

PRESENTE Y FUTURO: LAS PRÁCTICAS EN SALUD FINANCIERA



[Tamayo Aguilar Daniel]

TENA

tena@ammef.mx

Mi nombre es Daniel Tamayo Aguilar, en la actualidad soy Médico Interno de Pregrado, Tesorero Nacional electo de la Asociación Mexicana de Médicos en Formación A.C, amante de los viajes y un fiel creyente de que las prácticas en salud financiera son el presente y futuro del éxito.

La salud financiera es un tema subestimado, pero de suma importancia que merece y debemos abordar. La vida de un estudiante de medicina conlleva a una serie de gastos significativos que van desde matrículas universitarias, libros que en su mayoría son costosos, hasta los gastos de la vida cotidiana (rentas, transporte, comidas, etc.).

Si bien las universidades no incluyen estas prácticas, es fundamental que las instituciones educativas y los programas de medicina reconozcan la importancia para nosotros los estudiantes, futuros adultos independientes y futuros médicos; esto puede incluir actividades, programas, asesoramiento en la formación y servicios de apoyo.

Habría que comprender que la educación y salud financiera no sólo tienen implicaciones a corto plazo, sino que también a largo plazo, pudiendo poner en

riesgo el bienestar y la futura práctica clínica. De manera general, pero a la vez específica, hay ciertos puntos de los cuales cada persona debería conocer y poner en práctica.

La gestión efectiva de las finanzas personales se origina a partir de dos conceptos que aplicamos en el día a día, INGRESOS- EGRESOS, para esto se requieren de habilidades de planificación y organización, a base de buenas decisiones. Para esto podemos hacer uso de herramientas digitales como son Excel, apps gestoras de gastos o directamente de la banca de su institución bancaria.

Los gastos (Egresos) pueden categorizarse en varias áreas, cada una con su importancia y peso en la vida y finanzas de cada persona. Si bien los egresos representan "metas", hay que tener cuidado con los gastos denominados "Hormiga", "Fantasmas" o "Vampiros", los cuales están presentes en nuestra vida cotidiana y que al parecer no nos generan un gasto considerable, pero que al término de un mes representan una buena cantidad de presupuesto; van desde la compra de chicles, los cafés diarios de ciertas empresas, el pago de una membresía del gimnasio al cuál no acudimos,

las plataformas de streaming, entre muchos otros.

Establecer metas a corto y largo plazo, nos permitirá tener presupuestos mejor establecidos y al mismo tiempo tener temporalidades, las cuales nos permitirán tener una búsqueda de fondos para lograr llegar a cubrir y cumplir esa meta previamente establecida. Por ejemplo, la compra de un estetoscopio Littmann, el pago de una Asamblea Nacional, los libros para el siguiente semestre, la matrícula, un taller, etc.

Hay que tener cuidado con el estrés, ya que este puede tener un impacto significativo en el bienestar emocional y mental de cada uno de nosotros. La preocupación constante por las deudas, los préstamos, los gastos y la incapacidad para mantener un estilo de vida adecuado, puede afectar gravemente la capacidad para concentrarse en los estudios y rendir al máximo. La gran mayoría de los estudiantes dependemos principalmente de nuestras familias, pero un cierto porcentaje dependen de préstamos estudiantiles para financiar su educación. Estos préstamos, aunque son una forma de inversión en el futuro profesional, pueden generar una deuda significativa que debe ser manejada de manera responsable.

Estos son algunos de los puntos de los cuales se puede ir trabajando poco a poco. El realizar prácticas financieras, representan un reto para cada estudiante de medicina, sin embargo, no es algo imposible. He de destacar que en la AMMEF A.C. contamos con un entrenamiento el cual titulamos "Salud Financiera", que en conjunto con Nancy Peña, Coordinadora de CB para Tesorería Nacional buscamos representar conceptos básicos, explicados de una manera sencilla y posteriormente la guía para construir un presupuesto en torno a una situación.

Les invito a darle continuidad a estos procesos de aprendizaje en lo que respecta a sus finanzas, y a participar en las futuras actividades que se ofertarán por parte de la TENA.

"La inclusión y la educación financiera empoderan a cada persona, propiciando una sociedad más justa con mayores oportunidades de desarrollo". Alejandro Díaz de León

Les mando un caluroso abrazo desde la ciudad de los conejos, Tuxtla Gutiérrez, Chiapas.

