



Radiografía del Ahorro en España

Informe Selectra - Día Mundial del Ahorro 2025

Con motivo del **Día Mundial del Ahorro**, **Selectra** presenta un análisis sobre los **hábitos financieros de los ciudadanos en España** y su comparación con otros países europeos.

El objetivo es comprender cómo, cuánto y por qué ahorran los españoles; y qué factores condicionan su capacidad para hacerlo, con el fin de ofrecer consejos prácticos que ayuden a mejorar su economía doméstica.

Los datos, obtenidos a partir de una encuesta a más de 5.000 personas en España, Francia, Italia y Portugal, dibujan una realidad clara: el ahorro sigue siendo un reto para gran parte de los hogares europeos, especialmente en contextos de alta inflación y aumento de los costes de vivienda y suministros.

El perfil del ahorrador en España - 32% de los españoles consigue ahorrar de forma constante cada mes

En España, el perfil predominante de los encuestados se sitúa en edades maduras: el 46,4 % tiene más de 55 años, y un 25,2 % se encuentra entre los 45 y 54. Esto significa que casi tres de cada cuatro personas de la muestra superan los 45 años, lo que influye directamente en los hábitos y motivaciones del ahorro.

La **mayoría vive en pareja (63%)**, con o sin hijos, mientras que un 19% vive solo y un 13% con familiares.

Estas diferencias en la estructura del hogar son relevantes: **los hogares con hijos suelen enfrentarse a mayores dificultades para ahorrar**, mientras que las personas que viven solas tienden a mantener un control más directo de su presupuesto mensual.

Los datos revelan una realidad desigual:

- **32%** de los españoles consigue ahorrar de forma constante cada mes.
- **35,9%** lo hace de forma irregular
- **32,1%** no logra ahorrar nada. Es decir, 1 de cada 3 encuestados no consigue ahorrar.

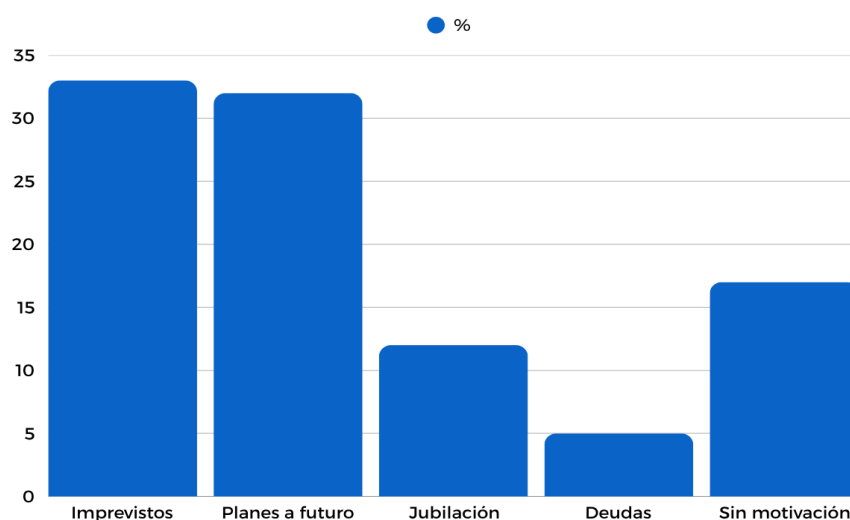
Entre quienes consiguen guardar dinero, **el importe más habitual está entre 50€ y 200€ mensuales**. Los datos sugieren que la capacidad de ahorrar una cantidad moderada se consolida especialmente en la etapa adulta y prejubilación (a partir de los 45 años), y es más prevalente en parejas sin hijos. Este rango muestra que el ahorro medio sigue siendo limitado y muy condicionado por los gastos fijos del hogar.

Principales motivaciones de ahorro

El **33,5%** de los encuestados ahorra para crear un colchón frente a imprevistos, mientras que un **32,2%** lo hace con planes futuros en mente (vivienda, coche, estudios o viajes).

Contrario a lo que se piensa, pocos vinculan el ahorro con la inversión o la jubilación, lo que indica una visión a corto y medio plazo del ahorro.

¿Cuál es tu principal motivación para ahorrar?



Selectra

¿Cómo ahorran nuestros vecinos?

Comparativa de ahorro entre países

PAÍS	CAPACIDAD DE AHORRO	OBSTÁCULOS PARA AHORRAR	TRUCOS PARA AHORRAR	MOTIVOS PARA AHORRAR
ESPAÑA	La mayoría (33%) ahorra menos de un 5%	Costes fijos (38%)	Ahorrar primero, después gastar (25%)	Fondo de emergencia (33%)
FRANCIA	La mayoría (24%) ahorra menos de un 5%	Costes fijos (42%)	Comparar precios (24%)	Fondo de emergencia (27%)
PORTUGAL	La mayoría (23%) ahorra entre 5 y 10%	Costes fijos (49%)	Ahorrar primero, después gastar (28%)	Fondo de emergencia (37%)
ITALIA	La mayoría (24%) ahorra entre 5 y 10%	Costes fijos (32%)	Aprovechar descuentos (26%)	Fondo de emergencia (26%)

Selectra

Contacto de prensa: [Alejandra Caballero](#), Departamento de Comunicación Selectra, alejandra.caballero@selectra.com

Selectra

En términos generales, otros países europeos, como **Italia, Francia y Portugal, consideran que tienen una capacidad media de ahorro**. En Francia, la mayoría de ciudadanos consigue ahorrar menos del 5%, lo mismo pasa en España. En Italia, la mayoría dice ahorrar entre 5 y 10%, lo mismo que Portugal.

Los costes fijos, el principal enemigo del ahorro

En todos los países analizados, **los costes fijos** (vivienda, hipoteca o alquiler, luz, gas y otros suministros) **son el mayor obstáculo para ahorrar**.

En Portugal, casi la mitad de los ciudadanos (49,4 %) cita estos gastos como su principal barrera, seguida por Francia (42 %), España (38%) e Italia (32 %).

En España, los bajos ingresos son otro de los factores que impide lograr un ahorro mayor, mientras que Francia, Italia y Portugal, coinciden en que esto se debe a los gastos imprevistos.

Trucos y estrategias más populares para el ahorro

Los consumidores europeos coinciden en tres grandes estrategias para ahorrar mejor:

1. **Ahorrar primero, gastar después** (España 24,6 %, Francia 20 %, Italia 16 %, Portugal 27,7 %).
2. **Aprovechar descuentos y promociones** (Italia 26%, Portugal 25, España 23,2 %, Francia 22%).
3. **Comparar precios antes de comprar o contratar servicios** (Francia 24%, Italia 23%, España 18,6 %, Portugal 20 %).

Estos hábitos demuestran una tendencia creciente hacia la gestión activa del gasto, donde comparar y planificar se han convertido en herramientas esenciales para mantener el equilibrio financiero.

La radiografía del ahorro en España deja tres mensajes clave:

1. El **ahorro sigue siendo una meta difícil para muchos hogares**, especialmente por el peso de los costes fijos.
2. **Existe una conciencia creciente por controlar las facturas y comparar tarifas**, lo que demuestra una evolución positiva hacia un consumo más racional.
3. **Los hábitos pequeños marcan la diferencia:** ahorrar al principio de mes, revisar contratos de luz o internet y aprovechar descuentos son estrategias que mejoran la salud financiera.

Consejos Selectra para mejorar el ahorro doméstico

1. **Empezar por los gastos fijos:** revisar los contratos de luz, gas e internet al menos una vez al año. En muchos casos, cambiar de tarifa o proveedor puede suponer hasta 300 € de ahorro anual.
2. **Aplicar la regla del 20 %:** intentar destinar al ahorro al menos un 20 % de los ingresos mensuales, aunque sea de forma progresiva.
3. **Automatizar el ahorro:** configurar una transferencia automática a principios de mes, antes de empezar a gastar.
4. **Comparar siempre antes de contratar:** desde seguros hasta telefonía, los precios pueden variar hasta un 40 % entre compañías.
5. **Hacer un presupuesto realista:** controla tus gastos fijos y variables con herramientas digitales o plantillas gratuitas de Selectra.



Sobre a Selectra:

Selectra es la principal plataforma de gestión y reducción de los gastos de luz, gas, Internet, telefonía, alarmas y seguros para empresas y hogares. En 2024, los clientes ahorraron 80.8 millones de euros gracias a sus servicios.

Con sus headquarters localizados en Madrid, la compañía está presente en 18 países como México, Perú, Francia, Italia, Alemania, Chile, o Japón y cuenta con más de 2000 empleados en todo el mundo.

Contacto de prensa: [Alejandra Caballero](#), Departamento de Comunicación Selectra, alejandra.caballero@selectra.com

