

DECISIONES INTELIGENTES SOBRE TU DINERO

Tu Autonomía

Tu Dinero, Tu Futuro

Programa híbrido para mujeres adultas de cualquier edad y ocupación, con o sin ingreso propio. No es un curso de emprendimiento: trata del dinero a su nombre, su retiro, su protección y su seguridad. Esta ficha explica por qué existe, a quién va dirigido y cómo cada módulo responde a su realidad.

 **Mujeres adultas, con o sin ingreso propio** **En línea y 2 círculos presenciales** **8 módulos y 24 lecciones** **Constancia: 8 autoevaluaciones aprobadas y encuesta final****1**

Las mujeres y su dinero en ocho cifras

Fuentes: INEGI y CNBV, ENIF 2024 (18 a 70 años); INEGI, Cuenta Satélite del Trabajo No Remunerado de los Hogares 2024; DOF, 12 de febrero de 2026; INEGI, ENDIREH 2021 (mujeres de 15 años y más).

72.8 % de las mujeres tiene algún producto financiero; los hombres, 80.9 %	34.2 % de las mujeres tiene cuenta de Afore; los hombres, 51.4 %	18.3 % de las mujeres tiene algún seguro; los hombres, 28.2 %	23.9 % del PIB vale el trabajo no pagado de los hogares (2024)
72.6 % de ese valor lo aportan las mujeres	1,550 pesos al mes: Pensión Mujeres Bienestar, de los 60 a los 64 años (2026)	3,200 pesos al mes: pensión de Adultos Mayores desde los 65 años (2026)	27.4 % de las mujeres vivió violencia económica, patrimonial o discriminación a lo largo de su vida (2021)

2

Las mujeres tienen menos Afore y menos seguros que los hombres

Población de 18 a 70 años. Fuente: INEGI y CNBV, ENIF 2024 (Afore y seguros: comunicado 49/25; algún producto financiero: dato secundario).



La brecha más grande está en la Afore: 17.2 puntos. Los años dedicados a cuidar son semanas que no se cotizan. Por eso el curso dedica un módulo a la Afore, las semanas y las aportaciones voluntarias.

3

El trabajo de cuidados vale casi una cuarta parte del PIB, y lo hacen sobre todo las mujeres

Valor del trabajo no pagado en los hogares, 2024. Fuente: INEGI, Cuenta Satélite del Trabajo No Remunerado de los Hogares 2024 (comunicado 148/25, 25 de noviembre de 2025).

≈8 billones de pesos vale el trabajo no pagado de los hogares	23.9 % del PIB (23.2 % en 2023, serie revisada del INEGI)	72.6 % del valor lo aportan las mujeres: 2.7 veces lo de los hombres
---	---	--

Cuidar también es trabajo, aunque no se pague. El curso enseña a hacer un presupuesto donde ella aparece y a llegar a acuerdos de dinero en pareja.

4

Una de cada seis mujeres vivió violencia económica, patrimonial o discriminación en el último año

Mujeres de 15 años y más. Fuente: INEGI, ENDIREH 2021. La categoría junta la violencia de la pareja, la de la familia y la discriminación en el trabajo.

27.4 % la vivió a lo largo de su vida	16.2 % en los últimos 12 meses	20.7 % vivió algún tipo de violencia de su pareja en los últimos 12 meses (mujeres que tienen o tuvieron pareja)
---	--	--

El curso enseña a reconocer las señales, a armar un plan de seguridad económica y dónde pedir ayuda: las líneas de ayuda para mujeres de su estado (en la Ciudad de México, la Línea Mujeres) y el 911 en una emergencia. En los círculos se acuerda cuidar la privacidad de cada participante, y nadie tiene que contar su historia.

5 **Lo que falta, según la evidencia oficial**

Fuentes: INEGI y CNBV, ENIF 2024; INEGI, ENDIREH 2021 (comunicado 485/22). Donde no hay cifra oficial, se dice.

72.8 % Dinero a su nombre de las mujeres tiene algún producto financiero	34.2 % Su retiro de las mujeres tiene cuenta de Afore	18.3 % Un seguro propio de las mujeres tiene algún seguro
8.1 % Seguridad económica de las mujeres con pareja vivió violencia económica o patrimonial de su pareja en el último año; 19.1 % a lo largo de la relación	Sin dato Pensión alimenticia no hay una cifra oficial confirmada de cuántas no la reciben	Sin dato Estrés por dinero no hay una cifra oficial para esta población

6 **A quién va dirigido**

El programa es para la autonomía económica de las mujeres, tengan o no un ingreso propio.

Núcleo del programa Mujeres adultas de cualquier edad y ocupación Con o sin ingreso propio. Sus retos son tener cuenta, documentos y bienes a su nombre, que su presupuesto la incluya, cuidar su Afore y sus pensiones, tener un seguro propio, reconocer la violencia económica y hacer rendir la pensión alimenticia.	También es para ellas Mujeres de 60 a 64 años Quienes reciben o están por recibir la Pensión Mujeres Bienestar y pasarán a la de Adultos Mayores a los 65.	Fuera del núcleo Quien busca emprender No es un curso de emprendimiento. Para empezar un negocio está Tu Idea, y para uno en marcha, Tu Negocio.
--	--	--

7

Del dato a la decisión: nivel, formato y temas

Cómo la evidencia definió el diseño del curso.

34.2 %

de las mujeres tiene Afore, frente a 51.4 % de los hombres.



Retiro y pensiones con números

Un módulo de Afore y semanas, y otro de la Pensión Mujeres Bienestar y el paso a la de Adultos Mayores.

8.1 %

de las mujeres con pareja vivió violencia económica o patrimonial de su pareja en el último año (19.1 % a lo largo de la relación).



Un módulo de violencia económica

Señales, plan de seguridad y cómo recuperar el control, con líneas de ayuda.

Sin dato

en esta ficha no hay datos de escolaridad ni de mujeres sin ingreso propio.



Para empezar desde cero, tenga o no ingreso propio: dinero a su nombre, retiro y seguridad, con lenguaje sencillo

Casos de mujeres de 29 a 61 años, con y sin sueldo.

Privacidad

es indispensable cuando el tema es la violencia económica.



Formato híbrido

Unas 3 horas en línea, a su ritmo, y 2 círculos presenciales de 2 horas, con el acuerdo de que lo que se dice en el círculo se queda en el círculo; cada quien decide qué compartir.

8

El camino del curso: cada módulo responde a un dato real

Lo que se aprende, por qué hace falta y lo que cada persona busca medir. Donde no hay cifra oficial, se dice.



Módulo 1 · Mi dinero, mi nombre

DATO REAL

72.8 % de las mujeres tiene algún producto financiero, frente a 80.9 % de los hombres (ENIF 2024).

LO QUE SE BUSCA MEDIR

Una cuenta a su nombre, sus documentos revisados y conocer su régimen de bienes.



Módulo 2 · Un presupuesto que cuenta los cuidados

DATO REAL

El trabajo no pagado de los hogares vale 23.9 % del PIB y las mujeres aportan 72.6 % de ese valor (2024).

LO QUE SE BUSCA MEDIR

Un presupuesto con un renglón para ella y un acuerdo de gastos por escrito.



Módulo 3 · Afore, semanas y aportaciones voluntarias

DATO REAL

34.2 % de las mujeres tiene cuenta de Afore, frente a 51.4 % de los hombres (ENIF 2024).

LO QUE SE BUSCA MEDIR

Su Afore y sus semanas localizadas, y una aportación voluntaria iniciada.



Módulo 4 · Pensión Mujeres Bienestar · Círculo 1

DATO REAL

1,550 pesos al mes de los 60 a los 64 años, y 3,200 desde los 65 (DOF, 2026).

LO QUE SE BUSCA MEDIR

Registrarse a tiempo y tener la tarjeta y el NIP en sus manos (el registro no garantiza el apoyo).



Módulo 5 · Seguros para mí

DATO REAL

18.3 % de las mujeres tiene algún seguro, frente a 28.2 % de los hombres (ENIF 2024).

LO QUE SE BUSCA MEDIR

Un seguro propio o beneficiarias al día, y cancelar los seguros que no pidió.



Módulo 6 · Violencia económica: señales y salida

DATO REAL

8.1 % de las mujeres con pareja vivió violencia económica o patrimonial de su pareja en el último año; 19.1 % a lo largo de la relación (ENDIREH 2021).

LO QUE SE BUSCA MEDIR

Un plan de seguridad económica escrito y conocer las líneas de ayuda para mujeres de su estado y el 911.



Módulo 7 · Pensión alimenticia

DATO REAL

No hay una cifra oficial confirmada de cuántas mujeres no reciben la pensión alimenticia.

LO QUE SE BUSCA MEDIR

Saber qué cubre la pensión y cómo pedirla o exigirla.



Módulo 8 · Estrés financiero y salud · Círculo 2

DATO REAL

No hay una cifra oficial de estrés por dinero para esta población.

LO QUE SE BUSCA MEDIR

Tres pasos pequeños elegidos con fecha y su plan de autonomía en una página.

Recursos y actividades complementarias al aprendizaje

Acompañan las lecciones y no llevan calificación; solo se califican las 8 autoevaluaciones de los módulos, con 70 % o más.

Bienvenida y diagnóstico

Encuesta de inicio y diagnóstico de 16 preguntas para saber de dónde parte cada persona.

Práctica de cada lección

«¿Qué harías?», «Repasa», ejercicio con sus números y compromiso; intentos ilimitados.

Programas y apoyos

Sección aparte con pensiones, programas para madres y para mujeres, y créditos; las lecciones remiten a ella.

Libro de apoyo e «Ir a fondo»

Casos, prácticas, glosario, dónde pedir ayuda y lecturas para profundizar.

2 círculos presenciales

De 2 horas, al terminar los módulos 4 y 8, para platicar, practicar y acompañarse.

Encuesta final

Constancia: 8 autoevaluaciones aprobadas y encuesta final.

9 Los personajes: ejemplos con los datos reales de las mujeres

Cada personaje se compara con una cifra oficial o con su propia cuenta. Son personajes de ejemplo, no personas reales.

Leticia

45 años · ama de casa · 20 años casada

50 %

del enganche de su casa lo aportó ella

46.4 %

de las mujeres trabaja o busca trabajo; los hombres, 75.3 % (ENOE)

La escritura está solo a nombre de su esposo. Su historia trata de la cuenta, los papeles y los bienes a su nombre.

Doña Rosario

61 años · dejó de trabajar para cuidar a sus papás

8 años

cotizados en el IMSS

1,550

pesos al mes: Pensión Mujeres Bienestar que le corresponde

Su historia trata de sus semanas, su Afore y su pensión.

Lucía

38 años · separada, con dos hijos

1,500

pesos al mes de pensión alimenticia

4 meses

sin recibir el pago

No hay una cifra oficial confirmada de pensiones que no lleguen. Su historia trata de exigirla y hacerla rendir.

Andrea

29 años · trabaja en una oficina

380

pesos al mes en tres seguros (4,560 al año)

18.3 %

de las mujeres tiene algún seguro

Su historia trata de revisar qué cubren los seguros que ya paga.

10 Áreas de oportunidad adicionales a este curso

Necesidades reales de la población que van más allá de lo que ofrece este curso.



Ayuda legal

Ayuda legal en cada estado (defensorías y Centros de Justicia para las Mujeres) para separación, pensión alimenticia y bienes. El curso da líneas de ayuda, pero no la lista por estado.



Cuidados

Mujeres con discapacidad o que cuidan a alguien con discapacidad. El curso habla de cuidar a padres mayores, pero no de otros cuidados de largo plazo.

F Fuentes principales

- INEGI y CNBV, ENIF 2024 (comunicado 49/25). INEGI, ENDIREH 2021.
- INEGI, Cuenta Satélite del Trabajo No Remunerado de los Hogares 2024 (comunicado 148/25, 25 de noviembre de 2025). INEGI, ENOE, cuarto trimestre de 2024.
- DOF, 12 de febrero de 2026 (Pensión Mujeres Bienestar y Pensión para Adultos Mayores).

Esta ficha describe el programa y la realidad de su población con datos públicos. Es información general: no es asesoría financiera, legal ni de seguros, y no garantiza resultados. Las cifras de los ejemplos son promedios o estimaciones; cada caso depende de su situación familiar, su trabajo y sus documentos.

Ficha revisada cifra por cifra por un revisor independiente.

Anexo • Datos de origen

Cada viñeta indica el dato, la fecha o el periodo al que corresponde y el documento del que proviene. La etiqueta final señala si se verificó en el documento oficial, si es un cálculo propio con cifras oficiales o si proviene de una fuente secundaria. No se incluyen los datos que no se encontraron.

2. Situación económica

- **Al menos un producto financiero (18 a 70):** Mujeres 72.8 %, hombres 80.9 % — **Dato de: 2024** · Fuente: INEGI y CNBV, ENIF 2024, RR 7/25 **VERIFICADO**
- **Cuenta Afore (18 a 70):** Mujeres 34.2 %, hombres 51.4 % (nacional 42.2 %) — **Dato de: 2024** · Fuente: ENIF 2024, comunicado 49/25 **VERIFICADO**
- **Al menos un seguro (18 a 70):** Mujeres 18.3 %, hombres 28.2 % (nacional 22.9 %) — **Dato de: 2024** · Fuente: ENIF 2024 **VERIFICADO**
- **Valor del trabajo no pagado en el hogar:** ≈8 billones de pesos, 23.9 % del PIB; las mujeres aportan 72.6 % del valor (2.7 veces lo de los hombres). En la serie revisada, 2023 = 23.2 % (subió a 23.9 %) — **Dato de: 2024** · Fuente: INEGI, CSTNRHM, comunicado 148/25 y RR 48/25 **VERIFICADO**
- **Pensión Mujeres Bienestar:** 1,550 pesos al mes, de los 60 a los 64 años — **Dato de: 2026** · Fuente: DOF 12 feb 2026 **VERIFICADO**
- **Pensión de Adultos Mayores:** 3,200 pesos al mes (pagados cada bimestre) desde los 65 años — **Dato de: 2026** · Fuente: DOF 12 feb 2026 **VERIFICADO**

3. Vulnerabilidades

- **Violencia económica, patrimonial o discriminación (cualquier agresor y ámbito):** 27.4 % de las mujeres de 15 y más a lo largo de su vida; 16.2 % en los últimos 12 meses — **Dato de: 2021** · Fuente: INEGI, ENDIREH 2021, comunicado 485/22 **VERIFICADO**
- **Violencia económica o patrimonial de la pareja:** 8.1 % en los últimos 12 meses; 19.1 % a lo largo de la relación (mujeres que tienen o tuvieron pareja) — **Dato de: 2021** · Fuente: ENDIREH 2021, comunicado 485/22, p. 20 **VERIFICADO**
- **Violencia de cualquier tipo de la pareja:** 20.7 % en los últimos 12 meses; 39.9 % a lo largo de la vida (mujeres que tienen o tuvieron pareja) — **Dato de: 2021** · Fuente: ENDIREH 2021, p. 19 **VERIFICADO**
- **Violencia económica o patrimonial en la familia:** 3.1 % en los últimos 12 meses — **Dato de: 2021** · Fuente: ENDIREH 2021, p. 16 **VERIFICADO**
- **Registro Nacional de Obligaciones Alimentarias:** Creado por reforma del DOF del 8 may 2023; sin total nacional publicado — **Dato de: 2023** · Fuente: DOF **SECUNDARIA**
- **Semanas cotizadas perdidas por cuidar:** Brecha de Afore de 17.2 puntos (ENIF 2024) — **Dato de: 2024** · Fuente: ENIF 2024 **VERIFICADO**

Datos usados en la ficha imprimible

- **Violencia económica o patrimonial de la pareja:** 8.1 % de las mujeres con pareja en los últimos 12 meses; 19.1 % a lo largo de la relación — **Dato de: 2021** · Fuente: INEGI, ENDIREH 2021, comunicado 485/22 **VERIFICADO**
- **Participación laboral:** mujeres 46.4 %, hombres 75.3 % — **Dato de: 4.º trimestre 2024** · Fuente: INEGI, ENOE **VERIFICADO**
- **Valor del trabajo no pagado, 2023 (serie revisada):** 23.2 % del PIB — **Dato de: 2023** · Fuente: INEGI, CSTNRHM, comunicado 148/25 **VERIFICADO**