

F
FOCO

SALUD
ESTILO DE VIDA
TECNOLOGÍA
ECONOMÍA
GASTRONOMÍA

PEQUEÑOS 'ANTOJOS' PUEDEN AFECTAR TUS FINANZAS PERSONALES

Gastos hormiga en la cuarentena: ¿cómo reducirlos?

» No hay gastos de transporte a tu oficina, pero sí podrías estar despilfarrando en otras cosas, que a la larga afectarían tu bolsillo.

NATHALIE SALAZAR I.

Cuando se inició el involuntario auge del teletrabajo, por la pandemia del coronavirus, probablemente se pensó que ahorraría en transpor-

te, servicios de comida o algún gasto innecesario que normalmente afecta su bolsillo. Sin embargo, para Juan Carlos Ocampo, coordinador de la carrera

de Economía de la Universidad Privada del Norte, lo que ahora ha aumentado durante la cuarentena, son los 'gastos hormiga', llamados también 'antojos', que son adquiridos por impulso y no están planificados.

"Lo primero que se debe analizar es: ¿en qué estoy gastando mi dinero?, ¿me va a servir lo que compro?, etc. Estos gastos son imperceptibles en el presupuesto, pero significan una cantidad de dinero que incluso puede llegar a endeudarnos

» **Tentaciones**
Generalmente no les prestamos atención, pero este gasto 'inútil' puede tener un efecto muy perjudicial en nuestro presupuesto

con las tarjetas de crédito", señala el economista.

TIPOS. Ante esta situación, Ocampo menciona tres tipos de gastos hormiga por

parte de las personas y que deben ser identificados: el tradicional, el gasto hormiga 'fuga' y el bancario.

"El primero representa los antojos que nos permitimos; el segundo, a las suscripciones a servicios; y el tercero, a las comisiones por pagos de documentos físicos (estados de cuenta) y que podrían reducirse", explica.

Indica que la disciplina es importante y ser compradores compulsivos en esta época no favorece a la economía, por lo que nadie está seguro en su trabajo, los bancos han restringido la capacidad de créditos personales y es mejor ahorrar. "En vez de comprar un postre, se puede preparar en casa y en familia. Hay tutoriales que nos enseñan", aconseja.

» **¿SE PUEDEN REDUCIR?** El economista Jorge González Izquierdo señala que para no terminar teniendo un presupuesto sobreevaluado hay que planificar lo que vamos a comprar, hacer una lista de las cosas utilitarias y evitar las compras online innecesarias que al final van a generar fuertes intereses en nuestra tarjeta de crédito.

"Lo recomendable es que, durante dos meses, contabilicemos lo que gastamos. Esta semana, compro artículos de aseo que me van a durar 15 días. Luego, alimentos que los voy a ordenar por día y saber usarlos. Muchos vencen porque ni siquiera sabíamos que los teníamos", detalla.

25%
del salario mensual se va en estos gastos, según la Comisión Nacional del Consumidor.

» **Trucos para evitar los gastos hormiga**

1

Arma un presupuesto semanal:

Saber cuánto te vas a gastar periódicamente, implica no derrochar el dinero.

2

Evita compras por internet:

Es muy probable que navegando en tus redes encuentres promociones al 2x1. Antes de adquirirlo, pregúntate: "¿Es indispensable para mi casa o mi vida?"

3

Prioriza gastos:

No caigas en la tentación de pedir alimentos por delivery o comprar comida chatarra. Mejor cocina en familia y así sigues una alimentación sana.

4

Ahorra cada día (así sea poco):

Destina una parte del dinero que ganas al banco y guárdalo para crear un colchón, o fondo de emergencia.

5

Lleva un registro de tus gastos:

Apunta diariamente cuánto has gastado. Cómprate una libreta u opta por realizarlo en tu ordenador.

