

#CONDUSEF

EDUCACIÓN  
FINANCIERA  
EN TU INSTITUCIÓN



MENOS ESTRÉS,  
MÁS CONTROL



Así se ve el amor propio

En este mes se habla mucho de amor,  
pero poco del que se practica todos los días: el propio.

Si cada fin de mes te angustia pagar lo básico,  
muchas veces no es por ganar poco, sino porque  
lo esencial no está siendo prioridad.

Amarte no es  
gastar más,  
es cuidar tu  
tranquilidad.

### ¿Cómo se ve cuando no cubres tus gastos básicos?

- Vives con estrés financiero.
- Tomas decisiones por presión.
- Usas el crédito como salida rápida.

**Amor propio también es poner límites,  
lo básico va primero. Recuerda, todo lo  
demás puede esperar, tu estabilidad, no.**

**¿Te gustaron estos consejos?**  
Lee el artículo completo en la  
revista Proteja Su Dinero.

### ¿Cómo cambia tu forma de gastar cuando te cuidas?

- No compras por ansiedad.
- No gastas para encajar.
- Decides con más calma.

Escanea y  
conoce más



**Hacienda**  
Secretaría de Hacienda y Crédito Público



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