

Retirement Matters

Las fluctuaciones del mercado: lo que realmente importa

Formas prácticas de administrar la volatilidad del mercado sin reaccionar de forma exagerada

Las subidas y bajadas del mercado pueden resultar inquietantes, especialmente cuando los títulos de los periódicos destacan las fuertes oscilaciones de un día para otro. Sin embargo, la volatilidad es una parte normal de la inversión, y comprender cómo administrarla puede ayudarle a mantenerse enfocado en sus objetivos a largo plazo.

Ponga la volatilidad en perspectiva

Los movimientos del mercado a corto plazo suelen estar impulsados por factores como la incertidumbre sobre las tasas de interés, los conflictos geopolíticos y el rápido aumento de los precios en el supermercado y en la gasolinera. ¿Le suena familiar alguno de estos? Aunque estos cambios pueden generar incertidumbre, no son inusuales. A lo largo del tiempo, los mercados han atravesado históricamente ciclos de crecimiento y disminución. Para los inversionistas a largo plazo, estos períodos son parte del camino, no una señal para abandonar su plan.

Evite las decisiones emocionales

Uno de los mayores riesgos durante los períodos de volatilidad es reaccionar de manera emocional: vender cuando los mercados caen o intentar “calcular” el momento de recuperación. Estas acciones pueden consolidar las pérdidas y dificultar el beneficio de futuras recuperaciones del mercado. Mantener sus inversiones y ceñirse a su estrategia suele ser el método más eficaz.

Enfóquese en lo que puede controlar

No puede controlar el mercado, pero sí puede controlar su comportamiento. Las acciones clave incluyen:

- Mantener una cartera diversificada para ayudar a administrar el riesgo
- Continuar con sus aportaciones regulares, lo que le permitirá comprar inversiones a precios más bajos durante las caídas (y seguir recibiendo la aportación equivalente de su empleador)



- Revisar (sin reaccionar de forma exagerada) su combinación de inversiones para asegurarse de que sigue ajustándose a su horizonte de tiempo y tolerancia al riesgo.

Piense a largo plazo

La inversión para la jubilación es un proceso a largo plazo. Los movimientos diarios o incluso anuales del mercado son menos importantes que la trayectoria general a lo largo de décadas. Si le faltan años para jubilarse, la volatilidad a corto plazo puede tener menos impacto de lo que cree, e incluso puede presentar oportunidades de crecimiento.

Cuándo debe revisar su plan

La volatilidad puede ser un buen recordatorio para revisar su plan, no para realizar cambios repentinos, sino para confirmar que sigue por el buen camino. Si sus objetivos, su plazo o su comodidad con el riesgo han cambiado, puede que valga la pena ajustar su estrategia de forma reflexiva.

La pregunta del millón de dólares

¿Cuánto necesita ahorrar para su jubilación?

Según un [estudio reciente de Fidelity](#), los estadounidenses afirman que planean haber ahorrado un promedio de más de 1,4 millones de dólares para su jubilación. Aunque alcanzar el millón de dólares es un hito muy significativo, las incertidumbres de la inflación, el aumento de los costos de los cuidados médicos y la mayor expectativa de vida pueden hacer que un millón de dólares ahorrado para la jubilación parezca insuficiente.

Ahorrar para la jubilación no se trata tanto de alcanzar un saldo específico en la cuenta, sino más bien de los ingresos que sus ahorros pueden generar una vez que deje de trabajar. Lo que realmente importa es si sus ahorros, combinados con otras fuentes como el Seguro Social, pueden sostener su estilo de vida mes tras mes.

Enfóquese en cerrar su brecha de ingresos para la jubilación

Muchos profesionales financieros recomiendan que se proponga reemplazar entre el 70% y el 80% de sus ingresos previos a la jubilación, aunque sus necesidades pueden variar. La brecha de ingresos para la jubilación se refiere a la diferencia

entre los ingresos que espera necesitar durante la jubilación y los ingresos que se prevé que le proporcionen sus ahorros y otras fuentes (como el Seguro Social). Por ejemplo, si estima que necesitará \$5.000 dólares al mes durante la jubilación, pero se prevé que sus fuentes de ingresos combinadas generen \$4.000 dólares, su brecha de ingresos para la jubilación sería de \$1.000 dólares al mes. Identificar esta brecha con anticipación le permite ajustar su plan, por ejemplo, aumentando las aportaciones, retrasando la jubilación o revisando las hipótesis de gastos, para ayudarlo a mantenerse en el camino correcto.

Utilice una calculadora de necesidades de jubilación

Una de las mejores formas de estimar "cuánto es suficiente" es utilizando una calculadora de necesidades de jubilación, como las que proporciona el administrador de su plan de jubilación. Estas herramientas ayudan a traducir sus ahorros en un ingreso mensual proyectado e identificar posibles brechas. La mayoría de las calculadoras utilizan algunas hipótesis clave, incluyendo:

- Edad actual y edad de jubilación
- Ingresos y tasa de aportación
- Saldo actual de ahorros
- Rendimientos esperados de las inversiones
- Tasa de inflación
- Beneficios estimados del Seguro Social
- Cuánto tiempo necesitará ingresos durante la jubilación.

Al ajustar estos datos, puede ver cómo pequeños cambios, como ahorrar un 1% más o jubilarse un año más tarde, pueden tener un impacto significativo en sus ingresos futuros.

Poniendo todo en perspectiva

En lugar de perseguir una cifra "mágica", enfóquese en elaborar un plan que respalde su estilo de vida futuro. Revisar regularmente su progreso, aumentar las aportaciones cuando sea posible y utilizar las herramientas de planificación que le ofrece el administrador de su plan pueden ayudarlo a alcanzar sus metas.



Bebidas de calidad

Las bebidas sin alcohol están redefiniendo el significado del brindis



No hace mucho tiempo, prescindir del alcohol en los eventos sociales solía significar elegir entre agua, refrescos o un cóctel sin alcohol básico. Hoy en día, eso ha cambiado radicalmente. Las bebidas sin alcohol se han convertido en una categoría en rápida expansión, que ofrece opciones más sofisticadas que satisfacen una amplia variedad de gustos y estilos de vida.

¿Qué impulsa esta tendencia?

Un factor importante es un cambio generalizado hacia la salud y el bienestar. Muchas personas están replanteándose su relación con el alcohol, ya sea reduciendo su consumo, tomándose descansos o eliminándolo por completo. Movimientos como el "Dry January" (enero sin alcohol) y el estilo de vida de "sober curious" (sobriedad consciente) han contribuido a normalizar la idea de que no se necesita alcohol para disfrutar de una bebida o de un entorno social.

En 2025, solo alrededor del 54% de los adultos estadounidenses declararon consumir alcohol, el nivel más bajo en décadas. Las generaciones más jóvenes lideran este cambio: apenas la mitad de los adultos de entre 18 y 34 años afirman beber, lo que supone un descenso significativo con respecto a décadas anteriores. Además, los estudios muestran que hasta un 65% de los consumidores de la Generación Z están intentando activamente beber menos, optando por priorizar el ejercicio físico, la salud mental y el bienestar general. Para muchos, no se trata de renunciar a algo, sino de tomar decisiones más saludables.

Más que simples cócteles sin alcohol

Lo que ha cambiado hoy en día es la calidad y la variedad de opciones disponibles. Las opciones actuales van desde bebidas botánicas estilo aperitivo y cervezas artesanales sin alcohol hasta cócteles sin alcohol listos para beber y vinos desalcoholizados, lo que ofrece a los consumidores más variedad y sofisticación que nunca.

Estas bebidas están diseñadas para ofrecer una experiencia más completa: no son excesivamente dulces ni simplistas, sino equilibradas y elaboradas con esmero. Los bares, pubs y restaurantes se han dado cuenta de ello, y muchos ofrecen ahora menús específicos sin alcohol.

Un cambio social

También se está produciendo un cambio cultural. La decisión de no beber está cada vez más aceptada, e incluso se espera en algunos entornos. Los anfitriones ofrecen cada vez más opciones sin alcohol junto con las bebidas tradicionales, lo que hace que las reuniones sean más inclusivas para todos los invitados. El auge de las bebidas sin alcohol refleja una tendencia más amplia: la gente quiere flexibilidad. Es posible que sigan disfrutando del alcohol de vez en cuando, pero también quieren alternativas de alta calidad cuando no lo hacen.

Jubilación en movimiento

Sugerencias y recursos que todos pueden usar

La sabiduría es el poder de la jubilación

El “riesgo de secuencia de rendimientos” es el riesgo de que unos rendimientos de inversión desfavorables al inicio de la jubilación, combinados con retiros continuos, reduzcan significativamente el valor de una cartera y limiten sus posibilidades de recuperación. Este riesgo es más relevante durante los primeros 5 a 10 años de la jubilación, cuando el saldo de su cuenta suele estar en su nivel más alto y comienzan los retiros. Muchos inversionistas administran el riesgo de secuencia de rendimientos manteniendo una combinación diversificada de inversiones, conservando una parte de sus ahorros en activos más estables y ajustando los retiros durante las caídas del mercado cuando sea posible. Un profesional financiero puede ayudarle a crear estrategias específicas para administrar este riesgo potencial una vez que se jubile.

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

¿Con qué frecuencia debo revisar la cuenta de jubilación de mi lugar de trabajo?

En épocas de gran volatilidad en los mercados, resulta tentador consultar el saldo de su cuenta con frecuencia, incluso a diario. Sin embargo, dado que su cuenta de jubilación es una inversión a largo plazo, para la mayoría de las personas basta con revisarla una o dos veces al año. Verifique su tasa de aportación, la composición de sus inversiones y si va por buen camino. Lo mejor es no intervenir, a menos que se produzca algún cambio significativo en cuanto a su horizonte de tiempo, su apetito de riesgo y sus objetivos de jubilación.

Recordatorio trimestral

Es momento de hacer una revisión de la corazonada de su objetivo financiero para 2026: aumentar la tasa de aportación a su plan de jubilación actual. ¿La ha aumentado tal y como se prometió a sí mismo el 1 de enero? Si no es así, ¡ahora es el momento! Asegúrese de contribuir al menos lo suficiente como para recibir la aportación equivalente completa de su empleador (si se ofrece).

Herramientas y técnicas

El deducible de su plan de salud es la cantidad que debe pagar (sin contar sus primas mensuales) antes de que su compañía de seguros de salud comience a cubrir los servicios médicos. Consulte su póliza para comprobar esta cantidad, que normalmente se restablece al inicio de cada nuevo año de póliza. Un deducible más alto suele traducirse en una prima más baja (y viceversa). Dependiendo de sus necesidades de atención médica y de su tolerancia al riesgo, podría considerar cambiarse a un plan con un deducible más alto y una prima más baja.

Terminología financiera básica que debe saber

La burbuja de la IA. Este término hace referencia a la preocupación de que las acciones relacionadas con la inteligencia artificial puedan estar subiendo demasiado rápido, basándose en expectativas futuras más que en los resultados actuales. Si esas expectativas no se cumplen —o tardan más de lo previsto— los precios podrían retroceder, incluso si las perspectivas a largo plazo siguen siendo sólidas.

¿Necesita ayuda adicional para su plan de jubilación?

CBIZ es un asesor de planes de jubilación que ha sido contratado por su empleador para ayudarle. Programe una consulta virtual con uno de nuestros profesionales en finanzas.

PROGRAMADOR EN LÍNEA:

 fitconnect.cbiz.com

OPCIONES DE CONTACTO ADICIONALES:

 fit@cbiz.com  1-866-CBIZFIT



Los servicios de asesoría de inversión son provistos a través de CBIZ Investment Advisory Services, LLC, un asesor de inversiones acreditado y un subsidiario que le pertenece completamente a CBIZ, Inc.

Kmotion, Inc., 12336 SE Scherrer Street, Happy Valley, OR 97086; 877-306-5055; www.kmotion.com

©2026 Kmotion, Inc. Esta hoja informativa es una publicación de Kmotion, Inc., cuyo papel es sólo como editor. Los artículos y opiniones en esta hoja informativa son aquellos de Kmotion. Los artículos y opiniones en esta publicación sólo tienen el propósito de ofrecer información general y no tienen la intención de ofrecer ni consejos ni recomendaciones específicas para ningún individuo. Nada en esta publicación se deberá interpretar como consejos de inversión o que dirigen a los empleados a participar en cualquier programa de inversión de ninguna manera. Por favor consulte con su asesor financiero u otro profesional apropiado para obtener mayor ayuda con respecto a su situación individual.

