



MONTVAREN KAPITAL

Doctora, doctor: tu dinero también necesita un plan

Guía gratuita para profesionales de la salud: aprende a ahorrar mejor en el día a día y a preparar tu retiro.

Autor de la guía: David Saez Collado

México | Material educativo

Información general. Las características y el tratamiento fiscal dependen del plan y de cada caso.

Ahorra mejor en el día a día

Empieza con hábitos sencillos que funcionen con tu vida y tu práctica profesional. El primer objetivo es darle dirección al dinero antes de comprometerlo a largo plazo.

Cinco hábitos accionables

1. Registra todo durante 30 días. Anota ingresos y gastos en una app, hoja o libreta. Separa hogar, consultorio, transporte, formación y gastos personales para ver patrones.
2. Presupuesta por ingreso real. Si tus ingresos cambian, planea con una cifra prudente basada en meses normales o bajos. Destina ingresos extraordinarios después de cubrir compromisos.
3. Automatiza un ahorro pequeño. Programa una transferencia el día que recibes ingreso. Empieza con una cantidad sostenible y súbela cuando tu presupuesto lo permita.
4. Haz una pausa antes de comprar. Para compras no urgentes, espera 24 horas. Revisa si estaba en tu presupuesto y qué objetivo desplaza.
5. Aparta gastos previsibles. Divide entre meses los gastos anuales o estacionales —seguros, impuestos, cursos o mantenimiento— y guárdalos aparte para que no parezcan emergencias.

Orden recomendado

Cubre gastos esenciales y pagos comprometidos, crea un fondo para imprevistos accesible y después define cuánto puedes destinar a metas de mediano y largo plazo. El dinero del PPR no sustituye al fondo de emergencia.



Un sistema simple para ingresos variables

En consulta, guardias, práctica privada o empleo institucional, los ingresos y gastos pueden tener ritmos distintos. Usa un sistema visible y ajustable; no hace falta compartir cifras personales para empezar.

Rutina semanal de 15 minutos

- Revisa: cuánto entró, cuánto salió y qué pagos vencen antes del siguiente ingreso.
- Separa: dinero personal, gastos del consultorio y provisiones para compromisos futuros. Evita contar dos veces el mismo saldo.
- Decide: una cantidad para ahorro de corto plazo y otra, solo si es sostenible, para objetivos de largo plazo.
- Ajusta: si un mes baja el ingreso, protege primero gastos esenciales y revisa aportaciones voluntarias antes de recurrir a deuda cara.

Reto de cuatro semanas

Semana	Acción concreta
1	Registra gastos diarios y marca los que puedes evitar, reducir o planear.
2	Elige una meta pequeña y abre un espacio separado para ese ahorro.
3	Automatiza una transferencia sostenible después del ingreso.
4	Revisa el resultado, cambia la cantidad si hace falta y fija una revisión mensual.

Antes de comprometerte a ahorrar a largo plazo: calcula una aportación que puedas sostener después de gastos esenciales, fondo de emergencia, deudas y obligaciones profesionales. Un monto menor y sostenible puede ser más adecuado que uno que te obligue a cancelar.



Plantilla 1 | Registro diario de gastos

Durante un mes, apunta los gastos en cuanto puedas. No busques juzgarlos: el objetivo es encontrar patrones y decidir qué quieres cambiar. Usa una copia de esta tabla cada mes.

Cómo usarla: escribe fecha, concepto, categoría y cantidad. Marca si era previsto o espontáneo. Al final suma por categoría y compárala con tu presupuesto.

Día	Concepto	Categoría	¿Previsto?	Monto
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				

Total del mes: \$ _____ Categoría donde más gasté: _____

Plantilla 2 | Presupuesto mensual

Anota lo que esperas recibir y gastar; al cierre, completa lo real. Si tus ingresos cambian, arma el presupuesto con una base prudente y trata el excedente como variable, no como dinero ya comprometido.

Rubro	Planeado	Real	Diferencia
Ingreso: nómina/hospital			
Ingreso: consulta/guardias			
Otros ingresos			
Total de ingresos			
Vivienda y servicios			
Alimentos y hogar			
Transporte			
Gastos profesionales			
Obligaciones/impuestos apartados			
Pagos mínimos de deuda			
Ahorro para imprevistos			
Ahorro para metas			
Gasto flexible			
Total de gastos			

Cuenta rápida

Disponible del mes = ingresos reales – gastos reales – pagos comprometidos. Si el resultado es negativo, revisa gastos variables y compromisos antes de aumentar una aportación de largo plazo.

Revisión mensual recomendada: [presupuesto] – [real] = [diferencia]. El ahorro también debe tener su propia línea en el presupuesto.
Referencia: CONDUSEF recomienda registrar ingresos, gastos fijos/variables, ahorro y deudas en un presupuesto.
<https://revista.condusef.gob.mx/presupuesto/presupuestos/2021/03/como-hacer-un-presupuesto-y-ahorrar-facilmente/>

Plantilla 3 | Ingresos variables

Para consulta privada, guardias, honorarios u otras entradas que cambian, separa lo recibido de lo que realmente queda disponible después de los gastos y compromisos relacionados.

A. Observa tus últimos seis meses

Mes	Ingresos recibidos	Costos/obligaciones	Disponible
Mes 1			
Mes 2			
Mes 3			
Mes 4			
Mes 5			
Mes 6			

B. Define una base para los gastos recurrentes

Elige una cantidad que puedas sostener en un mes bajo y normal. No cuentes el ingreso extraordinario antes de recibirlo. Cuando llegue un excedente, asignalo en este orden según tu situación: obligaciones próximas, gastos esenciales, pagos de deuda, fondo de imprevistos y metas.

Destino del excedente	Monto asignado	Fecha / nota
Obligaciones próximas		
Gastos esenciales pendientes		
Pago adicional a deuda		
Fondo para imprevistos		
Meta de corto plazo		
Ahorro de largo plazo		

Plantilla 4 | Calcula una meta de ahorro

Convierte un objetivo amplio en una cantidad y una fecha revisables. Puedes duplicar la tabla para una meta distinta.

Fórmula sencilla
Ahorro que falta = costo estimado – ahorro que ya tienes.
Aporte mensual inicial = ahorro que falta ÷ meses disponibles.

Ejemplo: si una meta cuesta \$12,000, tienes \$3,000 y quedan 9 meses, faltan \$9,000 ÷ 9 = \$1,000 al mes.
Recalcula si cambian precio, fecha o aportaciones.

Meta	Costo estimado	Ya ahorrado	Falta	Meses	Aporte/mes
Meta 1					
Meta 2					
Meta 3					

Seguimiento de una meta: _____ Fecha objetivo: _____

Mes	Aporte planeado	Aporte real	Saldo acumulado
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			

Plantilla 5 | Fondo para imprevistos

El fondo para imprevistos es distinto del ahorro para metas. CONDUSEF menciona como referencia entre tres y seis meses de gastos básicos; la cifra adecuada depende de tus obligaciones, dependientes e irregularidad de ingresos.

Gasto básico mensual	Monto mensual
Vivienda	
Alimentos	
Servicios	
Transporte	
Salud/esenciales	
Pagos mínimos	
Educación/cuidado	
Otros esenciales	

Cálculo de la meta

Suma de gastos esenciales al mes: \$ _____

Meses que elijo cubrir: 3 / 4 / 5 / 6 / otro: _____

Meta total (gasto esencial × meses): \$ _____

Fondo actual: \$ _____ | Diferencia pendiente: \$ _____

Meses para llegar: _____ | Aporte mensual tentativo: \$ _____

La referencia de 3–6 meses no es una regla universal. Mantén este fondo separado y de acceso razonable, y revisa la meta si cambian tus gastos o dependientes. CONDUSEF: <https://revista.condusef.gob.mx/ahorro-general/2024/09/fondo-de-emergencia/>

Plantilla 6 | Gastos previsibles

Un pago anual previsto no es una emergencia. Apartar una parte cada mes puede evitar que compita con el ahorro cuando vence. Incluye seguros, colegiaturas, mantenimiento, cursos o renovaciones profesionales.

Fórmula

$$\text{Aporte mensual} = (\text{costo estimado} - \text{dinero ya apartado}) \div \text{meses que faltan para pagar.}$$

Gasto	Fecha de pago	Costo estimado	Ya apartado	Meses	Aporte/mes
Seguro					
Curso/congreso					
Mantenimiento					
Impuestos/cuotas					
Educación					
Equipo de trabajo					
Renovaciones					
Viaje planeado					
Otro					

¿Qué pagos grandes vienen en los próximos 12 meses?

¿Qué cantidad apartaré en cada periodo de ingreso? _____

Plantilla 7 | Mapa de pagos y deudas

Pon todas las fechas y pagos mínimos en un solo lugar. Revisa tasas, costo total y cargos en tus contratos o estados de cuenta; si decides acelerar pagos, conserva al corriente tus demás compromisos.

Deuda / cuenta	Saldo	Pago mínimo	Tasa/CAT	Vence	Pago extra
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					

Mi plan de este mes

Pagos mínimos totales: \$ _____

Deuda que revisaré primero por costo/tasa: _____

Pago adicional que puedo sostener: \$ _____

Evita contratar un ahorro de largo plazo con una aportación que te obligue a financiar gastos básicos o a dejar de cubrir compromisos vigentes.

PARTE 2 | Llevar el ahorro al retiro

Si ya tienes una rutina de ahorro y tu fondo para imprevistos, puedes evaluar una estrategia de largo plazo. Una alternativa es Allianz OptiMaxx plus en modalidad PPR artículo 151, que MONTVAREN KAPITAL puede explicarte y cotizar. Allianz también ofrece configuraciones bajo los artículos 93 y 185; no son la misma modalidad fiscal. Confirma que la cotización y carátula indiquen expresamente el PPR que solicitas.

Beneficios y características descritos por Allianz

Ahorro programado para retiro. Plazos comprometidos de 10 a 25 años, sujetos a edad y condiciones de contratación; aportaciones mensuales, trimestrales, semestrales o anuales.

Alternativas de inversión. Acceso a distintos portafolios con diferentes perfiles y monedas; el titular selecciona la asignación disponible según su perfil. El valor puede subir o bajar y los rendimientos futuros no están garantizados.

Bono de fidelidad sujeto a reglas. Allianz publica un bono de hasta 100% sobre las aportaciones comprometidas del primer año. El porcentaje depende del plazo y monto anual: el máximo indicado corresponde a plazos de 20–25 años y aportación anual de \$90,000 o más. Se genera conforme se pagan aportaciones iniciales y se sujeta a condiciones de permanencia/cumplimiento.

Flexibilidad después del periodo inicial. El folleto permite solicitar cambios de monto o periodicidad después del plazo inicial; puede haber mínimos. También contempla hasta 12 meses de descanso tras ese periodo, con aviso y reglas del plan.

Opciones de acceso al saldo. Se contemplan retiros parciales y préstamos sujetos a plazo, saldo, cargos, perfil de inversión y reglas fiscales. No equivalen a liquidez sin costo.

Qué solicitar a MONTVAREN antes de contratar: cotización personalizada, carátula que confirme modalidad Art. 151, tabla del bono que corresponda a tu aportación/plazo, distribución propuesta, escenarios, cargos, valores de rescate y condiciones generales vigentes.



Beneficios reales, condiciones y costos

Conocer los límites también ayuda a decidir si el PPR puede encajar. La carátula, condiciones generales y documentación vigente de Allianz prevalecen sobre este resumen.

Tratamiento fiscal: modalidad PPR, artículo 151

La LISR permite deducir aportaciones que califican hasta el 10% de los ingresos acumulables del ejercicio, con el límite previsto en la fracción V del artículo 151 (cinco UMA anuales en el texto legal consultado). Para aplicar el beneficio, el plan debe cumplir los requisitos fiscales y la situación de la persona debe permitir usar la deducción. La deducción reduce la base gravable; no es una devolución fija ni un rendimiento.

El artículo 151 establece requisitos de permanencia: en general, disponer de los recursos al llegar a 65 años o por los supuestos legales de invalidez/incapacidad. Retirar antes puede generar ingreso acumulable e impuestos.

Consulta a un contador sobre tu caso y confirma con Allianz el tratamiento del contrato que te cotizan.

Cargos publicados en el folleto OptiMaxx plus 2025

El folleto indica cargo administrativo de 0.9% trimestral sobre saldo inicial y bono; cargo de gestión de inversión de 0.1% mensual sobre saldo total; y cargo fijo de 15 UDIS al mes desde el mes 19 sobre el saldo comprometido.

Puede aplicarse un cargo de 1% a retiros parciales a partir del mes 19. El retiro total anticipado puede descontar cargos futuros del saldo inicial y un cargo de retiro de 1%. Solicita la tabla vigente para tu póliza y el efecto en pesos bajo distintos escenarios.

Riesgo y liquidez: las alternativas se valúan con base en el mercado y pueden fluctuar. Parte del saldo inicial no está disponible para retiros parciales durante el plazo comprometido. Un retiro anticipado puede reducir el ahorro, afectar el bono y tener consecuencias fiscales. Lee el contrato antes de firmar.

Tres afirmaciones responsables

Sí: “puedes solicitar una cotización para conocer si la deducción aplica a tu caso”. No: “te regresamos 30% garantizado”. Sí: “el bono puede llegar hasta 100% bajo ciertos plazos, aportaciones y condiciones”. No: “Allianz duplica tu dinero”. Sí: “hay alternativas de inversión y cargos contractuales”. No: “rendimiento garantizado”, salvo que la propuesta vigente identifique expresamente un valor garantizado.

¿Quieres dar un paso más hacia tu retiro?

La guía gratuita termina aquí. Si después de ordenar tu ahorro diario quieres evaluar una estrategia de largo plazo, MONTVAREN KAPITAL puede explicarte Allianz OptiMaxx plus en modalidad PPR Art. 151.

Solicita una asesoría y cotización de tu PPR Allianz.

Revisa cuánto podrías aportar, el plazo, la modalidad fiscal, los portafolios disponibles, el bono aplicable, los cargos, la liquidez y las condiciones antes de decidir. La contratación está sujeta a solicitud, requisitos y aceptación de Allianz.

Asesor financiero: David López Tenorio

Celular: 442 747 2815

Lleva estas preguntas a la asesoría

- ¿La carátula dirá explícitamente PPR bajo el artículo 151?
- ¿Qué monto y periodicidad puedo sostener y qué mínimos aplican?
- ¿Qué porcentaje de bono me corresponde con mi plazo y aportación?
- ¿Qué costos y valor de rescate aplican en cada año?
- ¿Qué deducción podría aplicar en mi caso y qué pasa si retiro antes?

Fuentes oficiales y fecha de consulta: 24 de septiembre de 2026

- Allianz México, página de OptiMaxx plus y folleto informativo 2025: beneficios, aportaciones, bono, costos, retiros y condiciones.
<https://www.allianz.com.mx/seguros/ahorro-e-inversion/seguro-ahorro.html>
- SAT, LISR artículo 151, fracción V: requisitos y límites de la deducción para aportaciones a PPR.
<https://www.mat.sat.gob.mx/articulo/82615/articulo-151>
- CONDUSEF, “Seguros con ahorro” (diciembre de 2025): puntos para comparar condiciones, costos, liquidez y rendimientos.
<https://revista.condusef.gob.mx/seguros/2025/12/seguros-con-ahorro/>

Material educativo y comercial general; no constituye asesoría financiera, fiscal o legal personalizada ni garantiza rendimientos, beneficios fiscales o aceptación. OptiMaxx plus puede contratarse bajo diferentes artículos fiscales; este material se refiere a su modalidad PPR Art. 151 cuando así lo indique el contrato. Productos, cargos y condiciones pueden cambiar. Revisa la documentación vigente de Allianz y consulta a tu asesor fiscal.