

Seis consejos para llegar a fin de mes

MÁS INFORMACIÓN

[Tocados por la fortuna](#)

[Suben un 48% los trabajadores con menos de 3 meses en el paro](#)

EL PERIÓDICO
BARCELONA

PRESUPUESTO FAMILIAR

1 - Control de ingresos y gastos

Lo único que va a salvar a las familias de la crisis es que aprendan economía doméstica y que apliquen ciertas reglas. La primera es tener claro el presupuesto del hogar: cuánto se ingresa, qué facturas llegan y con qué periodicidad. Hay que repasar de forma sistemática las facturas y los extractos bancarios. Además hay que dejar una partida para gastos imprevistos. Según Isabel Ávila, presidenta de la Confederación Española de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios (CEACCU), desde el pasado año la vida se ha encarecido para una familia de cuatro miembros una media de 300 euros al mes.

COMPRA DE ALIMENTACIÓN

2 - La lista ahorra hasta un 40%

Ahora es más importante que nunca ir a la compra con la lista de lo que se necesita y no salirse de ella. Solo con esta medida, la organización de consumidores CEACCU asegura que se puede ahorrar un 40% en el presupuesto, siempre que se aprovechen las ofertas pero que no se compren cosas inútiles solo porque están más baratas. CEACCU también aconseja recurrir a las marcas blancas en los supermercados ya que hay artículos que están un 50% más baratos, seguir los productos de temporada y probar distintos tipos de pescados de acuicultura y de carnes baratas que no sean siempre de vacuno.

RIESGOS DE LOS PAGOS APLAZADOS

3 - Reducir el uso de las tarjetas

Los consumidores recomiendan la máxima prudencia con las compras que no sean al contado. Para evitar sorpresas de última hora en las cuentas bancarias, el consejo básico es utilizar lo menos posible las tarjetas de crédito, teniendo en cuenta que en caso de sufrir un descubierto por falta de fondos el interés que se aplica es del 24%. Asimismo, se recomienda limitar las compras a plazos debido a que se pierde el control de lo que se gasta y huir de los créditos rápidos ya que, como cuenta la presidenta de CEACCU, hay casos en los que se ha llegado a perder su casa por no devolver dos mensualidades con unos intereses "abusivos".

INGRESOS PARA TAPAR AGUJEROS

4 - Buscar las ayudas públicas

Las administraciones públicas ofrecen en tiempos de crisis un colchón que hay que aprovechar al máximo. Al margen de los 400 euros que aportará Hacienda, hay que realizar una búsqueda activa de todas las deducciones fiscales de las que se puede ser beneficiario y revisar las ayudas que ofrecen las administraciones, e incluso de las fiestas gratuitas que organizan. Para tener un paraguas anticrisis, CEACCU está promoviendo entre los partidos políticos la aprobación del concepto de *quiebra familiar* que se produce cuando ya es imposible afrontar los pagos de las letras al considerar que el endeudamiento no siempre es culpa del consumidor.

EVITAR LA SUBIDA DE LOS CARBURANTES

5 - Cambiar el coche por el bus

La utilización del vehículo se ha convertido en algo prohibitivo para muchos ciudadanos. Por ello, la estrategia de ahorro familiar incluye "coger el coche lo menos posible y usar los abonos de los transportes públicos". En lo que va del año, el precio de la gasolina acumula una subida del 12,7%, mientras que el diésel es el 24,9% más caro. Con respecto a la misma semana de hace un año, la gasolina ha subido el 15,2% y el gasóleo, el 31,6%. Así, llenar un depósito cuesta entre 9 y 17 euros más que hace un año en

plena operación salida del mes de agosto. El único consuelo es que esta semana han bajado más del 2%.

ALTERNATIVAS PARA ARTÍCULOS TEXTILES

6 - Ropa de segunda mano

El capítulo de la ropa y el calzado también ocupa una parte importante del presupuesto familiar y, en consecuencia, hay que reducir aquí los gastos. Entre las recomendaciones de los consumidores para gastar menos se encuentran comprar la ropa en los *outlet* o en tiendas de segunda mano, una "práctica más extendida en otros países que en España", según Isabel Ávila. En el 2007, los españoles gastaron una media de 621 euros en ropa, lo que supone un descenso del 3% respecto al 2006, según un estudio de TNS. El producto con descuento representó el 41,9% del volumen total de ventas el año pasado.