**El legado invisible: lo que mamá nos enseña sin decir una palabra**

* Aprovecha este mes donde celebramos a las madres para reflexionar sobre los gestos silenciosos con los que ellas han construido un legado de orden, previsión y amor. Porque más allá de lo material, el ejemplo también se hereda.

**Ciudad de México a XX de mayo 2025 –** Las mamás enseñan más con su ejemplo que con sus palabras. En sus gestos cotidianos —al revisar documentos, cuidar cada gasto, preparar la semana o guardar recibos en una carpeta marcada con esmero— nos muestran que el orden también es una forma de amor. El legado que dejan no empieza con una herencia, sino con la rutina que transmiten desde edades tempranas.

La psicología lo ha documentado. Según **Albert Bandura**, autor de la [teoría del aprendizaje social](https://hr.berkeley.edu/grow/grow-your-community/wisdom-caf%C3%A9-wednesday/how-social-learning-theory-works), las personas aprendemos por observación. Lo que vemos a diario, especialmente en la infancia, moldea nuestros hábitos más profundos. En ese sentido, el ejemplo materno se convierte en una poderosa herramienta de formación emocional. Observar cómo nuestras madres se organizan, prevén y planifican nos deja una huella silenciosa, pero duradera.

Más que una cuestión de eficiencia, el orden influye directamente en nuestro bienestar. Un estudio publicado en una [editorial académica](https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0146167209352864) encontró que quienes viven en espacios organizados reportan hasta un 20% menos niveles de cortisol, la hormona del estrés. Crear entornos claros no solo mejora la salud mental, también ofrece estabilidad emocional a quienes conviven en ellos.

En México, sin embargo, los datos muestran una realidad desafiante para las mujeres en términos de planificación financiera. Según la [Encuesta Nacional sobre Salud Financiera 2023](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2024/ENSAFI/ENSAFI.pdf) (ENSAFI), solo el 49.3% de las mujeres mayores de 18 años tiene algún tipo de ahorro formal, frente al 55.2% de los hombres. Además, el 38.3% de las mujeres reporta no poder afrontar un gasto imprevisto con sus propios recursos. Esto evidencia una brecha de género en el acceso a herramientas de previsión y protección patrimonial.

Hablar del futuro aún es incómodo en muchos hogares, pero es una conversación urgente. El Colegio de Notarios de la Ciudad de México ha advertido que apenas el [6% de la población en México](https://www.condusef.gob.mx/?p=contenido&idc=2062&idcat=1#:~:text=La%20CDMX%20es%20la%20entidad,la%20poblaci%C3%B3n%20cuenta%20con%20testamento.) cuenta con un testamento. Organizar nuestros deseos legales y financieros sigue siendo una tarea postergada. Por ello, plataformas como [**Mi Legado**](https://milegadoenorden.com.mx/) **—una herramienta integral para centralizar información legal, financiera y emocional**— se vuelven una guía útil para quienes buscan dar forma a su legado de forma práctica y segura.

“Organizar nuestra vida no es solo prever el futuro, es construir tranquilidad desde hoy”, explica **Doña Mayra González Moreno, directora y fundadora de Mi Legado.** “Las mujeres tienen una gran oportunidad de modelar un cambio cultural: al tomar decisiones conscientes y darles forma en herramientas concretas, inspiran a quienes las rodean a hacer lo mismo”.

La procrastinación de estos temas también tiene consecuencias. Un [estudio reciente](https://jamanetwork.com/journals/jamanetworkopen/fullarticle/2800006?resultClick=3) del mercado, realizado con más de 3,500 estudiantes universitarios, encontró que quienes postergan decisiones importantes presentan más síntomas de ansiedad, estrés, mala calidad del sueño y dificultades económicas. Es decir, la postergación crónica no solo afecta el presente, sino que compromete nuestra estabilidad futura.

A través de su experiencia, muchas mujeres están transformando lo cotidiano en una forma de educar. Al tomar decisiones a tiempo, organizar documentos, presupuestar y dejar claro su patrimonio, están sembrando hábitos que impactan a generaciones futuras.

En este mes donde celebramos a las madres, vale la pena reconocer que su mayor enseñanza muchas veces no está en lo que dicen, sino en cómo viven. Y su legado —invisible, pero potente— es el orden, la previsión y el amor silencioso que se transmite a través del ejemplo.

-o0o-

**Acerca de Mi Legado**

Fundada en 2020 por Doña Mayra González Moreno, Mi Legado ofrece soluciones tanto en formato digital como impreso, permitiendo a los usuarios centralizar su información vital, desde documentos financieros hasta testamentos, en una plataforma que facilita la planificación y la tranquilidad familiar. Con sede en Ciudad de México, Mi Legado surgió para responder a la creciente necesidad de una gestión eficiente del patrimonio personal y familiar, proporcionando a sus usuarios una manera clara y personalizada de asegurar que su legado sea respetado y cumplido. La versión digital de Mi Legado ofrece la flexibilidad de ingresar, editar y acceder a la información en cualquier momento y desde cualquier lugar, mientras que la versión impresa proporciona una solución física organizada y siempre disponible. Mi Legado se ha posicionado como una herramienta esencial para quienes desean dejar un legado bien gestionado y libre de complicaciones, con un enfoque en la simplicidad, seguridad y personalización.

Para más información, visita: <https://milegadoenorden.com.mx>

Síguenos:

Facebook: <https://www.facebook.com/milegadomx>

Instagram: <https://www.instagram.com/milegadomx>

**Contactos another**

Elsa Villalba | Client Service Manager

elsa.villalba@another.co

Gabriela Tecalco | SR PR Expert

gabriela.tecalco@another.co