

## RECOMENDACIONES PARA LOGRAR QUE LA PLANIFICACIÓN DE SUS GASTOS SEA EFECTIVA



- Lleve un registro detallado de sus gastos.
- Guarde los recibos de pago.
- Utilice calculadora, cuando haga compras.
- Infórmese y evalúe las diferentes alternativas de consumo, decida la más conveniente para usted.
- Establezca prioridades y deje que sus metas lo guíen para la atención de sus necesidades reales.
- Compre estrictamente lo necesario, reconozca la diferencia entre un deseo y una necesidad.

- Adquiera comportamientos que lleven como objetivo un consumo racional.
- Sáqueles partido a sus habilidades (pequeñas reparaciones en casa, manualidades, etc.)



**Un presupuesto bien administrado, previene las deudas, y proporciona seguridad financiera para el futuro.**

# 510-1300

**Línea Directa del consumidor**

Elaborado por: Departamento de Educación

Panamá: 510-1313      Veraguas: 998-4302  
Herrera: 996-5623      Coclé: 997-9423  
Colón: 475-0600      Chiriquí: 775-2536  
Bocas del Toro: 758-5395      Los Santos: 994-1791

[www.autoridaddelconsumidor.gob.pa](http://www.autoridaddelconsumidor.gob.pa)  
[info@autoridaddelconsumidor.gob.pa](mailto:info@autoridaddelconsumidor.gob.pa)



# CONTROLE SUS GASTOS



# ACODECO

**AUTORIDAD DE PROTECCIÓN AL CONSUMIDOR  
Y DEFENSA DE LA COMPETENCIA**

## ¿QUÉ ES EL PRESUPUESTO FAMILIAR?

Es la distribución anticipada de todos los gastos de la familia en un período de tiempo determinado (semanal, quincenal o mensual).



Es el instrumento que le permite administrar uno de los recursos más importante de la familia, que es el

**DINERO.**

## IMPORTANCIA DEL PRESUPUESTO FAMILIAR?

- Ayuda a definir metas de la familia.
- Ayuda a vivir de acuerdo a sus entradas económicas.
- Evita gastos desordenados.
- Sirve para balancear gastos.
- Garantiza que los gastos no excedan a los ingresos.

## PARA ELABORAR EL PRESUPUESTO FAMILIAR

Determine:

**Total de ingresos:** son los aportes en dinero de todos los miembros que contribuyen con la economía del hogar.

**Total de gastos:** Es importante que lleve un registro diario de gastos (fecha, producto, servicios y cantidad).

### 1. Clasifique los gastos:

En los diferentes renglones de consumo:

Ingresos	Egresos
Salario esposo B/. _____	Alimentación B/. _____
Salario esposa B/. _____	Vivienda B/. _____
Entradas extras B/. _____	Vestuario B/. _____
Pensiones B/. _____	Servicios médicos B/. _____
Otros miembros de la familia B/. _____	Servicios Básicos B/. _____
	Transporte y Combustible B/. _____
	Ahorros B/. _____
	Deudas B/. _____
	Educación B/. _____
	Entretenimiento B/. _____
Total de Ingresos B/. _____	Total egresos B/. _____
	Total Final B/. _____



### 2. Totalice la cantidad de ingreso con la de egreso o gastos y compare:

Si la cantidad de gastos es mayor que la de ingresos no hay balance, entonces usted tendrá que:

- Analizar su situación financiera.
- Haga cambios en los hábitos de compra.

- Buscar alternativas de consumo más económicas.
- Disminuir el uso inadecuado del crédito.
- Hacer un plan para mejorar sus ingresos.

## EN LA ELABORACIÓN DEL PRESUPUESTO FAMILIAR

- Deben participar todos los miembros de la familia para atender adecuadamente las diferentes necesidades del grupo familiar y ser más conscientes en los gastos.
- Debe hacerse por escrito.
- Tomar en cuenta los otros recursos que nos ayudan a minimizar gastos (usar el tiempo adecuadamente, sus conocimiento y habilidades.
- Conocer precios y calidades para saber qué comprar y dónde comprar.

