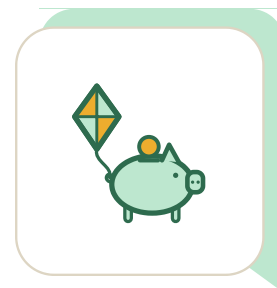


Ahorro para emergencias

El fondo de libertad: lo que de verdad le dan sus ahorros para emergencias

Un fondo de emergencia no es solo para los días malos. Le da tiempo, tranquilidad y margen para elegir, y hasta \$250 ya son un comienzo de verdad.



6 min de lectura • Actualizada en octubre de 2026 • Revisada contra sus fuentes

En resumen

- ✓ Los ahorros le dan tiempo: para encontrar un mejor trabajo, cuidar a alguien que quiere o aprender algo nuevo sin endeudarse.
- ✓ Lo poco también cuenta. En un estudio, las familias con \$250 a \$749 ahorrados (en dólares de 2015) se atrasaron menos con la renta o la hipoteca al perder ingresos.
- ✓ Póngale un nombre que diga lo que le da, hágalo automático y guárdelo aparte. Que el nombre le recuerde que ese dinero es para usarlo cuando lo necesite.

De una organización sin fines de lucro. Quien le asesora tiene un deber fiduciario: debe poner los intereses de usted primero. Su información no se vende.

¿Prefiere hablarlo con alguien?

Un asesor financiero voluntario puede ayudarle con su situación, uno a uno, en español y sin costo.



Apunte la cámara de su teléfono al código, o visite:

**[advisersgiveback.org/
comienzo-esp](https://advisersgiveback.org/comienzo-esp)**

1

Más que dinero para los días malos

La mayoría de nosotros pensamos en un fondo de emergencia como el dinero para el peor día: el carro que se descompone, el despido, la cuenta del hospital. Y sí, para eso sirve. Pero tener dinero a la mano también hace algo más, sin tanto ruido. Le da opciones.

Cuando tiene algo ahorrado, puede:

- Dejar un trabajo que ya no es para usted, sin entrar en pánico por el próximo cheque de pago. Si renuncia, puede que no reciba beneficios de desempleo a menos que haya tenido una buena razón, así que un colchón importa todavía más. ¹
- Tomarse un tiempo para cuidar a alguien que quiere, sin endeudarse.
- Tomar una clase o probar un camino nuevo.
- Preocuparse menos por lo que pueda traer la próxima cuenta.

Por eso algunas personas le llaman fondo de libertad. Aquí verá lo que le puede dar, y cómo empezar uno con cualquier ingreso.

2

Le da tiempo

Los trabajos cambian, a veces porque uno quiere y a veces no. En la encuesta de 2025 de la Reserva Federal, el 7% de los adultos dijo que perdió su trabajo por un recorte de personal en 2025, y el 8% dejó un trabajo por decisión propia. Y el 42% dijo que le preocupaba encontrar o conservar un trabajo. ²

Un colchón le da tiempo para encontrar el trabajo que de verdad le conviene, no solo el primero que salga. Y muchas veces el cambio sale bien. En 2025, el 60% de las personas que cambiaron de trabajo dijo que, en general, el nuevo era mejor. ²

Cuidar a la familia también toma tiempo. En 2025, el 18% de los adultos cuidaba con regularidad, sin recibir paga, a un familiar o amigo adulto por la edad, una discapacidad o una enfermedad. ² La ley federal les da a muchos trabajadores el derecho a tomar hasta 12 semanas de permiso en un período de 12 meses, sin perder su trabajo. Es para cuidar a su cónyuge, a un hijo o a uno de sus padres con un problema de salud grave. Pero durante ese permiso federal no le pagan. ³

La propia ley de California sobre permisos familiares protege el empleo de muchas personas que trabajan en empresas de apenas cinco empleados, y cubre a más familiares, como los abuelos o los hermanos. ⁴ Además, California tiene el Permiso Familiar Pagado (Paid Family Leave). Si ha aportado al Seguro Estatal de Incapacidad, que aparece como «CASDI» en su talón de pago, este permiso le puede pagar beneficios hasta por 8 semanas mientras cuida a un familiar con una enfermedad grave. ⁵ Los beneficios reemplazan solo una parte de su sueldo, así que los ahorros ayudan a cubrir la diferencia. ⁶

3

Le da tranquilidad

La preocupación por el dinero ocupa mucho espacio en la cabeza, y los ahorros pueden aliviar parte de ella. En una encuesta de 2019, la Oficina para la Protección Financiera del Consumidor (CFPB) le preguntó a la gente qué tan seguido siente que sus finanzas controlan su vida. ⁷

58%

de las personas con menos ahorros de los que sentían que necesitaban dijeron que sus finanzas controlan su vida, siempre o con frecuencia

Entre las personas que tenían ahorrado lo que sentían que necesitaban, el 22% dijo lo mismo.

Fuente: Consumer Financial Protection Bureau, Perceived Financial Preparedness, Saving Habits, and Financial Security (September 2020)

El ingreso importa, pero no lo explica todo. Fíjese en las personas que ganaban de \$20,001 a \$40,000 y tenían los ahorros que sentían que necesitaban. Sentían que el dinero controla su vida casi en la misma proporción que las personas que ganaban más de \$100,000 y no tenían esos ahorros. En los dos grupos fue más o menos un tercio. ⁷

El hábito también parece contar, aun antes de que el fondo esté completo. Entre las personas que tenían menos ahorros de los que sentían que necesitaban, el 72% de las que no estaban ahorrando dijo que el dinero controla su vida. Entre las que sí estaban ahorrando, fue el 45%. ⁷ La encuesta muestra un patrón, no una prueba. Pero sugiere que no tiene que llegar a su meta para sentir algo de alivio.

4

Le da margen para decir que no

Con ahorros, puede negociar de otra manera. Cuando tiene efectivo, no tiene que aceptar la primera oferta, porque no se ha quedado sin opciones.

- **Puede comparar precios.** Pida un segundo presupuesto para una reparación del carro en vez de decir que sí en ese momento.
- **Puede evitar el crédito caro.** Una sorpresa que se paga con tarjeta de crédito o con un préstamo puede terminar costando mucho más que la cuenta misma, por los intereses y los cargos. ⁸
- **Puede decirle que no a un mal préstamo.** Si de verdad tiene que pedir prestado, tiene tiempo para comparar costos. Nuestra guía [Qué hacer cuando le llega una cuenta grande](#) le muestra cómo.

En línea: advisersgiveback.org/es/guias/cuando-llega-una-cuenta-grande/

- **Puede esperar a lo que le conviene.** Un trabajo, un departamento, un carro: con un colchón, tiene tiempo para elegir.

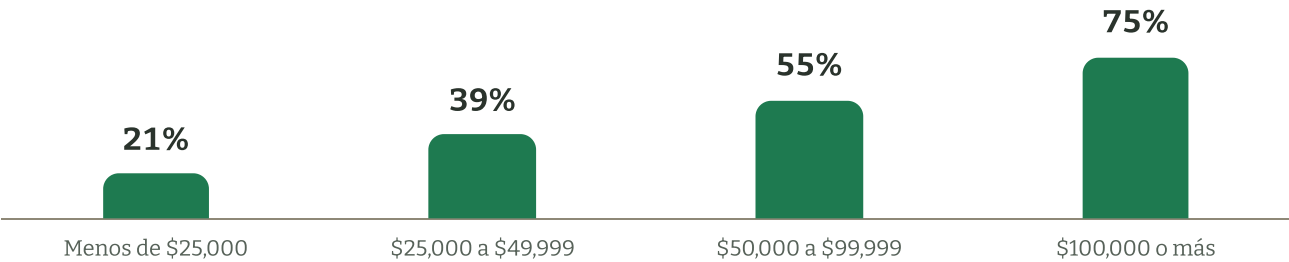
5

Quién tiene un colchón, y por qué las cantidades pequeñas cuentan

Juntar ahorros es más difícil con un ingreso más bajo, y los números lo muestran. En 2025, el 75% de los adultos con un ingreso familiar de \$100,000 o más tenía apartados tres meses de gastos. Entre los que ganaban menos de \$25,000, fue el 21%. ²

Mientras más alto el ingreso, más común es tener un colchón de tres meses

Adultos con tres meses de gastos apartados en un fondo de emergencia o para imprevistos, según el ingreso familiar, 2025



Todos los adultos: 55%.

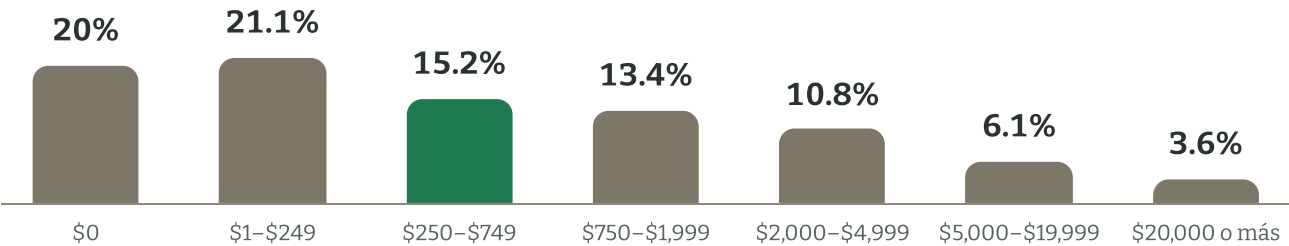
Fuente: Federal Reserve Board, Economic Well-Being of U.S. Households in 2025 (May 2026)

Esa diferencia es cosa de números, no de carácter. Solo el 19% de los adultos que ganaban menos de \$25,000 dijo que siempre o con frecuencia le sobraba dinero al final del mes. Entre los que ganaban \$100,000 o más, fue el 59%. ² Cuando sobra poco, cada dólar ahorrado cuesta más esfuerzo.

La buena noticia es que un fondo de libertad no tiene que ser grande para ayudar. Con datos de una encuesta del Censo de 2009 a 2012, el Urban Institute estudió a familias que perdieron un trabajo, tuvieron un problema de salud que limitó su trabajo o vieron caer su ingreso a la mitad o más. Entre las familias con \$250 a \$749 ahorrados, el 15% no pudo hacer algún pago de la renta o de la hipoteca. Entre las familias con \$1 a \$249, fue el 21%. ⁹

Con unos cuantos cientos de dólares ahorrados, menos familias se atrasaron con la renta o la hipoteca

Familias que no hicieron un pago de vivienda después de perder un trabajo, de tener un problema de salud que limitó su trabajo o de ver caer su ingreso a la mitad o más, según sus ahorros, de 2009 a 2012



Ahorros fuera de las cuentas de retiro, en dólares de 2015.

Fuente: Urban Institute, Thriving Residents, Thriving Cities: Family Financial Security Matters for Cities (April 2016)

A las familias con más ahorros les fue todavía mejor. El mismo estudio encontró que las familias de ingresos más bajos con \$2,000 a \$4,999 ahorrados tenían menos probabilidad de pasar apuros después de perder ingresos que las familias de ingresos medios sin ahorros. ⁹

6

Arme su fondo de libertad

Tres pasos convierten la idea en una cuenta:

1

Póngale nombre.

Elija para la cuenta un nombre que signifique algo para usted, como «Fondo de libertad» o «Tranquilidad». La CFPB revisó varios estudios, la mayoría de fuera de Estados Unidos. Según esos estudios, guardar los ahorros en un lugar aparte, con una etiqueta que diga para qué son, puede ayudar a la gente a ahorrar. Pero una etiqueta también puede tener el efecto contrario. En una serie de experimentos, algunas personas ahorran para una meta que sentían como una gran responsabilidad, como sus hijos. Esas personas decían con más frecuencia que pagarían una emergencia con tarjeta de crédito antes que usar ese dinero.¹⁰ Así que escoja un nombre que le recuerde que el dinero está ahí para usarlo cuando lo necesite.

2

Hágalo automático.

Programe una transferencia pequeña para el día de pago. Con \$10 a la semana, en un año tendría \$520. Nuestra guía [Páguese a usted primero](#) le muestra cómo.

En línea: advisersgiveback.org/es/guias/paguese-a-usted-primero/

3

Guárdelo aparte.

Téngalo donde no le den ganas de gastarlo en cosas que no son emergencias.⁸

Una cuenta en otro banco o en otra cooperativa de crédito (credit union) pone una pausa que ayuda. Lo que no se ve, no se antoja.

Pruebe con sus propios números. La calculadora muestra cuánto tarda cada paso con la cantidad que puede ahorrar.



¿Cuánto tarda en armar su colchón?

Ejemplo resuelto

Escanee el código para probar con sus propios números, o visite advisersgiveback.org/es/guias/fondo-de



Gastos esenciales al mes **\$2,500** Ahorro al mes **\$100** Ya ahorrado **\$0**

1

4 meses

para llegar a \$400

2

10 meses

para llegar a \$1,000

3

2 años y 1 mes

para llegar a un mes de
gastos esenciales (\$2,500)

4

6 años y 3 meses

para llegar a tres meses de
gastos esenciales (\$7,500)

Los primeros pasos llegan pronto. Los últimos son metas de largo plazo.

**Pruebe esto hoy**

Abra la app de su banco, o llame a su banco o cooperativa de crédito, y cámbiele el nombre a su cuenta de ahorros. Luego escriba una cosa que su fondo de libertad le permitiría hacer.

Un fondo de emergencia no solo lo protege de lo malo. También le da permiso para lo bueno.

Para saber más sobre cómo armar su colchón paso a paso, lea [Cómo armar un fondo de emergencia, paso a paso](#). Y gane lo que gane, un asesor voluntario, que dona su tiempo, puede ayudarle a fijar una meta de ahorro que vaya con su vida, uno a uno y sin costo.

En línea: advisersgiveback.org/es/guias/fondo-de-emergencia/

Preguntas para su asesor

Un asesor voluntario está listo cuando usted lo esté.

Un asesor voluntario puede revisar sus números con usted y ayudarle a decidir qué hacer primero.

advisersgiveback.org/comienzo-esp

**Fuentes**

1. California Employment Development Department, Unemployment Eligibility Requirements, Accessed October 10, 2026. Qué pasa si renuncia o lo despiden (What Happens If You Quit or Get Fired). edd.ca.gov/en/unemployment/eligibility/
2. Federal Reserve Board, Economic Well-Being of U.S. Households in 2025, May 2026. La Encuesta sobre la Economía y las Decisiones de los Hogares (Survey of Household Economics and Decisionmaking), hecha en octubre de 2025: tablas 11, 18 y 27, y figuras 8 y 9. federalreserve.gov/publications/files/2025-report-economic-well-being-us-households-202605.pdf
3. U.S. Department of Labor, Wage and Hour Division, Family and Medical Leave Act, Last updated January 26, 2026. dol.gov/agencies/whd/fmla
4. California Civil Rights Department, Family Care and Medical Leave: Quick Reference Guide, Accessed October 10, 2026. El permiso de la Ley de Derechos de la Familia de California (CFRA) comparado con el de la FMLA federal. calcivilrights.ca.gov/employment/family-care-medical-leave-guide/
5. California Employment Development Department, Paid Family Leave, Accessed October 10, 2026. edd.ca.gov/en/disability/paid-family-leave/
6. California Employment Development Department, Paid Family Leave Benefit Payment Amounts, Accessed October 10, 2026. El beneficio semanal es de alrededor del 70% al 90% de lo que ganaba antes, hasta un máximo. edd.ca.gov/en/disability/Calculating_PFL_Benefit_Payment_Amounts/

7. Consumer Financial Protection Bureau, Perceived Financial Preparedness, Saving Habits, and Financial Security, September 2020. Informe breve de la Oficina de Investigación de la CFPB, a partir de la encuesta Making Ends Meet del verano de 2019: figura 4 y tabla 2.
files.consumerfinance.gov/f/documents/cfpb_perceived-financial-preparedness-saving-habits-and-financial-security_2020-09.pdf
8. Consumer Financial Protection Bureau, An essential guide to building an emergency fund, Last modified October 29, 2025.
consumerfinance.gov/an-essential-guide-to-building-an-emergency-fund/
9. Urban Institute, Thriving Residents, Thriving Cities: Family Financial Security Matters for Cities, April 2016. Signe-Mary McKernan, Caroline Ratcliffe, Breno Braga y Emma Kalish, con datos de la Encuesta de Ingresos y Participación en Programas (Survey of Income and Program Participation) de la Oficina del Censo, de 2009 a 2012: figura 1.
urban.org/sites/default/files/publication/79776/2000747-thriving-residents-thriving-cities-family-financial-security-matters-for-cities_0.pdf
10. Consumer Financial Protection Bureau, Evidence-Based Strategies to Build Emergency Savings, July 2020. Informe de la Oficina de Investigación de la CFPB, sección 5.2, sobre comprometerse y apartar el dinero para un fin (commitment and earmarking).
files.consumerfinance.gov/f/documents/cfpb_evidence-based-strategies-build-emergency-savings_report_2020-07.pdf

Actualizada en octubre de 2026. Esta guía es información general, no un consejo para su situación. Revisamos cada cifra contra su fuente; si algo cambió, avisenos en advisersgiveback.org/contact. Lea esta guía en línea, con sus calculadoras, en advisersgiveback.org/es/guias/fondo-de-libertad/. Advisers Give Back es una organización sin fines de lucro 501(c)(3) (EIN 84-4685390), y su información no se vende.