

# MEDICIÓN DEL CICLO ECONÓMICO



## ¿Qué es el ciclo económico?

Los ciclos económicos son un tipo de fluctuación que se observa en la actividad económica general de un país. Un ciclo consiste en expansiones de diversas actividades económicas que ocurren casi simultáneamente, seguidas de contracciones igualmente generalizadas. Esta secuencia de cambios es recurrente, pero no periódica.

Un ciclo económico se refiere al auge y la caída natural de la actividad económica de un país a lo largo del tiempo. También se conoce como ciclo económico o comercial, y comienza y termina con el aumento y la caída del PIB de un país. Un ciclo también influye en el valor de las acciones de diferentes organizaciones.

En las economías capitalistas, los ciclos económicos son fenómenos típicos que los economistas han estudiado durante décadas. Las causas de los ciclos económicos son diversas y abarcan variables tanto internas como externas. Las variables internas pueden incluir políticas fiscales y monetarias, cambios en la confianza de los consumidores y las

empresas, y avances tecnológicos. Por otro lado, las variables externas pueden incluir acontecimientos políticos, desastres naturales y la situación económica mundial.

### **¿Cómo funciona un ciclo económico?**

Los ciclos económicos se caracterizan por la alternancia de fases de expansión y contracción en la actividad económica agregada, y por el movimiento conjunto de las variables económicas en cada fase del ciclo.

El término “ciclo” se usa porque el proceso tiende a repetirse, como si de una rueda que gira se tratara. Sin embargo, es importante tener en cuenta que su comportamiento es impredecible y no sigue una regla fija.

Cada ciclo pasa por periodos de recesión y periodos de expansión. Este fenómeno ha sido común a lo largo de la historia económica, conociéndose con otras denominaciones como “ciclos comerciales” o “fluctuaciones cíclicas”.

En las fases alcistas la economía mejora y se crea empleo, mientras que en las bajistas la economía decrece. Es en los periodos de contracción cuando se desatan las crisis económicas. Cuando ocurren oscilaciones de gran intensidad se pueden llegar a ver burbujas económicas.

### **Fases de los ciclos económico**

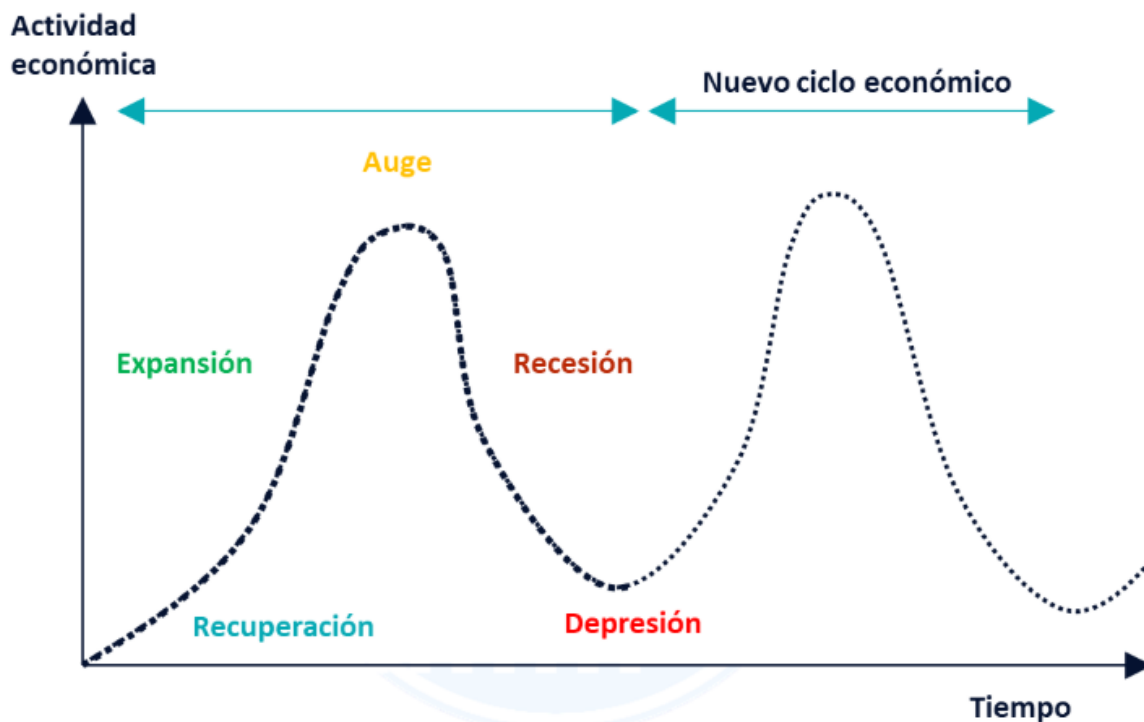
La vida del ciclo económico se divide en

- Recuperación. Fase del ciclo en que la economía está estancada o crece ligeramente.
- Expansión. Fase de mayor crecimiento económico.
- Auge. Fase en que el crecimiento económico empieza a mostrar señales de agotamiento.

- **Recesión.** La actividad económica se reduce. Conlleva una disminución del consumo, de la inversión y de la producción de bienes y servicios, lo cual provoca, a su vez, que se despidan trabajadores y, por tanto, aumente el desempleo.
- **Depresión.** Cuando nos encontramos en una fase de recesión continua en el tiempo y sin previsión de mejora.

La duración del ciclo económico es algo muy debatido, ya que raramente han tenido la misma temporalidad a lo largo de la historia. En ocasiones se han dado las cinco fases en tan solo dos años, y en otras ocasiones han pasado más de 10 años para ver todas las fases de forma continuada.

# CICLO ECONÓMICO



## ¿Cuánto dura un ciclo económico?

No hay una duración fija para cada fase ni para el ciclo en su conjunto, pero las investigaciones estadísticas a largo plazo han permitido establecer duraciones promedio para los ciclos, clasificándolos en:

- Cortos, pequeños o de Kitchin, con una duración promedio de 40 meses; no necesariamente llegan a la fase de depresión en el descenso.
- Medios, o de Juglar, con 8 años y medio en promedio; se distinguen por la presencia de auges y crisis cíclicas. Serían una sucesión de pequeños ciclos económicos, cuyas causas no son solucionadas y el mercado no llega a depurarse completamente. Generalmente concluyen en una crisis de condiciones épicas.
- Largos, ondas largas o ciclos de Kondratieff, de un promedio de 54 años de duración. Durante la expansión, los ascensos son prolongados y más fuertes, las crisis son suaves y las recesiones cortas; pero durante la depresión, los ascensos son débiles y cortos, las crisis muy fuertes y las recesiones prolongadas hasta alcanzar el grado de depresiones económicas generales.

### **¿Por qué es importante saber cómo se miden los ciclos económicos?**

Medir los ciclos económicos con cierta precisión, tiene una gran relevancia en distintos ámbitos y para diferentes actores:

- Los gobiernos pueden diseñar e implementar medidas de política económica más eficaces y puntuales en el tiempo. Por ejemplo, medidas de política fiscal, gasto público, empleo, etc.
- Los bancos centrales y autoridades monetarias pueden ajustar los tipos de interés y la oferta monetaria para controlar la inflación o estimular el crecimiento, dependiendo de la fase del ciclo económico en la que nos encontremos.
- Las empresas pueden planificar mejor su actividad, incluso adelantándose a los cambios de fase, para incrementar su eficiencia y mejorar resultados.
- Los inversores tienen la posibilidad de ajustar la composición de sus carteras, acompañándolas a la evolución del ciclo.

Por tanto, más allá de estudios teóricos o académicos, saber cómo se miden los ciclos económicos tiene un impacto decisivo en la práctica.

## **Cómo medir el ciclo económico: indicadores económicos clave**

Para determinar en qué fase nos encontramos actualmente, medir la magnitud de estas fases, así como predecir cuándo y con qué rapidez pasaremos a la siguiente fase, los economistas miden estos indicadores económicos clave:

### **1. Producto Interno Bruto (PIB)**

El PIB registra el valor total de los bienes y servicios producidos por un país en un período determinado. Es la forma más rápida y general de medir la producción económica. Un aumento del PIB generalmente indica expansión, mientras que una disminución indica contracción.

### **2. Tasas de empleo**

A medida que se crean más bienes y servicios, se generan más empleos y se contrata a más trabajadores. Durante los períodos de crecimiento las tasas de empleo aumentan, pero disminuyen cuando el crecimiento disminuye.

### **3. Tasas de inflación**

La inflación se refiere al aumento de los precios de bienes y servicios. Una tasa de inflación moderada se considera un indicador de crecimiento saludable. Por ejemplo, la Reserva Federal de Estados Unidos suele procurar mantener la tasa de inflación en un 2%.

Tasas de inflación mucho más elevadas podrían indicar un sobrecalentamiento y un pico en la economía, y que probablemente le siga una contracción. Una tasa de inflación más baja también podría indicar que estamos en una fase de contracción.

### **4. Tasas de interés**

Los bancos centrales suelen buscar estabilizar la economía. Para ello, ajustan los tipos de interés con el fin de estimular una economía en declive o frenar una que se está recalentando.

Los tipos de interés bajos incentivan a la gente a pedir préstamos e invertir, lo que suele generar expansión económica. Sin embargo, si los bancos consideran que la inflación y el crecimiento son excesivos, a menudo los subirán.

## **5. Confianza del consumidor y de las empresas**

La confianza del consumidor se refiere a su disposición a gastar dinero. Esto refleja tendencias más amplias sobre el optimismo de los consumidores respecto a la economía.

Cuanto más dinero haya en circulación, más se estimula y crece la economía. Si la gente tiene miedo de gastar su dinero, suele ser señal de contracción económica.

## **6. Inversión empresarial**

La inversión empresarial puede considerarse el equivalente empresarial de la confianza del consumidor. Cuando las empresas confían en su potencial de ganancias, invierten en nuevos equipos, tecnología y otros bienes de capital. Esto refleja su visión positiva de la economía.

Si bien los economistas consideran otros factores, estos son los principales que examinan.

### **Conclusión: ¿Cómo pueden los inversores utilizar este conocimiento?**

El ciclo económico es una de las teorías fundamentales de la macroeconomía. La historia ha demostrado que los ciclos económicos seguirán ocurriendo, independientemente de lo que hagamos.

Comprender el ciclo económico y sus indicadores clave puede ayudarte a tomar decisiones financieras y de inversión informadas para prosperar en cualquier entorno económico.

Por ejemplo, como inversor, si confías en tu análisis de que estamos en un punto bajo, puedes comprar acciones a los precios más bajos mientras los demás tienen miedo de

hacerlo. Si confías en que estamos en un punto máximo, entonces podría ser el momento de vender.

Como en la vida, en economía siempre habrá altibajos, por lo que siempre debemos estar preparados para lo que pueda venir.

De hecho, si lo piensas bien, esto demuestra que, si bien el dicho "Lo que sube tiene que bajar" es cierto, también muestra que "Cuando estás en tu peor momento, no hay otro camino que el de ir hacia arriba".

**Referencia:**

*Achuthan, L. (2026). Comprender los ciclos económicos: fases y medición. Investopedia. Recuperado de: <https://www.investopedia.com/terms/b/businesscycle.asp>*

*Sevilla, A. (2025). Ciclo económico: Qué es, fases y duración. Economipedia. Recuperado de: <https://economipedia.com/definiciones/ciclo-economico.html>*

*BBVA (2025). ¿Qué es un ciclo económico? Recuperado de: <https://www.bbva.com/es/economia-y-finanzas/que-es-un-ciclo-economico/>*

*Vizcaíno, R. (2024). ¿Cómo medir los ciclos económicos? Vibe. Recuperado de: <https://vibeinvestingschool.com/blog/como-medir-ciclos-economicos/>*

*Jaro Education (2025). ¿Qué es un ciclo económico y cómo se mide? Recuperado de: <https://www.jaroeducation.com/blog/what-is-a-business-cycle-and-how-to-measure-it>*

*The Investor's Podcast (s.f.). Comprender el ciclo económico: conceptos clave, medición y sus cuatro etapas. Recuperado de: <https://www.theinvestorspodcast.com/business/understanding-the-business-cycle/>*