

<http://www.expansion.com/ahorro/2016/09/10/57cff29e468aeb1d268b46b0.html>

Every 8 minutes, we respond to a disaster.



HELP NOW



Expansión

ORBYT. | Ediciones | Versión | f | | | Buscar... | Login

ACADOS | AHORRO | EMPRESAS | ECONOMÍA | EMPRENDEDORES&EMPLEO | JURÍDICO | TECNOLOGÍA | OPINIÓN | DIRECTIVOS | ECONOMÍA DIGITAL

Ahorro | Pensiones | Fondos | Diccionario

Every 8 minutes, we respond to a disaster.



HELP NOW

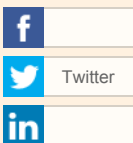


aprende a elaborar un presupuesto familiar



Actualizado:10/09/2016 21:18 horas

0 comentarios



Los españoles tenemos hasta 100 euros de gastos tontos cada mes. Así lo asegura Jordi Martínez, director de Educación Financiera en el Instituto de Estudios Financieros y socio de [EFPA](#) España (Asociación de Asesores Financieros).



Según informa el Parlamento Europeo, cada español desperdicia 163 kilos de comida cada año. ¿te haces una idea del dineral que se te está yendo por ahí? Si sólo en gastos ínfimos como el del pan se desperdician 100 euros, imagina con productos más caros. Según Fuci, 257 euros al mes. No es ninguna tontería, ¿verdad? Seguro que si te suben el sueldo más de 250 euros al mes supone una mejora en tu economía, y puedes ahorrar más, y hacer más actividades, comprarte más ropa, etc. por eso, evitar gastos tontos es mucho más importante de lo que crees.

Y a ti, ¿te cuesta llegar a fin de mes?, ¿gastas dinero y no sabes en qué?, ¿te preguntas a menudo que en qué se te va el dinero? Es muy importante tener un control sobre tus gastos y establecerte presupuestos y objetivos, ya que, de lo contrario, resulta muy difícil ahorrar cada mes.

Sofía Macías en su libro sobre finanzas personales Pequeño Cerdo Capitalista, aconseja poner metas concretas a la hora de elaborar un presupuesto. Es decir, antes de coger [la app de Fintonic](#), valorar ingresos y

ETOOLS



Calculadora sueldo



Convertor divisas



Terminal Interactivo



Comparador Préstamos



Comparador Cuentas



Comparador Hipotecas



Comparador Seguros coche



Tienda Golf



Directorio Empresas

Ado by Rubicon Project

FREE Online Courses Get the skills you need to land the job you want.

START LEARNING NOW



OFERTAS DESTACADAS DE BANCOS

Préstamos | Hipotecas | Tarjetas | Ahorros

Banco Cetelem

Hasta 50000€ para hacer realidad tus proyectos



Préstamo Naranja

Desde 5,95% para lo que necesites



Ver más ofertas

Powered by [Bankimia](#)

Ado by Rubicon Project

FREE Online Courses Get the skills you need to land the job you want.

<http://www.expansion.com/ahorro/2016/09/10/57cff29e468aeb1d268b46b0.html>

gastos, y establecer un presupuesto mensual, poner un objetivo final. Por ejemplo, un viaje a Indonesia, o comprarte un coche. De esta manera, nuestro cerebro asocia el ahorro a algo positivo. Tener un fin, siempre hace más sencillo llevar a cabo los medios. Esta meta siempre debe ir acompañada de un periodo realista, un tiempo máximo para ahorrar y conseguir ese viaje o ese coche, y que así no te resultará frustrante.

¿Cómo elaboro un presupuesto familiar?

- Lo más importante es tener una fotografía de tus finanzas. No puedes empezar a organizar tus presupuestos si no eres realmente consciente de tus gastos y tus ingresos. En esto [Fintonic](#) será un gran aliado, y te ayudará mucho a que ordenes tus cuentas.
- Los presupuestos deben ser mensuales. Es la mejor manera de ver unos ingresos y unos gastos, ya que la inmensa mayoría se pagan cada 30 días. Un presupuesto anual es difícil de valorar y de cumplir, uno trimestral hace que te relajen en los ahorros, y los que son inferiores a un mes, casi imposibles de medir.
- Especialmente es importante la segmentación, es decir, las categorías de gasto. Porque debes ser consciente de lo que te gastas cada mes en alimentación, en ropa, en ocio, etc. para poder comprobar de lo que puedes o no puedes prescindir o reducir el gasto.
- Gastos variables. También debes tener en cuenta que, además de los gastos fijos, como puede ser la vivienda, el teléfono o los seguros, hay gastos variables a los que has de hacer frente y, por tanto, deberás considerar en tu presupuesto mensual. El seguro que pagas anualmente, un cumpleaños de un familiar, una escapada, etc. son gastos que deberás considerar adjudicando un máximo para ellos.
- A continuación, es importante que valores las categorías que no puedes eliminar, pero sí abaratar el gasto. Me estoy refiriendo al transporte, la electricidad, la comida, etc. siempre puedes ir más días andando y ahorrar en gasolina o transporte público, mirar las ofertas y comprar lo más barato, o tener más cuidado a la hora de encender la luz en casa.
- Lo siguiente, es establecer qué gastos puedes eliminar. Fijándote en las categorías que desglosa [Fintonic](#), echa un vistazo y valora, ¿puedes eliminar el gasto de tarjetas de crédito?, ¿tabaco?, ¿cambiar de gimnasio por uno más económico? Cada partida influye en el ahorro al final de mes. Con el desglose de las categorías te resultará más sencillo ver este tipo de gastos.
- ¿Y ahora?, ¿Cuánto dinero destino al ahorro? Dependiendo de lo que ganas y tus gastos fijos podrás ahorrar más o menos cantidad. Desde el portal finanzasparatodos y el Banco de España establecen el 10% de los ingresos. Puedes empezar por esa cantidad, e ir viendo cómo vas cada mes. Si puedes, aumenta esa cantidad poco a poco, y lograrás antes tu objetivo.

Como ves, la organización es fundamental a la hora de establecer un presupuesto de ahorro. Apóyate en tu [app de Fintonic](#) para tener acceso a tus cuentas en todo momento, poder comprobar por categorías cada gasto, y realizar presupuestos de una forma rápida y sencilla.

[Fintonic](#).

Te recomendamos



ÚLTIMA HORA

- 20:56** Gibraltar intentará que el Brexit sea un éxito a pesar de que no ufe su opción en el referéndum
- 20:36** La española Ruth Díaz, mejor actriz de la sección Horizontes de Venecia
- 19:21** La CE destina 115 millones euros a mejorar las condiciones de vida de los refugiados en Grecia

LO MÁS LEÍDO

Expansion.com	Ahorro
1	Por qué Ray-Ban teme a hawkers
2	Heineken fabrica una marca a medida para Mercadona
3	El carnicero de Mercadona vende el grupo tras trocarlo
4	Análisis exprés de Hódar de los valores del Ibex 35
5	Renault cree que el uso de la tecnología diésel terminará siendo inviable por las exigencias de emisión europeas

OTRAS NOTICIAS DE INTERÉS

NEWSLETTERS

SUSCRÍBETE
 Personaliza la información económica que quieres recibir por secciones.

DESTACADOS

IBEX 35	Renta 2015
Acceder a RAI en Axesor	Prima de Riesgo
Convertor de Moneda	Calculadora de Sueldo
Comparador Depósitos	Diccionario Económico

<http://www.expansion.com/ahorro/2016/09/10/57cff29e468aeb1d268b46b0.html>



Renault cree que el uso de la tecnología diésel...
 (Expansión)

China sigue aumentando su presencia en los...
 (Expansión)

NBA: Sergio Rodríguez, padrino de una...
 (Marca)



Cómo evitar la sudoración excesiva en verano
 (DMedicina)

5 preguntas que tu profesor de inglés no sabrá responder
 (Babbel)

Postres Fáciles Sin Horno: Aléjate del Calor
 (Que Rica Vida)

recomendado por

PUBLICIDAD



Now you can use this space to advertise your product in the USA.
 Click to get more info



Now you can use this space to advertise your product in the USA.
 Click to get more info



Comentarios

Para comentar o valorar, por favor [inicie sesión](#) o [regístrese](#)

Every 8 minutes, we respond to a disaster.

American Red Cross

HELP NOW >

Otras webs de Unidad Editorial ▼

© 2016 Unidad Editorial Información Económica S.L. | [Términos y condiciones de uso](#) | [Política de privacidad](#) | [Política de cookies](#) |
 Certificado por [OJD](#) | [Publicidad](#) | [Quiénes somos](#) | [Atención al cliente](#)

Clasificados Motor	Masters -Escuela Unidad Editorial	Coches - Marcamotor.com	Unidad Editorial
IGN España	Farmacia - CorreoFarmacéutico	Enfermedades - Dmedicina	Medicina - Diario Médico
Trabajo - Expansion y Empleo	Hemeroteca	Pisos - Su Vivienda	El Mundo
F1 - Marca	Ocio - Tiramillas	Madrid Fashion Week	Noticias de Agencias
Directorio Empresas	Directorio Autónomos	Directorio Ejecutivos	Diccionario Económico
Foro Legal en Portico Legal	Tienda de Golf	Fuera de Serie	Suscripciones Expansión