambian, la salud evoluciona y las prioridades se modifican. Un plan financiero robusto debe permitir ajustes periódicos sin comprometer la seguridad fundamental.

Finalmente, es sumamente importante **profesionalizar el asesoramiento**. Las decisiones financieras durante la longevidad extendida son complejas y tienen implicaciones a muy largo plazo. Contar con profesionales especializados en planificación para personas mayores puede ayudar a navegar estos desafíos con mayor confianza y menor estrés.

La nueva longevidad nos regala tiempo adicional, pero también nos desafía a utilizarlo sabiamente. **El dinero, bien gestionado, puede ser el vehículo que nos permita convertir estos años extra en una época de florecimiento personal, contribución social y profunda satisfacción.** La clave no está en acumular más, sino en optimizar mejor lo que ya tenemos, creando una sinfonía armoniosa entre seguridad, disfrute y propósito que nos acompañe durante todos nuestros días felices por venir.

Referencias

1. **Rey Actis, B. (2022).** *Una longevidad con sentido: Salud, patrimonio y relaciones para una larga vida.* Verssus Libros.
2. **Statman, M. (2017).** *Finance for Normal People: How Investors and Markets Behave.* Oxford University Press.
3. **Statman, M. (2019).** "Behavioral finance: The second generation." *Financial Analysts Journal*, 75(4), 15-25.
4. **Perkins, B. (2020).** *Die with Zero: Getting All You Can from Your Money and Your Life.* Houghton Mifflin Harcourt.
5. **Kahneman, D., & Deaton, A. (2010).** "High income improves evaluation of life but not emotional well-being." *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107(38), 16489-16493.
6. **Rey Actis, B. (2024).** *Informe preparación emocional para la jubilación.* Instituto Santalucía.

PLANIFICA TUS FINANZAS PARA PODER DISFRUTAR DE MUCHOS DÍAS PERFECTOS

Instituto santalucía

www.institutosantalucia.es