



Check list

SALUD FINANCIERA

ADRIANA FLORES COACH

Check list SALUD FINANCIERA

ADRIANA FLORES COACH



Marca ☒ / ☒ en cada punto.

Score: 80% = ☒ saludable. 60-79% = ☒ haz algunos ajustes. <60% = ☒ te urge un plan

A TUS 20'S

- ☐ Presupuesto simple registrado (regla 50/30/20).
- ☐ Fondo de emergencia de 3 meses.
- ☐ Manejo de 1 tarjeta de crédito.
- ☐ Deudas al día: que no superen el 30% de tu ingreso.
- ☐ Ahorro mensual mínimo del 10% de tus ingresos.
- ☐ Seguro de gastos médicos vigente (publico o privado).
- ☐ Conocimiento de los periodos de espera y exclusiones identificados (en proceso).
- ☐ Al menos 3 metas financieras a 12-36 meses con monto y fecha.
- ☐ Aportación automática a un plan de retiro (PPR) u opción de largo plazo.
- ☐ Revisión mensual de estados de cuenta y sus movimientos.

Puntuación: / 10 = %

A TUS 30'S

- ☐ Más de una fuente de ingresos
- ☐ Fondo de emergencia de 6 meses.
- ☐ Ahorro mensual del 15% al 20%.
- ☐ Seguro patrimonial por invalidez
- ☐ Periodos de espera terminados y cobertura médica materno-infantil.
- ☐ Seguro de vida para dependientes con suma asegurada de ingreso anual de x 10-12.
- ☐ Beneficiarios y testamento al día.
- ☐ Ahorro a 10 - 15 años para educación de los hijos, vivienda e independencia financiera
- ☐ Aportación a PPR con beneficios fiscales aplicados.
- ☐ Inversiones diversificadas de riesgo medio.

Si quieres cerrar el año con claridad, con tu salud y tu dinero trabajando a tu favor,
este es el momento: **AGENDA TU FAST TRACK GRATUITO HOY**
mándame un DM con la palabra "FAST TRACK"

Check list SALUD FINANCIERA

ADRIANA FLORES COACH



Marca ☒ / ☐ en cada punto.

Score: 80% = ☒ saludable. 60-79% = ☐ haz algunos ajustes. <60% = ☐ te urge un plan

A TUS 40'S

- ☐ Al menos 3 fuentes de ingresos
- ☐ Fondo de emergencia de 6 a 12 meses.
- ☐ Ahorro mensual del más del 20% de tu ingreso.
- ☐ Revisión de activos y seguros patrimoniales: autos, RC, hogar, negocio, etc.
- ☐ Cobertura de gastos médicos clave: cancer, catastróficas, degenerativas.
- ☐ Seguro de vida con cobertura vitalicia para blindaje de dependientes.
- ☐ Revisión anual de beneficiarios, testamento y documentos personales.
- ☐ Plan de retiro sólido con brecha de retiro cuantificada.
- ☐ PPR con aportaciones adicionales definidas.
- ☐ Estrategia de liquidez para seguros de salud en la 3era edad.

Puntuación: / 30 = %

MEGA RED FLAGS

¡Activa un plan inmediato!

- ☐ Presupuesto o registro financiero inexistente.
- ☐ Desconocimiento de ingresos y gastos.
- ☐ No tienes seguro de gastos médicos vigente.
- ☐ Enfermedades preexistentes sin cobertura ni plan futuro.
- ☐ Fondo de emergencia menor a 2 meses o inexistente.
- ☐ No hay metas financieras y de ahorro a corto, mediano y largo plazo.
- ☐ Ahorro menor al 10% de tu ingreso.
- ☐ Pago del mínimo en tarjetas de crédito por 3 meses continuos.
- ☐ Endeudamiento continuo con instituciones o familiares.
- ☐ Pasivos patrimoniales sin seguro: (coche, casa, negocio, etc.)

Si quieres cerrar el año con claridad, con tu salud y tu dinero trabajando a tu favor,
este es el momento: **AGENDA TU FAST TRACK GRATUITO HOY**
mándame un DM con la palabra "FAST TRACK"