

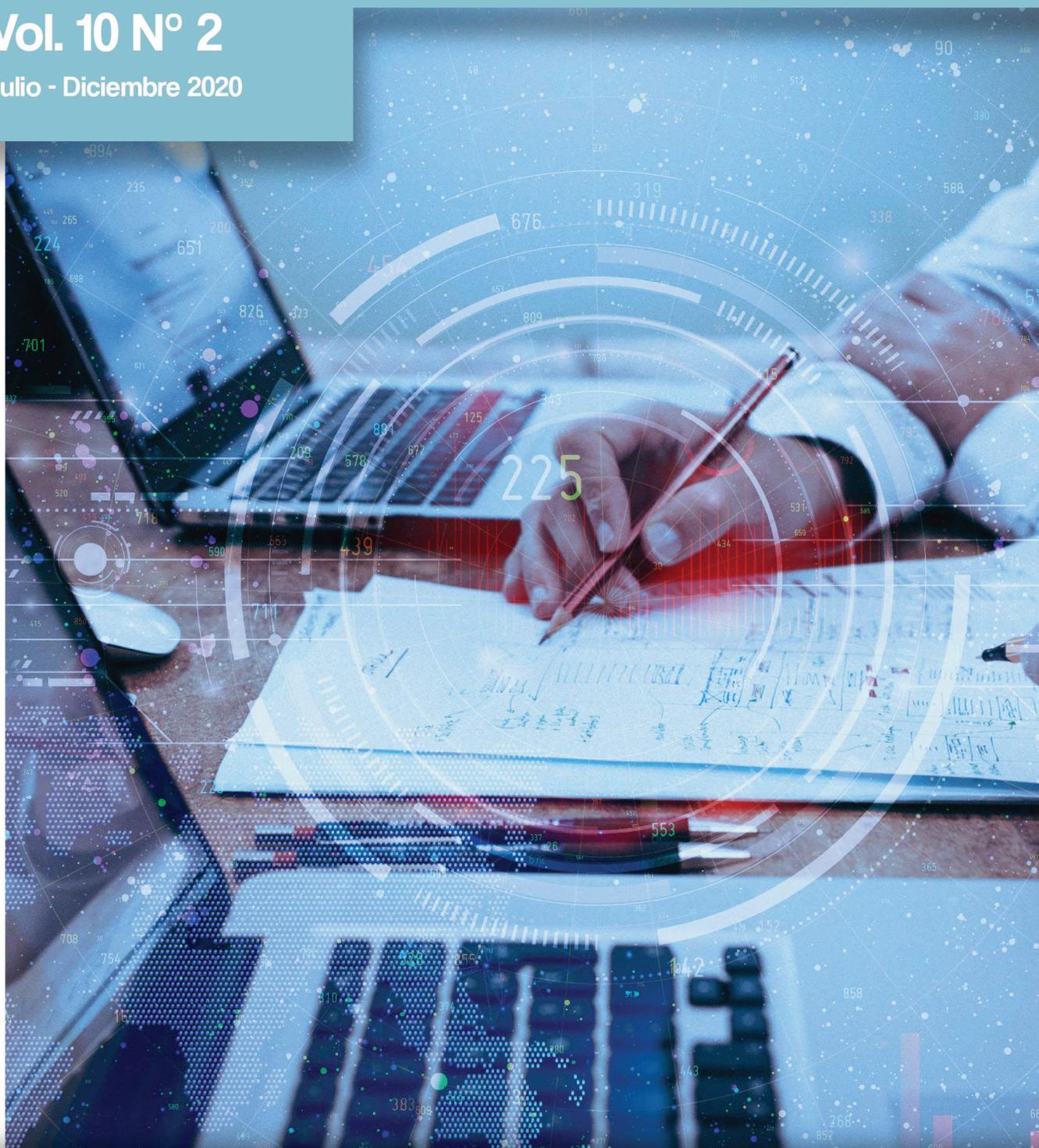
Red de Investigación Estudiantil de la Universidad del Zulia  
Revista Venezolana de Investigación Estudiantil

# REDIELUZ

Sembrando la investigación estudiantil

Vol. 10 N° 2

Julio - Diciembre 2020



ISSN: 2244-7334  
Depósito Legal: pp201102ZU3769



VAC

Universidad del Zulia  
Vicerrectorado Académico

## GESTIÓN DE LAS FINANZAS PERSONALES Y ANSIEDAD FINANCIERA EN TIEMPOS DE COVID-19

The management of personal finances and financial anxiety in times of COVID-19

Elena Alvarado<sup>1</sup>, Paúl Alvarado-García<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universidad Privada Antenor Orrego, Perú

<sup>2</sup>Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Perú

Dirección de correspondencia: ealvaradoc3@upao.edu.pe

### RESUMEN

La inadecuada gestión de las finanzas personales generada como consecuencia del desorden o el poco conocimiento sobre gestión, produce ansiedad financiera, debido a las dificultades económicas que atraviesa la persona, llegando a deteriorar su salud, motivo por el cual la investigación tiene por objetivo determinar la relación entre gestión de las finanzas personales y ansiedad financiera en tiempos de COVID-19, en habitantes del norte del Perú. Siendo la investigación de tipo no experimental, con enfoque cuantitativo correlacional; se contó con una muestra de 360 habitantes, los cuales radican en el norte del Perú. Se empleó la correlación de Rho de Spearman para determinar la relación entre gestión de las finanzas personales y ansiedad financiera. Evidenciando en los resultados una correlación negativa de  $r = -0.119$  con una significancia de 0.024, menor a 0.05. Concluyendo que, el no contar con un adecuado conocimiento de gestión de las finanzas personales generó ansiedad financiera en los habitantes de la zona norte del Perú, producto de la situación económica causada por la pandemia COVID-19.

**Palabras clave:** Gestión de las finanzas personales, Ansiedad financiera, malestar, preocupación, inquietud motora.

### ABSTRACT

The inadequate management of personal finances generated as a consequence of the disarray and ignorance about management, produces financial anxiety. This is due to the economic difficulties that the person experiences, generating deterioration of their health, which is why this research aimed to determine the relation between personal financial ma-

agement and financial anxiety during COVID-19, in inhabitants of northern Peru. This is a non-experimental type, with a correlational quantitative approach; There was a sample of 360 inhabitants from north of Peru. Spearman's Rho correlation was used to determine the relation between financial management and financial anxiety. Evidence in the results a negative correlation of  $r = -0.119$  with a significance of 0.024 ( $p < 0.05$ ). In conclusion, not having an adequate knowledge of personal finance management could generate financial anxiety in the inhabitants of the northern Peru, as a result of the economic situation caused by the COVID-19 pandemic.

**Keywords:** Personal finance management, Financial anxiety, discomfort, worry, motor restlessness.

---

**Recibido: 10-06-2020 Aceptado: 02-07-2020**

### INTRODUCCIÓN

La pandemia del COVID-19 viene generando riesgos en la salud humana, impactando en una ya debilitada economía mundial, afectando la generación de ingresos, debido a la interrupción de la producción y comercialización de bienes y servicios ocasionando pérdidas a nivel empresarial, incrementando el desempleo y dificultando el cumplimiento de las obligaciones asumidas (CEPAL 2020).

Términos como, Gestión de finanzas personales y toma de decisiones, entre otros, son aspectos que deben manejar las personas, para lograr un adecuado control de sus ingresos y gastos, y evitar así riesgos a nivel personal o familiar (Juárez 2009).

Si a la crisis ocasionada por la pandemia COVID-19, le adicionamos, el poco conocimiento que las personas tienen sobre el manejo de las finanzas personales y las consecuencias que puede generar la falta de la cultura de ahorro; lo cual es uno de los problemas más comunes que cometen las personas, al gastar sin control, en bienes y servicios que no reditúan ingresos (Linares 2020). El mal manejo de las finanzas personales genera a corto o a largo plazo, factores psicológicos como la ansiedad financiera, lo cual es producto de la falta de dinero para afrontar el pago de las obligaciones contraídas (Psyciencia 2017).

Ante tal situación, se plantea en esta investigación determinar la relación entre gestión de las finanzas personales y ansiedad financiera en tiempos de COVID-19, en habitantes del norte del Perú. Para tal fin se realizó una encuesta que permitió conocer, que una adecuada gestión de las finanzas personales es fundamental para disminuir la ansiedad financiera; siendo necesario capacitar a la población en gestión de las finanzas personales para evitar que la ansiedad financiera siga incrementando durante la crisis económica ocasionada por el COVID-19. En ese sentido, desde el plano metodológico, se presenta una investigación de tipo no experimental, con enfoque cuantitativo correlacional; los datos se obtuvieron de una muestra de 360 habitantes del norte del Perú, para lo cual se aplicó la técnica de la encuesta. La variable gestión de las finanzas personales fue medida con el cuestionario de Mori (2018), el mismo que está compuesto por 27 ítems que miden las dimensiones de presupuesto personal, presupuesto familiar e inteligencia financiera con consistencia interna de 0.858. El segundo instrumento aplicado fue el *measuring financial anxiety* de Shapiro y Burchell (2012) compuesto por una escala unidimensional de 10 ítems, el que posee una consistencia interna de 0.855. Para el análisis de la información, se empleó el sistema estadístico SPSS. En lo que corresponde a la aplicación de los instrumentos se solicitó la autorización de cada uno de los participantes (habitantes del norte del Perú), mediante el consentimiento informado se procedió a aplicar los cuestionarios.

## DESARROLLO

### 1. Fundamentación teórica

Los términos que se considerarán como parte de la base teórica, serán contextualizados en el ámbito personal.

#### 1.1 Gestión de las finanzas personales

Para O'Neill *et al.* (2006) el dinero genera preocupación, más aun, cuando se tienen obligaciones que cumplir, siendo necesario, que las personas conozcan la forma más creativa y eficiente de gestionar sus recursos, evitando así afectar las relaciones familiares, la salud o la pérdida de concentración en el trabajo.

Garman *et al.* (1996) indican que, las personas que atraviesan problemas económicos, experimentan ciertos trastornos al no lograr la eficacia en el desempeño laboral.

Monge (2020) manifiesta, que es necesario hacer un plan de gastos, con la finalidad de ajustarlos a la realidad, para ello se debe de realizar un análisis, llegando a determinar qué tan importantes e indispensables son, ya que no se trata de realizar gastos de manera compulsiva sino pensando en la realidad económica que se posee. Para ello la educación financiera es vital importancia.

Para Valle (2020) la planificación financiera es una herramienta clave que puede evitar futuros problemas económicos.

Las premisas de que los sujetos saben lo que quieren y comprenden perfectamente los riesgos y beneficios de sus decisiones financieras, representan temas contradictorios si analizamos los numerosos descubrimientos sobre el funcionamiento del cerebro humano, realizados en los últimos años, procedentes de disciplinas como la psicología, la neurología o la neurofisiología, que revelan, que esto no es así y que las personas con frecuencia desconocen sus preferencias, utilizan incorrectamente la información disponible y no comprenden bien los riesgos que asumen (Cadenas 2020).

Juárez (2009) indica que, solo se logrará la independencia financiera, y la tranquilidad si se adecua el estilo de vida y los niveles de consumo a los ingresos que realmente percibe una persona o familia.

La Superintendencia de Banca, Seguros y AFP-SBS (2017), refiere que muchas familias acceden a créditos, para cubrir obligaciones, que en muchos

casos no pueden pagar, lo cual se origina, debido a que no saben cómo administrar sus finanzas. Siendo uno los objetivos planteados por la SBS, el educar a los consumidores sobre el manejo de sus finanzas personales a fin de que tomen adecuadas decisiones financieras.

Para el economista conductual Mullainathan (2016), en su libro *Escasez*, explica que la falta de recursos grava la mente, provocando un efecto túnel del cual es difícil de salir, afectando la toma de decisiones de las personas.

En la actualidad, la gran mayoría de las personas no conoce cómo manejar adecuadamente sus finanzas personales, tomando decisiones financieras sin la debida información. Algunas decisiones son tomadas por impulsos que tiene el individuo. Muchas decisiones, involucran desembolsos de dinero, ya sea para cubrir necesidades básicas, superfluas o de inversión, generando así problemas financieros que, por la desorganización de sus finanzas no pueden ser asumidos.

#### 1.1.1. Presupuesto personal

Para Servín (2020), el presupuesto personal es una herramienta imprescindible ya que ayuda a cuantificar los ingresos y gastos que una persona realiza en un periodo de tiempo determinado. Contar con un presupuesto personal, ayuda a planificar de una manera adecuada el dinero con el que se dispone, adquiriendo disciplina para lograr lo planificado.

#### 1.1.2. Presupuesto familiar

El presupuesto familiar representa una herramienta importante para ordenar las finanzas y alcanzar metas dentro del hogar. Así mismo, ayuda a organizar y administrar los compromisos y gastos asumidos, facilitando el proceso y ayudando a generar un ahorro, el cual representa el respaldo que toda persona necesita, ante una dificultad económica y con el que se pueda atender cualquier imprevisto (BBVA 2019).

#### 1.1.3. Inteligencia financiera

La inteligencia financiera es la capacidad que tienen las personas para tomar adecuadas decisiones y resolver problemas relacionados con el dinero. Este tipo de inteligencia no siempre es una cualidad con la que se nace, también se aprende y se mejora, esto depende muchas veces del au-

tocontrol y de la psicología de cada persona. La inteligencia financiera está orientada al control de gastos, creando ventajas necesarias para tomar adecuadas decisiones sobre el dinero, siendo útil cuando se ponen en práctica herramientas adecuadas a fin de evitar hábitos financieros que no funcionan y que conllevan a tomar decisiones erradas (BBVA 2018).

### 1.2. Ansiedad Financiera

La ansiedad financiera se ha definido como un trastorno psicosocial. Es un síndrome mediante el cual las personas manifiestan cierto malestar, así como actitudes poco saludables, derivadas de la falta de compromiso e ineficiente administración de sus finanzas personales (Burchell 2003).

Así mismo para Estrategias de Investigación (2014) la ansiedad financiera es la angustia que se experimenta ante la incertidumbre de la situación económica presente y futura, la cual puede ser controlada, mejorando la información, al entender los alcances reales de los temas financieros, evitando de esta manera tomar decisiones que comprometan seriamente la seguridad financiera de las personas. Así mismo, las personas se encuentran sujetas a emociones que las alejan de la realidad y la objetividad al momento de tomar decisiones, influenciados consciente o inconscientemente por sus sentimientos y deseos.

Para García (2011) la ansiedad financiera es originada por dificultades económicas en las que incurre una persona, llegando a deteriorar su calidad de vida; así mismo puede diagnosticarse como la angustia que genera la incertidumbre económica, al no poder tener todo bajo control o simplemente no tener metas realistas sobre el capital que se posee, conduciendo a tomar decisiones erradas, originadas por la mala administración del dinero (Sánchez 2019). Ante tal situación es necesario que las personas logren el bienestar financiero, el cual es un indicador que mide la reacción de carácter físico o mental, determinado por la certidumbre financiera que proviene de la capacidad que tiene el individuo para generar ingresos y cubrir sus necesidades o deudas contraídas.

Kim *et al.* (2006) sostienen que las personas con altos niveles de ansiedad financiera, se encuentran propensas a tener altos niveles de ausentismo en el trabajo, por tratar de atender sus compromisos financieros, disminuyendo sus niveles de productividad. Ante esta situación, el ambiente de tensión,

preocupación en el que se desenvuelven, llega a afectar la salud, el bienestar físico y mental, resquebrajando la calidad de vida o generando enfermedades físicas y psíquicas.

Para Sierra *et al.* (2003) la Ansiedad financiera es un estado emocional transitorio, generado por la incertidumbre económica, por la que puede atravesar una persona en un momento determinado y se encuentra ligada a sentimientos subjetivos de tensión, aprehensión, nerviosismo, e incomodidad, evidenciando malestar, preocupación e inquietud motora.

### 1.2.1. Malestar

Berenzon *et al.* (2014) plantean que el malestar es la desazón, incomodidad o sentirse mal, y aparece como un conjunto de síntomas mal definidos y sin causa orgánica demostrable. Es una sensación emocional subjetiva, relativa a un bienestar mermado.

### 1.2.2. Preocupación

Ferrer (2002) define a la preocupación como la anticipación a hechos amenazantes, los cuales llegan a nublar la mente, al pensar que algo amenazante puede llegar a ocurrir, y que no se tendrá la capacidad o la habilidad para hacer frente a ese evento. La preocupación se encuentra representada por la ansiedad, miedo a lo desconocido y al futuro. Robichaud y Dugas (2005), definen a la preocupación como “un sistema de creencias que reflejan la percepción de un problema como una amenaza para el bienestar, experimentando dudas sobre la capacidad de resolución de problemas, y la tendencia a ser pesimistas sobre su resultado”. Para Villa (2016) las preocupaciones son generadas por la imaginación, como producto de una calamidad anticipada.

### 1.2.3. Inquietud motora

Se encuentra representada por movimientos involuntarios y sin propósito, considerados como un conjunto de signos y síntomas que se derivan de la tensión mental y la ansiedad, evidenciando movimiento de las extremidades, tartamudez o expresión verbal (Cano-Vindel y Miguel-Tobal 1999).

## COVID-19

La pandemia COVID-19, ha afectado la economía de los países, generando problemas y crisis en muchas empresas del mundo, así como desempleo y dificultades económicas en la mayoría de las familias y personas. Ante situaciones de incertidumbre, muchas personas tienden a responder con ansiedad y podrían verse afectadas por la situación económica que ha creado esta pandemia. Durante cualquier brote de una enfermedad infecciosa, las emociones juegan un papel preponderante en la formación de la propagación de la enfermedad, así como la aparición de angustia emocional y social, además de trastorno psicológico durante y después del brote. Por lo general el estado no proporciona recursos para disminuir los efectos causados por las pandemias, en lo que respecta a salud mental y bienestar. Es importante considerar que las necesidades psicológicas y psiquiátricas no deben pasarse por alto durante ninguna fase del manejo de la pandemia (Usher *et al.* 2020, Cullen *et al.* 2020).

La posibilidad de que se vea afectada nuestra salud o la de nuestros seres queridos es una fuente natural de preocupación y ansiedad. En las circunstancias actuales, será muy frecuente en la mayoría de las personas, presentar emociones como la ansiedad, el miedo, la tristeza, el enfado o la impaciencia, no solo por temas de salud y bienestar sino también económicos. Estas emociones comparten entre sí la función de preservar la vida y movilizarnos para defendernos de la pandemia COVID-19 que nos está amenazando. El miedo y la ansiedad ayudan a enfocarnos hacia las posibles fuentes de amenaza o daño (Valero *et al.* 2020).

La incertidumbre, sobre cómo evolucionarán las cosas, cuánto durarán las medidas de salubridad y que tan afectada estará la economía de las personas, impulsa a tratar de recuperar la percepción de control, motivando la búsqueda de certezas, imaginando escenarios posibles y evaluando los recursos con los que se cuenta para poder subsistir ante esta situación (Torous *et al.* 2020). Por lo cual se plantean las siguientes hipótesis:

H1: Existe relación entre gestión de las finanzas personales y ansiedad financiera en tiempos de COVID-19 en habitantes del norte del Perú.

H2: Existe relación entre presupuesto personal y ansiedad financiera en tiempos de COVID-19 en habitantes del norte del Perú.

H3: Existe relación entre presupuesto familiar y ansiedad financiera en tiempos de COVID-19 en habitantes del norte del Perú.

H4: Existe relación entre inteligencia financiera y ansiedad financiera en tiempos de COVID-19 en habitantes del norte del Perú.

## RESULTADOS

Para llevar a cabo la investigación se contó con la participación de 360 habitantes del norte del Perú, correspondiendo al género femenino 235 habitantes representando el 65,28% de la muestra y 125 habitantes del género masculino, que representaron el 34,72%. El 48,33% del total de la muestra

estuvo compuesta por adultos maduros con edades entre 41 y 65 años, el 35,28% corresponde a jóvenes adultos con edades entre 26 y 40 años y el 16,39% de los habitantes lo conformaron jóvenes, con edades entre 22 y 25 años, el 50,28% de los habitantes fueron solteros, el 41,67% casados, el 7,22% divorciados y el 0,83% de los habitantes viudos; el 70,56% de personas, al momento de tomar la muestra tenía una situación laboral activa y el 26,44% no se encontraban activos. El 7,78% de la muestra contaba solo con estudios secundarios, el 14,17%, tenía educación técnica y el 78,05% contaba con carrera universitaria completa. (Tabla 1).

**Tabla 1. Características de las personas encuestadas**

Característica	n	%
<b>Edad</b>		
Joven 22 - 25	59	6.39
Joven adulto 26 - 40	127	35.28
Adulto maduro 41 - 65	174	48.33
<b>Sexo</b>		
Femenino	235	65.28
Masculino	125	34.72
<b>Estado civil</b>		
Soltero	181	50.28
Casado	150	41.67
Divorciado	26	7.22
Viudo	3	0.83
<b>Situación laboral</b>		
Activo	254	70.56
No activo	106	29.44
<b>Grado de Instrucción</b>		
Secundaria	28	7.78
Técnica	51	14.17
Universitario	281	78.05

Fuente: Elaboración propia (2020).

La Tabla 2 muestra, el percentil 95, el cual evidencia que el 5% de los encuestados calificaron a la gestión de finanzas personales con 54 puntos, demostrando el poco interés o la falta de conocimiento, con respecto a dicha herramienta. En lo que se refiere a la ansiedad financiera, nos muestra que menos del 5% de los encuestados tuvo un resultado de 48 puntos. Con respecto a las dimensiones de la gestión de las finanzas personales se reportó un mayor nivel en las dimensiones de pre-

supuesto personal ( $M= 12,81$ ;  $DE= 3,353$ ) e inteligencia financiera ( $M= 12,81$ ;  $DE= 3,268$ ), mientras que el presupuesto familiar presentó ( $ME= 12,80$ ;  $DE= 3,987$ ).

Debido a la distribución de los datos, los resultados se ajustaron a la normalidad ( $p<0,05$ ), utilizándose el estadístico de correlación de Rho de Spearman.

Tabla 2. Estadísticos descriptivos

Variables y dimensiones		Mínimo	Máximo	Media	DE	PC 75	PC 95
V1	Gestión de finanzas personales	27	69	38.42	10.39	47.00	54.00
D1	Presupuesto personal	9	23	12.81	3.353	16.00	18.00
D2	Presupuesto familiar	9	24	12.80	3.987	17.00	18.00
D3	Inteligencia financiera	9	22	12.81	3.268	15.00	18.00
V2	Ansiedad financiera	21	50	39.44	5.784	43.75	48.00

Fuente: Elaboración propia (2020).

La Tabla 3, nos indica que, de 360 habitantes encuestados, se obtuvo una correlación negativa muy baja ( $r = -0,119$ ) con una significancia de 0.024, menor a 0.05 lo que demuestra que las dos variables están relacionadas entre sí. Por lo tanto, al no contar con un adecuado conocimiento en gestión

de las finanzas personales ha generado ansiedad financiera en los habitantes de la zona norte del Perú, más aún cuando el 29,44% de la muestra en estudio no se encontraba laboralmente activa, producto de la situación económica causada por la pandemia COVID-19.

Tabla 3. Correlación entre gestión de las finanzas personales y ansiedad financiera en tiempos de COVID-19 en habitantes del norte del Perú

		Gestión de las finanzas personales	Ansiedad financiera
Gestión de las finanzas personales	Correlación Rho spearman	1,000	-,119*
	Sig. (bilateral)		0,024
	N	360	360
Ansiedad financiera	Coefficiente de correlación	-,119*	1.000
	Sig. (bilateral)	0.024	
	N	360	360

\* La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia (2020).

En la Tabla 4 se puede apreciar el presupuesto personal y la ansiedad financiera. Se Encontró que existe una relación negativa muy baja ( $r = -0,107$ ) entre presupuesto personal y ansiedad financiera, con una significancia de 0,042 menor a 0,05.

Lo que significa que el no realizar una adecuada gestión del presupuesto personal, producto del desorden financiero, genera en los habitantes de la zona norte del Perú ansiedad financiera, como consecuencia de la pandemia COVID-19.

Tabla 4. Correlación entre presupuesto personal y ansiedad financiera en tiempos de COVID-19 en habitantes del norte del Perú

		Presupuesto personal	Ansiedad financiera
Presupuesto personal	Correlación Rho spearman	1,000	-,107*
	Sig. (bilateral)		0,042
	N	360	360
Ansiedad financiera	Coefficiente de correlación	-,107*	1.000
	Sig. (bilateral)	0.042	
	N	360	360

\* La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia (2020).

En la Tabla 5, se puede observar que, gestionar un presupuesto familiar de una manera deficiente hace que los niveles de ansiedad financiera se incrementen, lo cual aunado a la situación económica que vive el país, producto de la pandemia COVID-19, ha generado problemas de salud en los habitantes de la zona norte del Perú. Evidencian-

dose una correlación negativa muy baja ( $r = -0.129$ ) entre presupuesto familiar y ansiedad financiera, con una significancia de 0.015 menor a 0.05. Demostrando que para superar la ansiedad financiera se requiere de una mayor preparación en gestión de presupuesto familiar.

**Tabla 5. Correlación entre el presupuesto familiar y la ansiedad financiera en tiempos de COVID-19 en habitantes del norte del Perú**

		Presupuesto familiar	Ansiedad financiera
Presupuesto familiar	Correlación Rho spearman	1,000	-,129*
	Sig. (bilateral)		0,015
	N	360	360
Ansiedad financiera	Coefficiente de correlación	-,129*	1.000
	Sig. (bilateral)	0.015	
	N	360	360

\* La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia (2020).

En la Tabla 6, se puede apreciar la inteligencia financiera y ansiedad financiera. Se encontró que existe una relación negativa muy baja ( $r = -0,118$ ) entre la inteligencia financiera y ansiedad financiera, con una significancia de 0,025 menor a 0,05.

Por lo que se indica que, al no tener una adecuada inteligencia financiera, la cual se relaciona con el tipo de decisiones que han tomado las personas, ha generado en los habitantes de la zona norte del Perú ansiedad financiera.

**Tabla 6. Correlación entre inteligencia financiera y ansiedad financiera en tiempos de COVID-19 en habitantes del norte del Perú**

		Inteligencia financiera	Ansiedad financiera
Inteligencia financiera	Correlación Rho spearman	1,000	-,118*
	Sig. (bilateral)		0,025
	N	360	360
Ansiedad financiera	Coefficiente de correlación	-,118*	1.000
	Sig. (bilateral)	0.025	
	N	360	360

\* La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia (2020).

Para evitar situaciones económicas deficientes, como las que se encuentran enfrentando muchas personas en estos tiempos de COVID-19, es necesario lograr una adecuada gestión de las finanzas personales, con la finalidad de ajustar los gastos a la realidad, evitando así generar egresos de manera compulsiva sino, pensando en la realidad económica que se posee (Monge 2020).

## CONCLUSIONES

El conocimiento sobre gestión de las finanzas personales no es suficiente en los habitantes del norte del Perú, lo cual se evidencia al incrementarse los niveles de ansiedad financiera debido a la situación económica generada por la pandemia COVID-19.

En lo que corresponde al presupuesto personal, los conocimientos adquiridos por los habitantes del norte del Perú no son suficientes, lo cual se aprecia en los resultados obtenidos ya que a menor conocimiento sobre gestión de presupuesto personal los niveles de ansiedad se ven incrementados como consecuencia de la pandemia COVID 19.

Con respecto al presupuesto familiar, los habitantes del norte del Perú no cuentan con un adecuado conocimiento sobre gestión de presupuesto familiar, lo cual aunado a los problemas económicos presentados por la disminución de ingresos generados por la paralización de la economía peruana producto de la pandemia COVID-19, reflejaron mayores niveles de ansiedad financiera.

En lo que corresponde a la inteligencia financiera, los resultados demostraron la falta de capacidad que tienen las personas para tomar adecuadas decisiones y resolver problemas relacionados con el dinero, causando problemas de ansiedad financiera en los habitantes del norte del Perú, producto de la situación actual que vive el país.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cadenas M. (2020). Economía conductual para la protección del inversor (Behavioral Economics for Investor Protection). Documento de trabajo de la CNMV No. 70, disponible en SSRN: <https://ssrn.com/abstract=3606069>.
- Cullen W., Gulati G., Kelly B. (2020). Salud mental en la pandemia de COVID-19, QJM: An International Journal of Medicine, 113(5): 311– 312. <https://doi.org/10.1093/qjmed/hcaa110>.
- Berenzon S., Galván J., Saavedra N., Bernal P., Mellor-Crummey L., Tiburcio M. (2014). Exploración del malestar emocional expresado por mujeres que acuden a centros de atención primaria de la Ciudad de México: Un estudio cualitativo. *Salud mental*, 37(4): 313-319. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0185-33252014000400005&lng=es&tln-g=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252014000400005&lng=es&tln-g=es).
- BBVA (2018). Inteligencia financiera: *Los mejores recursos para mejorarla*. Disponible en: <https://www.bbva.com/es/inteligencia-financiera-mejores-recursos-mejorarla/>
- BBVA (2019). *Las ventajas de elaborar un presupuesto familiar*. Disponible en: <https://www.bbva.com/es/pe/las-ventajas-de-elaborar-un-presupuesto-familiar/>
- Berenzon S., Galván J., Saavedra N., Bernal P., Mellor-Crummey, L., Tiburcio M. (2014). Exploración del malestar emocional expresado por mujeres que acuden a centros de atención primaria de la Ciudad de México: Un estudio cualitativo. *Salud mental*, 37(4), 313-319. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0185-33252014000400005&lng=es&tln-g=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252014000400005&lng=es&tln-g=es).
- Burchell B. J. (2003). Identifying, describing and understanding financial aversion: Financial phobes. Report for EGG. Retrieved from [http:// people.pwf.cam.ac.uk/bb101/FinancialAversion\\_Report-Burchell.pdf](http://people.pwf.cam.ac.uk/bb101/FinancialAversion_Report-Burchell.pdf)
- Cano-Vindel A., Miguel-Tobal J. (1990). Revisión de la evaluación de los tres sistemas de respuesta en las terapias cognitivo-conductuales. *Terapia del Comportamiento.Giornale italiano di Scienza e Terapia del Comportamento*, 24-25:109-114.
- CEPAL (2020). COVID-19 tendrá graves efectos sobre la economía mundial e impactará a los países de América Latina y el Caribe. Disponible en: <https://www.cepal.org/es/comunicados/covid-19-tendra-graves-efectos-la-economia-mundial-impactara-paises-america-latina>
- Estrategias de inversión (2014). El impacto de la ansiedad financiera. *Economía y finanzas conductuales*. Disponible en: <https://www.estrategiasdeinversion.com/analisis/bolsa-y-mercados/el-experto-opina/el-impacto-de-la-ansiedad-financiera-n-244341>
- Ferrer A. (2002). La preocupación, mal de nuestros días. *Psicología desde el Caribe*, núm. 9, enero-julio, 2002, pp. 76-88 Universidad del Norte Barranquilla, Colombia. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21300905>
- García J. (2011). Hacia un nuevo sistema de indicadores de bienestar. *Realidad, datos y espacio. Revista Internacional de Estadística y Geografía*, 2(1), 78 -95.
- Garman E., Leech I., Grable J. (1996). El impacto negativo de los malos comportamientos financieros personales de los empleados en los empleadores. *Asesoramiento y planificación financiera*, 7:157-168. Disponible en: <https://u.osu.edu/hanna.1/financial-counseling-and-planning/7-2/garfull/>.
- Juárez G. (2009). Finanzas personales en épocas de crisis ¿oportunidad o desgracia?. Monterrey, México.: Universidad Edec de Monterrey. Contribuciones a la economía. Recuperado de <https://www.eumed.net/ce/2009b/gdjm.htm>

- Kim J. (2000). Los efectos de la educación financiera en el lugar de trabajo sobre las finanzas personales y los resultados laborales [tesis doctoral no publicada]. Blacksburg: Virginia Polytechnic Institute and State University. Disponible en: <https://vtechworks.lib.vt.edu/handle/10919/27080>
- Linares I. (2020). Sobregiro de tarjetas de crédito en alumnos de 20 a 23 años como consecuencia del poco conocimiento sobre la administración de finanzas personales. [Tesis pre grado]. Lima: Universidad San Ignacio de Loyola. Disponible en: [http://200.37.102.150/bitstream/USIL/9851/1/2020\\_Linares%20Hugar.pdf](http://200.37.102.150/bitstream/USIL/9851/1/2020_Linares%20Hugar.pdf)
- Monge B. (2020). La buena gestión de las finanzas personales. Disponible en: <https://semanariouniversidad.com/opinion/la-buena-gestion-de-las-finanzas-personales/>
- Mori H. (2018). Gestión de las finanzas personales y el desempeño laboral de los trabajadores en la Municipalidad Distrital de Lurin año 2018 [Tesis pre grado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional Autonomía. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/>
- Mullainathan S. Eldar S. (2016). Escasez ¿por qué tener poco significa tanto? México: Fondo de Cultura Económica. ISBN: 9786071631701.
- O'Neill B., Sorhaindo B., Prawitz A., Kim J., Gorman, E. (2006). Cambios en la salud, Eventos financieros negativos y Problemas financieros / Bienestar financiero para clientes del programa de administración de deuda. *Revista de planificación y asesoramiento financiero*, 17(2): Disponible en SSRN: <https://ssrn.com/abstract=2232121>
- Psyciencia (2017). ¿Estrés financiero? 5 maneras de evitar la depresión por deudas. Disponible en: <https://www.psyciencia.com/estres-financiero-depresion-deudas/>
- Robichaud M., Dugas M. (2005). Negative problem orientation (Part II): Construct validity and specificity to worry. *Behaviour Research and Therapy*, 43(3): 403-412. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.brat.2004.02.008>.
- Sánchez A. (2019). Bienestar financiero garantiza estabilidad, sostenibilidad y libertad de la familia. Centro informático digital. Disponible en <https://www.cidrd.com.do/new/index.php/noticias/farandula/bienestar/item/651-familia>
- Superintendencia de Banca, Seguros y AFP, SBS (2017). Guía práctica para tus finanzas personales. Domina tus finanzas y maneja tu dinero. "Educación Financiera para ti". Perú: Superintendencia de Banca, Seguro y AFP. Disponible en [https://www.sbs.gob.pe/portals/3/educacion-financiera-pdf/GUIA\\_DOMINA\\_TUS\\_FINANZAS.pdf](https://www.sbs.gob.pe/portals/3/educacion-financiera-pdf/GUIA_DOMINA_TUS_FINANZAS.pdf)
- Servín A. (2020). *Presupuesto personal 2020: Alcanza tus metas*. El Economista, finanzas personales. Disponible en: <https://www.eleconomista.com.mx/finanzaspersonales/Presupuesto-personal-2020-Alcanza-tus-metas-20200118-0016.html>
- Sierra J., Ortega V., Zubeidat I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar *Revista Mal-estar E Subjetividade*, 3(1):10-59.
- Shapiro G., Burchell B. (2012). Measuring Financial Anxiety. *Revista de Psicología y Economía de la Neurociencia* 5 (2): 92-103 DOI: 10.1037/a0027647
- Superintendencia de Banca, Seguros y AFP (2017). Educación financiera para ti. Guía domina tus finanzas y maneja tu dinero. Disponible en: [https://www.sbs.gob.pe/portals/3/educacion-financiera-pdf/GUIA\\_DOMINA\\_TUS\\_FINANZAS.pdf](https://www.sbs.gob.pe/portals/3/educacion-financiera-pdf/GUIA_DOMINA_TUS_FINANZAS.pdf)
- Torous J., Jän Myrick K., Rauseo-Ricupero, N., Firth J. (2020). Digital Mental Health and COVID-19: Using Technology Today to Accelerate the Curve on Access and Quality Tomorrow. *JMIR Ment Health*. 2020;7(3): e18848. DOI: 10.2196/18848.
- Usher K., Durkin J., Bhullar N., (2020). The COVID-19 pandemic and mental health impacts. *International Journal of Mental Health Nursing*; 29: 315–318. DOI:10.1111/inm.12726
- Valero, Vélez, Duran y Torres (2020). Afrontamiento del COVID-19: estrés, miedo, ansiedad y depresión? *Enferm Inv*, 5(3):63-70.
- Valle Núñez A. (2020). La planificación financiera una herramienta clave para el logro de los objetivos empresariales. *Universidad y Sociedad*, 12(3), 160-166. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v12n3/2218-3620-rus-12-03-160.pdf>
- Villa, V. (2016). ¿Qué es la preocupación? El financiero: Economía, mercados y negocios en alianza con Bloomberg. Disponible en: <https://www.elfinanciero.com.mx/opinion/vale-villa/que-es-la-preocupacion>