



Cofinanciado por
la Unión Europea

LAS FINANZAS son importantes!

Paquete educativo



JUNIO 2023

Financiado por la Unión Europea. Los puntos de vista y opiniones expresados son exclusivamente los del autor o autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva en el Ámbito Educativo y Cultural Europeo (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de las mismas.



Cofinanciado por
la Unión Europea

K210-ADU Colaboración a pequeña escala en la educación de adul

Número de acuerdo: 2021-2-PL01-KA210-ADU-000049288

Autores:

Katarzyna Jaszczuk, Foundation Innovation and Knowledge



Luis Aranda, Social Enterprises S.L





Índice

1. Introducción	4
2. Sobre el proyecto „Las finanzas son importantes”	5
3. Acerca del paquete educativo	6
4. ¿A quién va dirigido el paquete educativo «Las finanzas son importantes»?	7
5. Cómo dirigir con éxito una formación sobre educación financiera – información para el formador-educador financiero.	8
5.1 El proceso de aprendizaje de los adultos.	8
5.2 Los adultos aprenden mejor cuando	9
5.3. Educador financiero y talleres	9
5.4. Buenas prácticas en talleres de educación financiera	11
6. Módulo: 1 Presupuesto doméstico	13
7. Módulo: 2 Préstamos inteligentes	30
8. Módulo: 3 El ahorro en la práctica	47
9. Módulo: 4 Finanzas seguras en internet	60
10. Módulo 5 Derechos del consumidor	70
11. Programa del taller	82
12. Materiales Educativos Adicionales, Bibliografía	104



1. Introducción

Estimado educador financiero:

El equipo del proyecto se complace en presentar el Paquete Educativo “Las finanzas son importantes”.

Estos materiales combinan las experiencias polaca y española en la enseñanza de la educación financiera sobre la base de diversas actividades y experiencias de aprendizaje realizadas en los dos países socios para personas con escasa formación, incluidas aquellas con bajos ingresos.

Cada día las personas toman muchas decisiones financieras, más o menos importantes, que afectan a sus vidas a corto o largo plazo. La compra en el supermercado, la adopción de una mascota, la aceptación de una invitación a una celebración familiar, las actividades extraescolares de un hijo, el pago de las facturas de la luz, la decisión de comprar un televisor a plazos, un viaje con la familia al otro extremo del país, una reclamación por una lavadora estropeada, la compra de un piso propio, el apoyo a un familiar en tratamiento, todas estas actividades están relacionadas con el dinero. Y es sobre el dinero y su gestión consciente de lo que hablamos en el paquete educativo “Las finanzas son importantes”.

La educación financiera es una competencia clave esencial que afecta significativamente al nivel de vida de todo ser humano. Las personas con baja cualificación, incluidos los bajos ingresos, son un grupo especial al que debe dirigirse. En la “Recomendación del Consejo de la OCDE sobre Educación y Alfabetización Financiera”¹, se afirma que una de las actividades clave debería ser la formación de educadores financieros que proporcionen de forma clara y sencilla conocimientos básicos en el ámbito de la gestión de las propias finanzas. La información anterior indica claramente la necesidad de difundir la educación financiera entre los grupos especialmente expuestos a la exclusión social, por parte de educadores que tengan un contacto constante con este grupo, comprendan su situación y sean capaces de transmitir conocimientos en el campo de las finanzas de forma comprensible y práctica con respecto a los clientes.

La gestión de las finanzas personales es una de las habilidades básicas para la vida que todo el mundo necesita. La educación financiera, es decir, aprender a gestionar las finanzas

1 <https://legalinstruments.oecd.org/en/instruments/OECD-LEGAL-0461>



personales, planificar los gastos y ahorrar, permite tomar decisiones financieras conscientes y aumentar el bienestar financiero a largo plazo.

Albert Einstein dijo una vez que “es una locura hacer lo mismo una y otra vez y esperar resultados diferentes”, así que nos alegramos de que estés aquí para mejorar tus habilidades en la enseñanza de la gestión de las finanzas personales y para que tú también tengas un mayor control sobre ellas. ¡Bravo!, es un primer paso muy importante.

¡Así que empieza a formar a otros en la gestión inteligente del presupuesto doméstico y apóyalos en su camino para salir de la exclusión! ¡Cruzamos los dedos!



2. Sobre el proyecto “las finanzas son importantes”

El proyecto “Las finanzas son importantes” es ejecutado por la Fundación Innovación y Conocimiento (FIIW), una organización polaca con sede en Varsovia creada en 2012 para promover el cambio social, abordar la inactividad profesional y la desigualdad, y aumentar la resiliencia financiera de diferentes grupos de clientes. La Fundación (FIIW) trabaja a nivel nacional, internacional y global a través de proyectos y programas destinados a apoyar el desarrollo empresarial, la activación social y profesional, la innovación en la educación, el aprendizaje permanente y la promoción de la educación financiera.

El proyecto se ejecuta en asociación con Social Enterprises S.L, organización española con sede en Córdoba.

El objetivo principal del proyecto es reducir la exclusión social entre las personas con baja cualificación y bajos ingresos mediante la formación de empleados de instituciones/organizaciones sociales para que se conviertan en educadores financieros. Esta tarea se consigue aumentando el conocimiento y las habilidades prácticas en el campo de la educación financiera entre los empleados de las instituciones/organizaciones sociales, aumentando el conocimiento y las competencias clave entre las personas en riesgo de exclusión social y económica a través de la formación en educación financiera.

El resultado del proyecto es:

- La preparación, a partir de las actividades y experiencias realizadas en 2 países socios para la educación financiera de personas con baja cualificación, incluidas las personas con



bajos ingresos, de un paquete educativo “¡Las finanzas son importantes!” en el ámbito de la educación financiera, que permitirá la autoformación o la formación de los empleados de las instituciones/organizaciones de ayuda, por lo que estarán dotados de nuevos conocimientos y competencias prácticas en este ámbito. Gracias al paquete “¡Las finanzas son importantes!”, los empleados o voluntarios tienen la oportunidad de ampliar sus cualificaciones profesionales y aumentar el alcance de la asistencia prestada a las personas en riesgo de exclusión.

- Preparación de un informe que resuma y difunda los resultados del proyecto, junto con una indicación de cómo influyó la formación en la calidad y la eficacia del trabajo de los participantes en el proyecto piloto.



3. Sobre el paquete educativo

El paquete educativo “¡Las finanzas son importantes!” es una publicación que permitirá la autoeducación o la formación de empleados y voluntarios de instituciones/organizaciones de ayuda y, de este modo, se les dotará de nuevos conocimientos y habilidades prácticas en este campo. Gracias al paquete educativo “¡Las finanzas son importantes!”, los empleados o voluntarios tendrán la oportunidad de ampliar sus cualificaciones profesionales y aumentar el alcance de la asistencia prestada a las personas en riesgo de exclusión.

El paquete educativo ofrecerá dos formas de formación: materiales para la autoformación y un programa y materiales para las personas que deseen impartir talleres en grupo. El paquete educativo se divide en módulos de formación individuales. Cada uno de los módulos contiene una breve descripción del tema, definiciones, efectos que conseguirá el participante, ejercicios y herramientas educativas (tanto para los formadores como para los participantes en la formación), un programa de talleres en forma de temario para llevar a cabo la formación en el aula de formación. El paquete educativo contiene una introducción para los educadores financieros y los siguientes módulos:

Módulo 1: Presupuesto doméstico

Módulo 2: Préstamos inteligentes

Módulo 3: El ahorro en la práctica

Módulo 4: Finanzas seguras en Internet

Módulo 5: Derechos del consumidor.





4. ¿A quién va dirigido el paquete educativo «Las finanzas son importantes»?

El paquete educativo está preparado para empleados y voluntarios de instituciones/organizaciones de ayuda, empleados, instituciones/organizaciones de ayuda en las que los empleados o voluntarios trabajan a diario con personas en una situación vital difícil – personas en riesgo de exclusión social y financiera.

Dotarles de conocimientos procedentes de la educación financiera y de la gestión práctica del dinero servirá de apoyo a la experiencia que han adquirido hasta ahora y a las instituciones en las que trabajan. El apoyo y los conocimientos obtenidos como resultado del trabajo con el Paquete Educativo permiten a los representantes de estas instituciones trabajar con los clientes en un área problemática importante, como son las finanzas familiares y personales. Los análisis realizados en Polonia y España antes del inicio del proyecto y durante su ejecución por parte del partenariado muestran que los empleados de estas instituciones/organizaciones rara vez están preparados para llevar a cabo reuniones educativas o consultas en el ámbito de la gestión de las finanzas personales. Los empleados carecen de los conocimientos, las habilidades y las herramientas necesarias para llevar a cabo actividades en este ámbito.

Al mismo tiempo, las personas que representan a los entornos mencionados tienen un contacto directo permanente con las personas que necesitan este tipo de apoyo, lo que elimina el riesgo de falta de clientes y de confianza, que es crucial a la hora de impartir formación sobre educación financiera o consultas individuales. Además, al trabajar constantemente con los clientes, el empleado se convierte en la persona que mejor sabe cómo y en qué medida debe impartir educación financiera para evitar una mayor exclusión o movilizarse para salir de esta situación. Los nuevos métodos y formas de llevar a cabo las tareas con los clientes serán un valioso complemento a los conocimientos y la experiencia. Dicha acción también repercute en contrarrestar el agotamiento de este grupo profesional.



El paquete educativo también está preparado para personas poco cualificadas, incluidas aquellas con bajos ingresos. La cooperación de un trabajador social/de una institución de ayuda o de un trabajador de una organización de ayuda con una persona con baja cualificación en el ámbito de la gestión de las finanzas personales satisface las necesidades de los clientes, que debido a su situación son especialmente vulnerables a la exclusión económica.



5. Cómo dirigir con éxito una formación sobre educación financiera – información para el formador-educador financiero.

Para empezar, nos gustaría felicitarle por aceptar el reto de ser educador financiero. Dirigir talleres de educación financiera o consultas individuales o en grupo puede ser un gran placer y, al mismo tiempo, causar estrés al formador. El formador/educador financiero se encuentra con participantes en momentos muy diferentes de su vida, a menudo difíciles desde el punto de vista financiero, y debe dirigir el taller con gran habilidad, intuición y respeto por el grupo o el individuo, para lograr el objetivo de la formación que refleje un cambio en la vida de los participantes. Por favor, empieza por familiarizarte con el paquete educativo «Las finanzas son importantes» – ve poco a poco como participante módulo a módulo, haz todos los ejercicios, lee los materiales adicionales.

Una buena preparación, la paz, el respeto, la conciencia de sus conocimientos y las áreas que aún se puede mejorar da a los formadores legitimidad para llevar a cabo talleres o las consultas.

5.1 Proceso de aprendizaje de adultos

En el proceso de enseñanza a adultos, es importante utilizar su experiencia vital. Los participantes están más motivados para aprender cuando creen que los conocimientos adquiridos resolverán un problema importante para ellos, se traducirán en beneficios cuantificables o están relacionados con su propia situación o intereses. La motivación aumenta aún más cuando las actividades educativas se desarrollan sobre la base del intercambio y la conversación, en las que los participantes utilizan la experiencia y los conocimientos de los demás para resolver problemas y poner en práctica planes.



El educador es más un animador de talleres que un profesor y debe dar a los participantes el espacio suficiente para que se sientan cómodos y seguros durante la reunión.

El proceso de aprendizaje de adultos es más eficaz cuando el educador aplica el principio de centrarse en el alumno, que consiste en vincular el contenido del plan de estudios con los conocimientos previos de los participantes en el taller de adultos y su relación con su situación personal. Los adultos tienen la oportunidad de reflexionar sobre los nuevos contenidos, así como de relacionarlos con su propia situación vital.

5.2 Los adultos aprenden mejor cuando

- En el proceso de aprendizaje, tienen la oportunidad de referirse a su propia experiencia en la resolución de problemas emergentes o en la consecución de objetivos
- Comprenden la importancia y el valor de lo que están aprendiendo
- Influyen en el curso de la formación o del taller en el que participan
- Actúan voluntariamente
- Ellos y sus experiencias son reconocidos como valiosos y útiles durante la formación
- Pueden „expresarse” sin miedo a ser juzgados
- Pueden cometer errores sin ser „juzgados
- Pueden hablar de sus errores pasados sin ser juzgados
- Participan activamente en el proceso de aprendizaje
- Interpretan los objetivos de la formación como propios.

5.3 Educador financiero y grupos de trabajo

1. Competencia

Personas con las cualificaciones y experiencias adecuadas en el trabajo con clientes poco cualificados o en la realización de actividades de inclusión social como consultas o talleres, confirmadas por la documentación y experiencia apropiadas.

2. Preparación

La preparación adecuada del educador antes de la formación es crucial. Cuando el educador conoce bien el material, se siente más seguro, los participantes lo perciben y lo siguen con más gusto. Por supuesto, nadie lo sabe todo, y si el educador se enfrenta a una pregunta cuya respuesta desconoce, debe decir abiertamente que comprobaremos la respuesta y volveremos a ella más tarde.



3. Herramientas

El escenario preparado para el taller, el plan, los ejercicios y la presentación simplemente facilitan al educador la realización del taller.

4. Autodesarrollo

El formador debe dedicar tiempo suficiente a preparar el taller, conocer el ámbito teórico e incluirlo en la presentación, pero también leer mucho en diversas fuentes, bibliografía, artículos e Internet en busca de estudios de casos y ejercicios. Además de adquirir experiencia, el educador puede utilizar ejemplos presentados por participantes en otros talleres, por supuesto, manteniendo su anonimato. Una buena práctica es participar en un taller como co-formador con un formador más experimentado.

5. El desarrollo del taller: qué es importante durante el taller.

a) Inicio del taller

- Introducción
- Romper el hielo
- Establecer un buen contacto con el grupo
- Crear una sensación de seguridad, propicia a la apertura a lo que sucederá
- Integración
- Interés por el tema de la formación.

b) Estructura

- Bienvenida
- Conocimiento mutuo
- Expectativas del grupo sobre la formación
- Definición de los objetivos del taller por parte del formador
- Presentación del programa
- Preguntas de los participantes
- Contrato, es decir, establecimiento con los participantes u obtención de su aprobación de las normas, el programa y los objetivos propuestos para el taller.

c) Formación sustantiva

- Proporcionar el contenido sustantivo del taller
- Métodos de formación recomendados
 - Conferencia
 - Presentación
 - Debate
 - Trabajo en grupo



- Trabajo en parejas
- Demostraciones/espectáculos
- Estudio de casos
- Juegos de rol
- Ejercicios en grupo
- Juegos
- Aplicaciones móviles
- Visitas in situ

d) Clausura del taller

- Resumen
- Consolidación de los contenidos más importantes
- Obtención y retroalimentación sobre los objetivos alcanzados
- Invitación a aplicar en la práctica los conocimientos y habilidades adquiridos
- Final positivo: motivación, agradecimiento y despedida.

5.4 Conjunto de buenas prácticas en la realización de talleres de educación financiera

Los talleres de educación financiera deben ser reuniones cíclicas, así tendremos más probabilidades de que los conocimientos impartidos provoquen un cambio duradero en la vida de los participantes.

En educación financiera, la teoría es sólo una parte de lo que se necesita para lograr el éxito, mucho más depende de la implicación de los participantes, de la práctica y la planificación, de cambiar viejos y consolidar nuevos comportamientos, de mantener un alto nivel de motivación.

Durante las reuniones/talleres posteriores, el formador trabaja para motivar a los participantes, presenta ejemplos positivos de personas que superaron problemas financieros, también habla abiertamente de las dificultades que pueden surgir, compromete a los participantes a trabajar en casos concretos, establece un plan de acción con los participantes y les pregunta si han conseguido aplicar cambios en su vida.

Los talleres puntuales, por su parte, son una gran oportunidad para compartir conocimientos y mostrar casos prácticos de su aplicación. El papel del formador en este caso es también despertar la curiosidad y el interés, inspirar positivamente a los participantes para que



pongan en práctica y/o sigan buscando información sobre un tema determinado.

La hora de inicio del taller debe adaptarse al ritmo de la jornada de los participantes.

Una buena regla general es no sobrecargar el programa de formación, es mejor dedicar más tiempo a analizar casos de la vida real que a presentar teoría.

Los formadores principiantes suelen temer si serán capaces de llenar el tiempo asignado al taller, la respuesta es practicar el taller entre amigos y disponer de material adicional, por ejemplo vídeos, ejercicios que puedan utilizarse.

Número de participantes en el taller, se recomiendan de 8 a 12 personas para el taller.

Lugar y ubicación del taller, fácil de encontrar, un lugar donde los participantes se sientan seguros y cómodos.

Sala

- Señalizada con un cartel con el título del taller y los logotipos correspondientes
- Limpio
- Brillante
- Bien ventilada
- Lista antes de la llegada de los participantes
- Sillas dispuestas uniformemente, detrás de las mesas o sin mesa, si es posible, en forma de U.

Quitar las mesas elimina la barrera visual entre el formador y los participantes y los abre más, también dificulta las distracciones, por ejemplo, los teléfonos.

En primavera y verano, proporciona agua y pequeños tentempiés. En otoño e invierno, se recomienda ofrecer bebidas calientes, como café y té, agua y pequeños tentempiés.

Si tiene alguna pregunta sobre el paquete educativo o problemas técnicos, póngase en contacto con nosotros en la siguiente dirección de correo electrónico: projects@social-enterprises.com





6. Módulo: 1 Presupuesto doméstico

La elaboración de un presupuesto es la piedra angular de una buena gestión del dinero. Presupuestar es algo más que controlar los ingresos y los gastos. Es la clave para establecer y alcanzar objetivos financieros y para saber realmente lo que ocurre con sus finanzas. Este módulo explica el concepto de presupuesto y lo que significa para un individuo. Un presupuesto es un plan para asignar los ingresos que una persona puede gastar en bienes y servicios necesarios y deseados.

Cuando hay suficiente dinero en el presupuesto, la gente puede decidir dar dinero a otros, ahorrar o invertir para alcanzar objetivos futuros. A menudo, las personas pueden mejorar su bienestar financiero tomando decisiones de gasto bien informadas, lo que incluye una evaluación crucial de los precios, la calidad, la información sobre el producto y el método de pago. Las decisiones de gasto individuales suelen estar influidas por las limitaciones financieras, las preferencias personales, las necesidades particulares, los compañeros y la publicidad.



En este módulo descubrirás:

1. ¿Qué es un presupuesto doméstico y por dónde empezar?
2. Categorías de ingresos y gastos
3. Formas de llevar un presupuesto doméstico: herramientas y aplicaciones
4. Estacionalidad del presupuesto doméstico y planificación financiera
5. .Gastos de emergencia

Efectos de aprendizaje para los participantes:

- Los participantes comprenden que la elaboración de presupuestos es la base de una gestión eficaz de las finanzas personales y cómo influyen las creencias en sus decisiones financieras.
- Los participantes son capaces de analizar sus propios gastos, especialmente los de alimentación.
- Los participantes son capaces de elegir por sí mismos la forma adecuada de llevar un presupuesto doméstico.



- Los participantes comprenden la necesidad de ahorrar un fondo de emergencia.
- Los participantes entienden el concepto de estacionalidad del presupuesto doméstico.

6.1. ¿Qué es un presupuesto doméstico y por dónde empezar?

Algo a tener en cuenta: Siempre gastarás dinero, así que es hora de aprender a hacerlo bien.

Todos y cada uno de nosotros, independientemente de nuestra edad, lugar de residencia, origen, sexo o nivel de estudios, debemos saber gestionar eficazmente nuestro dinero. Forma parte de ser un adulto independiente y financieramente seguro, tanto si tienes 20 años y acabas de mudarte de casa de tus padres, como si tienes 30 y estás formando una familia, 40 y estás pensando en cambiar de profesión o 55 y no ves la hora de jubilarte.

La falta de conocimientos y el prácticamente nulo aprendizaje sobre finanzas personales en la escuela hacen que, en la edad adulta, simplemente no nos ocupemos de las finanzas, vivamos del primer día del mes al primero del mes siguiente y, a menudo, dejemos los asuntos financieros a su suerte, esperando que de algún modo se ocupen de ellos.

En la gestión de las finanzas personales, la mayoría de las veces confiamos en nuestros hábitos, costumbres y comportamientos aprendidos en el hogar familiar, actuamos de forma rutinaria y repetitiva. Desafortunadamente, esto puede ser desfavorable para nosotros si no tuvimos buenos ejemplos en el pasado.

Algo a tener en cuenta: No se trata de tener todo lo que otros tienen. Se trata de tener lo que tiene valor real para ti.

Un presupuesto doméstico es un plan de gastos que te ayuda a determinar a dónde debe ir tu dinero cada mes.

Llevar un presupuesto doméstico es planificar las finanzas personales basándose en el conocimiento de tus necesidades y capacidades financieras. El presupuesto doméstico le permite corregir hábitos financieros inadecuados y planificar eficazmente los gastos del mes, trimestre o año siguiente.

¿Qué aporta tener un presupuesto doméstico?

- conocer la situación financiera real
- averiguar en qué, dónde y cómo gastamos



- tiene un efecto positivo en el cambio de hábitos financieros
- dar una sensación real de control sobre las finanzas
- garantiza la previsibilidad en las finanzas
- enseña autocontrol

Algo a tener en cuenta: "Hacer un presupuesto es mostrarle al dinero adónde ir, en lugar de preguntarse dónde fue", como dijo John C. Maxwell.

Independientemente de cuáles sean tus ingresos y de si tienes ahorros, registrar meticulosamente todo el dinero que recibes y gastas te ayudará a hacerte una idea de tu propia situación financiera, a notar y "tapar los agujeros" del presupuesto y a alcanzar tus objetivos financieros más rápidamente.

Controlando tus ingresos y gastos, verás en qué gasta realmente su dinero. En cualquier momento, merece la pena preguntarte cuáles son tus objetivos y sueños financieros, qué te hace feliz y mejora su bienestar. Gracias a ello, podremos comprobar si aquello en lo que gastas contribuye a la consecución de estos objetivos y a la mejora del bienestar, o tal vez, por desgracia, es el resultado de malos hábitos o costumbres.

A menudo nos encontramos con la opinión de que llevar un presupuesto doméstico es sólo para personas con ingresos suficientes, que con ingresos limitados no tiene sentido. Pues bien, nada más equivocado, cada presupuesto se puede gestionar de forma más eficaz y gracias a llevar un presupuesto doméstico podemos tener más dinero, aunque no ganemos más.

Algo a tener en cuenta: Tienes que decirle a tu dinero a dónde ir, de lo contrario se irá solo – Dave Ramsey

¿Cómo empezar?

Lo mejor es que organices tu tiempo para que en paz y tranquilidad puedas enfocarte en tus finanzas, invita a tu esposa o esposo, pareja o socio, porque planeamos llevar el presupuesto de nuestro hogar, si al principio no les interesa no pasa nada, suponemos que con el tiempo ellos mismos notarán los efectos positivos y nos acompañarán. Si no sabes cómo abordar el tema de tus finanzas habla con el educador financiero.

Aborda el presupuesto con calma, simplemente observa y anota tus gastos durante un mes, gracias a esto aprenderás su estructura de tus finanzas y podrás empezar a planificar adecuadamente los meses siguientes.



Al principio, para realizar un presupuesto, necesitas información sobre la cantidad y los tipos de ingresos de un mes determinado, un extracto bancario y recibos / facturas que presenten tus gastos.

IMPORTANTE

Cada presupuesto doméstico es individual y debe adaptarse a un hogar concreto. Existen muchas plantillas de presupuestos domésticos ya elaborados en Internet, que merece la pena utilizar, mientras que las categorías individuales de ingresos y gastos debemos planificarlas nosotros mismos, ya que suponen mostrar nuestros gastos y nuestros planes.

¿Cómo ha cambiado mi economía personal el hecho de llevar un presupuesto doméstico?

Empecé a llevar el presupuesto doméstico hace 6 meses y ya puedo ver los primeros efectos. Al principio tuve que acostumbrarme a recoger recibos y guardar las cantidades gastadas en la aplicación del móvil, no lo voy a negar, requería mucho compromiso y autodisciplina. Ahora he encontrado mi propio camino, introduzco los ingresos una vez al mes, porque son fijos e introduzco los gastos una o dos veces por semana. He dividido los gastos en las siguientes categorías: comestibles, gastos fijos, salud, mantenimiento del hogar, educación, transporte, ropa, placer, gastos imprevistos. Llevar un presupuesto doméstico me abrió los ojos, me di cuenta de que la inestabilidad de mis finanzas está influida por un gran número de gastos no planificados y compras impulsivas, que no son necesarios para mí pero mejoran temporalmente mi estado de ánimo. No me siento limitado/a económicamente llevando un presupuesto doméstico, al contrario, siento que sé cuánto puedo gastar, también en placer. Gracias a esto, estoy un poco más relajado con mis finanzas.

Sebastian, 37 años, Cracovia, Polonia

Beneficios que la gente ve después de llevar regularmente un presupuesto doméstico:

- saben con exactitud de cuánto dinero disponen;
- saben cuánto van a gastar cada mes
- comprenden la estructura de los gastos
- identifican gastos innecesarios, aparentemente pequeños, que sumados, crean cantidades significativas y reducen imperceptiblemente su presupuesto
- pueden encontrar nuevas formas de ahorrar
- planifican bien sus compras más importantes (lavadora, viaje de vacaciones, compra de coche)



- planifican ingresos mayores – por ejemplo, devolución de impuestos, paga extra
- ajustan su presupuesto y deshacerse de gastos innecesarios

6.2. Categorías de ingresos y gastos

Los ingresos son todo el dinero que recibimos de distintas fuentes. Los ingresos pueden ser remuneración por el trabajo, prestaciones sociales, regalos de amigos o familiares. Los ingresos son todo el dinero del que disponemos en un mes determinado.

Dividimos los ingresos: en permanentes y adicionales.

Esta división nos hace conscientes de qué cantidad fija tenemos a nuestra disposición durante el mes, y qué ingresos aparecen de forma esporádica.

Ejemplos de ingresos: remuneración de un trabajo permanente u ocasional, prestaciones sociales, herencias, pensiones, intereses de los ahorros, ingresos procedentes de inversiones, por ejemplo, oro, plata, monedas, alquiler de un piso u otros bienes inmuebles, regalos de familiares o amigos, ganar dinero por Internet, por ejemplo, llevando un blog, un canal de Youtube, Instagram, trabajo estacional, venta de garaje, venta de artesanía por Internet etc.

Categorías de gastos

Gastos: Es la cantidad de dinero gastada durante el mes.

Los gastos se dividen en:

- En gastos fijos: no están sujetos a grandes fluctuaciones
- Gastos variables: gastos sobre los que no tenemos control
- Gastos discrecionales: gastos en los que se incurren a de manera discrecional o voluntaria.

Los gastos también pueden dividirse según los siguientes tipos de gastos:

1. Gastos por suministros, por ejemplo, gas, teléfono, agua, electricidad, recogida de basuras
2. Necesidades diarias
3. Gastos por deuda, por ejemplo, reembolso del crédito al consumo, préstamo hipotecario, préstamos de amigos y familiares
4. Estacionales, por ejemplo, combustible para el invierno, libros para la escuela, ropa para determinadas estaciones



5. Gastos del ciclo vital y otros acontecimientos familiares previstos, por ejemplo, boda de los hijos, comunión, bautizo, estudios
6. Súbitos, por ejemplo, inundación del piso, rotura del frigorífico, enfermedad, robo, rotura del televisor.
 - Sanciones económicas, por ejemplo, multas, gastos bancarios
 - Ocio, por ejemplo, un café, una entrada de teatro, un viaje de fin de semana.
 - Otros gastos o clasificaciones
 - Alquileres
 - Compras
 - Suscripciones
 - Educación
 - Gastos asociados a la familia y crianza de los hijos
 - Combustibles
 - Coche
 - Otros transportes
 - Entretenimiento, p. ej. cine, teatro, concierto
 - Mascotas, medicinas, visitas a especialistas
 - Regalos
 - Seguros
 - Impuestos
 - Cuotas de préstamos
 - Vacaciones
 - Aficiones
 - Peluquería

Siempre habrá más categorías en los gastos que en los ingresos, podemos gastar indefinidamente, y es más difícil encontrar fuentes de ingresos. Por lo tanto, realmente merece la pena examinar sus gastos en detalle.

Algo a tener en cuenta: La gestión racional de las finanzas personales consiste en buscar fuente de posible aumento de y diversificación de fuentes de ingresos, al tiempo que se reducen los gastos innecesarios.



6.3. Formas de llevar un presupuesto doméstico: herramientas y aplicaciones

Para llevar un presupuesto doméstico, puedes utilizar un cuaderno y un bolígrafo tradicionales, un archivo Excel o una aplicación móvil. No te preocupes si al principio recopilar recibos y llevar un registro requiere mucha autodisciplina por tu parte: pronto observarás beneficios que recompensarán definitivamente este esfuerzo, y la elaboración de un presupuesto, como muchas otras actividades, se convertirá de forma natural en un hábito. Elija la forma que más le convenga.

La forma más eficaz de llevar un presupuesto doméstico es la que tú elijas conscientemente. Todos somos diferentes, para una persona el presupuesto aplicado tradicionalmente en el cuaderno será el mejor, otra persona sólo ve su presupuesto en el programa Excel.

No importa el método que elija, es importante que sea eficaz y sencillo para usted.

Para las personas que les gusta usar la aplicación en los teléfonos móviles, se recomiendan aplicaciones para la ejecución de un presupuesto familiar, sin duda es un método conveniente, siempre tenemos el teléfono a mano y podemos utilizar el tiempo, por ejemplo, en el autobús para rápida en todos los gastos no de un día determinado.

Las aplicaciones ofrecen varias funcionalidades: división del presupuesto en ingresos y gastos, presentación gráfica de las categorías de ingresos y gastos en forma de tablas o gráficos, la posibilidad de planificar los gastos para el mes siguiente.

También se puede hacer una foto de los ingresos y los gastos se transfieren automáticamente a la aplicación.

Algunos ejemplos de aplicaciones móviles para llevar un presupuesto doméstico son:

– Fast Budget:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.blodhgard.easybudget&hl=en&gl=US&pli=1>

– Wallet

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.google.android.apps.walletnfcrel&hl=en&gl=US>



– My money tracker

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.ic.myMoneyTracker&hl=en&gl=US>

– 1 Money

<https://play.google.com/store/apps/details?id=org.pixelrush.moneyiq&hl=en&gl=US>

– Budget App

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.droid4you.application.wallet&hl=en&gl=US>

6.4. Estacionalidad del presupuesto doméstico y planificación financiera

¿Por qué nuestros gastos cambian a lo largo del año?

Resulta que, a pesar, por ejemplo, de tener unos ingresos estables, un hogar gasta todo el dinero en un mes e incluso puede faltarle, y en el siguiente no.

La razón de esta situación es la estacionalidad de los gastos, que a lo largo del año vienen dictados por el cambio de estación, las celebraciones y fiestas, el calendario escolar y vacacional.

El tema de la estacionalidad de los gastos se puede gestionar si nos preparamos adecuadamente:

- Planificar y presupuestar los gastos estacionales
- Prepararse con suficiente antelación (determinar con cuánta antelación hay que empezar a ahorrar dinero para afrontar un gasto determinado sin endeudarse)
- Distribuir los gastos previstos a lo largo de varias semanas, meses o incluso años
- No gastar en otras cosas el dinero reservado para un fin concreto: atenerse sistemáticamente a los objetivos financieros
- Actitud mental positiva
- Buscar fuentes de ingresos adicionales
- Reservar dinero para eventos familiares en una cuenta separada
- Adquirir un seguro adecuado

Algo a tener en cuenta: “El presupuesto no consiste en limitar lo que puedes gastar. El presupuesto te permite gastar dinero sin culpa ni remordimientos dentro de tus propios límites.”



Pasemos ahora a la esencia de llevar un presupuesto doméstico, es decir, la planificación financiera. El objetivo de llevar un presupuesto doméstico no es sólo guardar nuestros ingresos y gastos, sino establecer un plan para el mes siguiente o más y ceñirnos a él.

La decisión de elaborar un presupuesto doméstico suele venir dictada por el deseo de cambiar la situación actual y alcanzar el objetivo financiero asumido, por ejemplo, cumplir un sueño, salir de deudas, un gasto importante que se avecina.

Prepárese para los siguientes pasos:

Planificación – imagine la realización del objetivo, fije una meta realista, calcule bien su coste y el tiempo de realización

Determinación en la acción – no se salga del camino y objetivos planeados, no sabotee sus acciones, crea en su fuerza y nunca pierda la motivación para actuar.

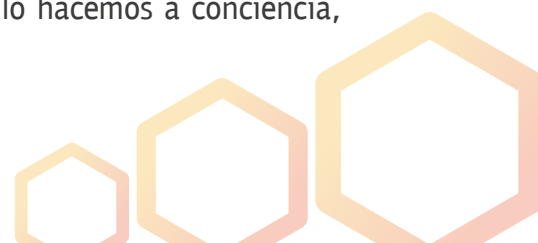
Regularidad – las acciones sistemáticas son la clave del éxito, márcate un tiempo durante la semana en el que te ocupes sólo de tus finanzas, analizando tu presupuesto y planificando los siguientes pasos.

Flexibilidad – date permiso para cometer errores y fracasar, hay varias situaciones en la vida que requieren que actuemos con flexibilidad. Saca conclusiones de tus errores, no te detengas, no abandones tu objetivo y continúa con tus acciones

Cuando no llevamos un presupuesto doméstico, no solemos planificar la mayoría de los gastos. Por supuesto, intentamos acordarnos de las facturas mensuales, para algunas hemos domiciliado recibos en nuestra cuenta bancaria. Sin embargo, cuando se trata de gastos cotidianos como la compra, los productos varios, el transporte, etc, simplemente gastamos el dinero que tenemos en la cuenta, en efectivo, utilizamos una tarjeta de débito o en una situación de crédito más por debajo del objetivo.

Si nos quedamos sin dinero, detenemos o reducimos los gastos y esperamos a tener más ingresos, mientras tanto, a menudo nos endeudamos. Llevar un presupuesto doméstico nos permitirá planificar los gastos, gracias al presupuesto sabremos exactamente cuánto podemos gastar.

Nuestra primera aproximación a la elaboración de un presupuesto doméstico consiste en anotar todos los ingresos y gastos de un mes determinado. Si lo hacemos a conciencia,



en el primer mes probablemente tendremos una imagen de nuestras finanzas, pero si, por ejemplo, llegamos a un mes en el que hubo vacaciones, se produjeron grandes gastos no previstos, el resultado puede asustarnos, un saldo negativo puede desanimarnos temporalmente.

Lo principal es no perder la motivación y vigilar las finanzas durante al menos 3 meses. Un trimestre llevando un presupuesto doméstico nos da una idea de nuestras finanzas y nos permite introducir los primeros cambios y planificar conscientemente los próximos gastos.

Consejo: Es el presupuesto persona el que debe adaptarse a nuestra vida, no nosotros ajustarnos al presupuesto de otra persona.

Sobre la base de una observación mensual o trimestral más completa, surge ante nosotros un reto: planificar los gastos del mes siguiente. Tenemos una nueva tarjeta sin ahorrar y otro mes por delante. Intentemos revisar nuestro presupuesto y buscar ahorros.

A tener en cuenta y a la hora de planificar los gastos de los meses siguientes:

1. ¿Qué grandes gastos nos esperan el mes que viene?

Cuando nos sentemos a planificar el mes siguiente, conviene mirar el calendario. Qué mes o trimestre tenemos por delante. ¿Estamos esperando a Navidad y no hay nada que pensar en ahorrar? ¿Tenemos una celebración familiar, un bautizo o una boda? Conviene planificar desde ya la cantidad que gastaremos en ese evento y...ceñirnos al presupuesto.

2. Los gastos. ¿Podemos ahorrar?

Echemos un vistazo a nuestras cuotas fijas. ¿Podemos reducir la suscripción a la televisión o a Internet? Busquemos distintas maneras de pagar menos. Aunque solo ahorremos 10 euros merece la pena convertir este ahorro en anual. Si firmamos un contrato de abono por 2 años, la reducción del abono en 10 Euros nos da un ahorro de 120 euros al año. ¿Merece la pena llegar a tanto dinero?

3. Flexibilidad presupuestaria.

La flexibilidad del presupuesto no es más que los fondos movibles que nos quedan después de las cuotas. Por tanto, si gastamos más de la mitad de nuestros ingresos en facturas, debemos hacer algo al respecto.



Hay dos maneras:

- Reducir gastos. Buscamos ahorros en las suscripciones (a veces incluso renunciamos a ellas) y negociamos préstamos.
- Buscamos ingresos adicionales. Preferiblemente permanentes. Si no podemos reducir las cuotas, intentamos aumentar los ingresos para poder disponer de más recursos.

4. Consecuencia

Mantener un presupuesto no es una aventura de un día. Tenemos que cambiar todo el sistema operativo de las finanzas de nuestro hogar. Crear nuevos hábitos y abandonar los viejos. La constancia y la persistencia nos ayudarán mucho. Si por casualidad compramos esto y aquello de cosas no planificadas, siempre podemos volver al plan.

6.5. Gastos de emergencia.

Algo para tener en cuenta: Tu cuerpo te acompañará mucho más tiempo que la ropa nueva, invierte en tu salud, ¡La prevención es la clave!

Lo único constante en la vida es el cambio.

Los gastos repentinos aparecen en nuestras vidas y si no estamos preparados, es decir, no tenemos ahorros, suele ser el primer paso hacia el endeudamiento.

Nunca se sabe lo que puede pasar. Usted o su pareja pueden perder el trabajo, tener un accidente, necesitar un tratamiento rápido o muchas otras situaciones en las que de repente necesitamos organizar una cantidad menor o mayor. La vida se precipita, a menudo a trompicones, nos guste o no.

Qué entendemos por gastos repentinos:

En primer lugar, es importante entender qué es un gasto imprevisto y qué no lo es. Hay facturas que no tienes que pagar todos los meses, pero aun así no se consideran imprevistos.

Algunos ejemplos son:

- Declaración anual de la renta
- Seguro trimestral del coche
- Revisión anual del dentista



Estos gastos son previsibles. Usted sabe exactamente cuándo se van a producir y sabe, al menos aproximadamente, cuánto le van a costar. Por eso es más fácil planificarlos de antemano en el presupuesto doméstico habitual. Basta con dividir los impuestos anuales por doce, la prima del seguro por cuatro o la factura del médico por doce, y reservar esa cantidad cada mes para cubrir los gastos.

Además, los gastos habituales de mantenimiento del coche y la casa no son imprevistos. Son gastos que sabes que llegarán tarde o temprano. Puede que no sepa exactamente cuánto tendrá que gastar en un coche o una casa en un año determinado, pero puede determinarlo con bastante exactitud.

Un gasto realmente inesperado es algo que no se puede predecir, por ejemplo, una catástrofe natural o una urgencia médica, una avería. Son cosas que te pueden pasar en cualquier momento, pero nunca puedes estar seguro de si ocurrirán, ni de cómo.

Esto significa que no puede simplemente incluir esos gastos en su presupuesto habitual; prepararse para ellos requiere un tipo de planificación diferente.

La forma de afrontar un gasto inesperado depende del tipo de gasto de que se trate. En algunos casos, puede contratar un seguro para protegerse de los gastos. Si el seguro no lo cubre todo, puedes intentar recortar gastos comprando o utilizando tus habilidades de bricolaje en lugar de contratar a un profesional. Una vez agotadas estas opciones, puedes recurrir a un fondo de emergencia para cubrir el resto de la factura.

Gastos relacionados con accidentes y tratamientos médicos de urgencia.

Algunos gastos sanitarios -revisiones, medicación, enfermedades leves, etc.– son gastos normales. Sin embargo, si tiene un accidente de tráfico y necesita una larga rehabilitación, la situación es completamente distinta. En una situación así, debe lidiar simultáneamente con el dolor de la enfermedad, el estrés asociado a saber que su vida está en peligro y los sudores financieros. Lo último que necesita es completarlo con una factura enorme que no puede pagar.

Aunque no puedas evitar por completo los problemas de salud, su detección precoz facilita mucho el tratamiento. Acudir al médico una vez al año para una revisión es una buena forma de detectar problemas de salud menores antes de que se agraven. Sí, pasar una hora o más en la consulta del médico es molesto, pero mucho menos que una ambulancia por un problema que no se detectó a tiempo.



Formas de afrontar este gasto:

Por supuesto, aunque seas la persona más sana del mundo, esto no evita los accidentes. Por otro lado, la prevención, una dieta sana y un estilo de vida activo tienen un enorme impacto en nuestra salud. Un elemento inseparable es tener un seguro de enfermedad.

Grandes averías en el hogar

Es probable que las averías importantes en el hogar cuesten cierta cantidad cada año.

CONSEJO: La regla del 1% -reservar cada año el 1% del precio de compra de un piso para reparaciones- es una buena forma de calcular cuánto puede costar, pero tiene sus limitaciones. Algunos años, su piso no necesita reparaciones importantes; otros años, parece que todo se estropea a la vez.

Formas de afrontar este gasto:

Los problemas en casa pueden convertirse en problemas mucho mayores si no los solucionas rápidamente. Esto significa que la mejor forma de ahorrar dinero en el mantenimiento de tu piso es estar informado y solucionar cualquier problema en cuanto surja. Es mucho mejor arreglar una pequeña gotera enseguida que gastar miles de euros en sustituir paredes dañadas por el moho en toda la línea.

Además, no limite las tareas de mantenimiento a la propia casa. Cuidar el jardín suele ayudar a evitar daños en la casa. Por ejemplo, hay que podar las ramas de los árboles que pueden caer y golpear la casa cuando sopla un viento fuerte. También hay que quitar las plantas que estén demasiado cerca de la casa, donde sus raíces pueden dañar los cimientos o las tuberías, y dirigir el agua de las tuberías de desagüe para que no fluya hacia la casa.

A menudo puede ahorrarse los trabajos de mantenimiento de la casa haciéndolos usted mismo. Sin embargo, no acometa las reparaciones más difíciles si nunca las ha hecho. Sopesa el coste, el tiempo y la seguridad antes de decidir si hace una reparación usted mismo o contrata a un contratista. Si empiezas haciendo pequeñas reparaciones, con el tiempo desarrollarás tus habilidades de bricolaje hasta que puedas encargarte de las más grandes.

Uno de los problemas que un buen mantenimiento no puede evitar es el daño causado por una tormenta u otro desastre natural.



Averías del coche

Si eres propietario de un coche, esperas gastar una cierta cantidad de dinero cada año para mantenerlo. Puede que no sepa exactamente qué reparaciones necesitará su coche en un año determinado, pero puede estimar cuándo es probable que necesite neumáticos nuevos, o después de cuántos miles de kilómetros habrá que sustituir la correa de distribución, y determinar su presupuesto.



Lo que no puedes predecir o planificar es un accidente que cause muchos daños a tu coche a la vez. Si no tuvieras un seguro que lo cubriera, sería una factura bastante grande que pagar.

Independientemente de que sean consecuencia de un accidente o del desgaste diario, las reparaciones inesperadas del coche pueden ser realmente caras.

Formas de afrontar este gasto:

También puede evitar muchos problemas graves con su coche siguiendo rigurosamente el calendario de revisiones de su coche. Posponer su revisión puede parecer una buena forma de ahorrar dinero, pero simplemente le expone a problemas mayores y más costosos. Una mejor manera de ahorrar en la rutina es hacer reparaciones sencillas usted mismo.

Por supuesto, nada de esto evitará los daños causados por un accidente de coche. La mejor manera de hacerlo es ser un conductor seguro. Respeta el límite de velocidad, no mires a la carretera mientras conduces, evita distracciones como el móvil y, por supuesto, nunca te pongas al volante después de haber bebido.

A veces, incluso los conductores más precavidos tienen accidentes. En estos casos, la mejor opción es recurrir a un seguro de coche. Vigila las fechas de pago de tu seguro de coche.

Viajes no planificados

Normalmente, al planificar unas vacaciones, puede elegir una fecha y un destino acordes con su presupuesto. Sin embargo, a veces es necesario planificar un viaje de forma imprevista. Ya se trate de un acontecimiento alegre, como la boda de un primo, o triste, como el funeral de una tía, un viaje inesperado puede suponer una carga para nuestro presupuesto.



Formas de afrontar este gasto:

Realmente no hay forma de evitar este tipo de viajes de última hora, a menos que estés dispuesto a aislarte de amigos y familiares. Sin embargo, hay formas de gestionar los gastos.

Por ejemplo: intenta elegir la versión más económica del viaje, puedes hacerte una idea de cuánto cuesta un billete de tren o autobús, considera la opción de compartir coche, es decir, utilizar el trayecto con personas que conducen su coche hasta el lugar al que viajas.

Gastos de regalos no planificados

Por si los gastos de viaje no fueran suficientes, una boda en la familia equivale a un regalo. También se esperan regalos para muchas otras ocasiones, por ejemplo, cumpleaños de los niños de la clase de nuestro hijo, inauguración de la casa de unos amigos, regalo de contribución para un compañero de trabajo.

Los regalos, especialmente los de boda, pueden ser bastante caros. En otras ocasiones, los importes de los regalos difieren un poco más.

Formas de hacer frente a este gasto:

Si tiene previsto asistir a una boda u otro evento, entonces sí, le conviene hacer un regalo. Sin embargo, recuerde que no tiene por qué ser algo caro. Seguro que a la persona a la que se lo regalas no le gustaría que su presupuesto se viera mermado. Los regalos que hacemos deben estar siempre relacionados con nuestro presupuesto, es muy importante no gastar demasiado en regalos.

Emergencias con mascotas

Si tienes mascotas, seguro que sabes lo que es tener que llevarlas de repente al veterinario. Cuando tu perro ha sido atropellado por un coche o cuando tu gato ha empezado a tener convulsiones, lo único que quieres es ayudar a tu mascota lo antes posible, y el precio ni se te pasa por la cabeza. Pero cuando la crisis ha pasado, a menudo te enfrentas a un problema totalmente nuevo: una factura elevada del veterinario.

Al igual que usted, su mascota puede beneficiarse de una revisión anual. Así, el veterinario podrá detectar posibles problemas de salud y tratarlos antes de que se conviertan en repentinos. Preparar un presupuesto para una visita anual al veterinario es mucho más barato que afrontar una crisis sanitaria en el futuro.



Formas de afrontar este gasto:

Por desgracia, por mucho que cuide a sus mascotas, no puede protegerlas de todos los problemas posibles. A pesar de sus esfuerzos, su mascota puede desarrollar algún día una enfermedad grave, como cáncer o epilepsia. En este caso, el dinero del fondo de emergencia también puede venir al rescate.

Por supuesto, éstos son sólo ejemplos de gastos imprevistos. Disponer de dinero para hacer frente a gastos repentinos nos ayudará a sentirnos más seguros y un poco mejor preparados. Nuestra tranquilidad puede aumentar si disponemos de un fondo de emergencia.

Añadimos un fondo con este nombre a la categoría de gastos de nuestro presupuesto y reservamos una determinada cantidad para esta categoría cada mes.

La forma de reunir dinero para emergencias depende de ti. Quizá transfieras todo tu dinero de los conciertos a una cuenta a la que sólo recurre en caso de emergencia absoluta. O allí va el dinero de los cumpleaños o los regalos. Puede ser tan sencillo como un pequeño ingreso automático mensual. Tú decides. La regla de cómo lo introducimos en educación financiera es la siguiente:

FONDO PARA IMPREVISTOS

Para determinar el tamaño mensual del fondo de emergencia, por supuesto, aproximadamente, analizamos nuestros gastos no planificados de los últimos 5 años, por supuesto, si llevamos un presupuesto doméstico es más sencillo, si no – tenemos que recordarlos. Luego sumamos los gastos y dividimos la cantidad obtenida por 60, es decir, el número de meses en 5 años. ($12 \times 5 = 60$)

Ejemplo:

La suma de los gastos no previstos en los últimos 5 años – 12.000

$12.000 / 60 = 200$

Deberíamos ahorrar 200 al mes para el fondo de emergencia.

Conviene guardar esta cantidad en un lugar de fácil acceso, para poder retirarla con relativa facilidad, y si ya gastamos una parte, acordarnos de completarla.

El Fondo de Emergencia es para nosotros un colchón de seguridad en acontecimientos difíciles, mientras que después de reunirlo, podemos tomar el llamado colchón financiero. que debería ser mucho mayor. Hablaremos del colchón financiero en el capítulo Ahorro práctico.



Consejo: En polaco utilizamos a menudo el dicho “hora negra”. Como queremos que este curso tenga una connotación positiva, te animamos a que no utilices este término, para qué vamos a tentar al “día lluvioso” para que llegue. En inglés existe el término “rainy day fund”. Desde luego, suena mejor que “rainy hour”.

¿Por dónde empezar a llevar un presupuesto doméstico?

- actitud positiva, sólo estás dando pasos que a la larga contribuyen a mejorar tu situación financiera
- actúa con lo que tienes, no busques excusas, no te demores en ocuparte de las finanzas
- lea su extracto bancario, revise detenidamente sus extractos bancarios
- elige la forma más cómoda de llevar tu presupuesto doméstico, puedes elegir, por ejemplo, una tarjeta en un cuaderno, una aplicación en el escritorio, una aplicación en tu teléfono o un archivo en Excel
- elabora tu plantilla o utiliza una plantilla ya hecha
- si utilizas una plantilla ya hecha adapta el formulario a tu hogar
- registra todos los ingresos y todos los gastos que conozcas de tu familia

Sea meticuloso

- durante el primer mes, intente no cambiar nada, límitese a anotar los gastos para que se haga una idea de cómo se distribuye el flujo de fondos;
- a final de mes, analiza los gastos según las preguntas:
 - ¿dónde se gasta más dinero?
 - ¿en qué tiendas?
 - ¿en qué se gasta más dinero?
 - ¿en qué categorías?
 - ¿ves gastos innecesarios?
 - ¿quedan ahorros?

Planifica tus gastos para el mes siguiente y cíñete al plan.

Corrige/ajusta tu presupuesto mensual si ves que has sobrestimado o infravalorado tus gastos.

Planifica los gastos importantes que sólo aparecen cada poco meses, por ejemplo, gastos estacionales, pago de seguros

No te desanimes si no consigues el objetivo, no es un fracaso, sólo un aprendizaje para los próximos meses. El presupuesto te permitirá conocer y corregir tus hábitos de compra.



Como dice el experto en finanzas Dave Ramsey: «O administras el dinero, o la falta de él siempre te administrará a ti». La mejor manera de construir la seguridad financiera es averiguar cómo y dónde gastas tus ingresos, luego hacer un plan y ceñirte a él! Por supuesto, a veces la vida puede desviarte del camino, pero no hay problema. Hasta que no vuelvas a ajustarte al presupuesto, los contratiempos no destruirán tu futuro éxito financiero.

Material autoformativo

« Rico o pobre – o lo diferente mentalmente» – T. Harv Eker, que recomendamos como material adicional para leer como parte de nuestro curso.



7. Módulo 2 Préstamos inteligentes (“Smart Borrowing”)

El crédito permite a las personas comprar y disfrutar de bienes y servicios hoy, al tiempo que se comprometen a pagarlos en el futuro. Hay muchas opciones para pedir dinero prestado. Los prestamistas cobran intereses y comisiones más altos por los préstamos y los prestatarios más arriesgados. Los prestamistas evalúan la solvencia de un prestatario basándose en el tipo de crédito, el crédito pasado y la capacidad prevista para devolver el préstamo en el futuro. Los informes de crédito recopilan información sobre el historial crediticio de una persona, y los prestamistas utilizan puntuaciones de crédito para evaluar la solvencia de un posible prestatario. Una puntuación crediticia baja puede dar lugar a que un prestamista deniegue el crédito a alguien que perciba que tiene mucha solvencia.

En este módulo descubrirá:

1. Conceptos clave del endeudamiento inteligente
2. Reflexión sobre sus hábitos de consumo
3. Evaluar sus ratios de endeudamiento/sobreendeudamiento
4. Aprender a relacionar las compras emocionales o irreflexivas con el sobreendeudamiento
5. Introducción a los tipos de crédito y sus pros y contras
6. Estrategias para salir del endeudamiento.

Efectos del aprendizaje en los participantes

Competencias de los participantes tras el taller:

- Comprenden las consecuencias del impago.
- Pueden identificar maneras formales e informales de pedir dinero prestado.



- Saben dónde comprobar el importe actual de la deuda.
- Conocen el concepto de espiral de deuda.

Un endeudamiento financiero sano se define como la capacidad de reembolsar todas las deudas contraídas. En otras palabras, se trata de no poner en peligro la propia salud financiera. Poder devolver las deudas es uno de los factores clave para mantener la salud financiera.

Para ello, el importe mensual de los reembolsos de la deuda no debe superar el 30-35% de los ingresos mensuales (este porcentaje varía de una persona a otra). Superarlo puede ser un problema para tu solvencia.

El endeudamiento inteligente se define como el préstamo para comprar bienes de inversión, en lugar de bienes de consumo. Los bienes de consumo son necesarios, pero algunos de ellos también son superfluos. Es este tipo de gasto el que contribuye fundamentalmente a aumentar el nivel de endeudamiento no inteligente. Como veremos más adelante, existen diferentes causas para ello.

Pueden ser peligrosas porque conducen a gastos superiores al nivel de ingresos económicos personales o familiares. Como formas de endeudamiento inteligente, consideramos las deudas que se contraen para la compra de negocios, para la mejora de una empresa, para la inversión en educación, para la inversión inmobiliaria, etc.

Se denominan «deudas buenas», porque actúan a nuestro favor para aumentar la prosperidad profesional de la persona o la familia. Aunque son un gasto, a largo plazo mejoran nuestra economía y por eso se llaman inversiones buenas porque el bien o servicio adquirido mediante la deuda también genera ingresos.

Un prestatario inteligente comprueba las siguientes variables al pedir un préstamo

- Lee detenidamente el contrato de la deuda
- Analiza todas sus condiciones
- Calcula el coste total del préstamo o crédito
- Considera aspectos como comisiones, intereses, requisitos, plazos de amortización, comisiones por amortización anticipada, etc.
- Analiza la necesidad del bien o servicio a adquirir
- Evalúa si se trata de un bien de consumo o de inversión.



7.1 Elementos clave sobre el endeudamiento no inteligente

Sociedad consumista y sobreendeudamiento

El estado de sobreendeudamiento es muy común en la sociedad de consumo actual. Existen diferentes tipos de sobreendeudamiento:

- Pasivo: se origina por situaciones inesperadas, como la pérdida del empleo, que impiden hacer frente a los compromisos financieros.
- Activo: tiene su origen en la asunción activa y voluntaria de deudas por encima de la propia capacidad de pago, es decir, no forzada por una situación imprevista.

Una de las causas del sobreendeudamiento es la sociedad consumista en la que vivimos. La sociedad consumista es buena, pero a veces convierte a las personas en esclavas del sistema financiero.

No promueve prácticas sanas y equilibradas ni el cuidado del planeta.

La identificación del valor de una persona con lo que tiene o lo que puede consumir está provocando verdaderos dramas familiares. Los padres se ven obligados a pedir préstamos no inteligentes para satisfacer expectativas personales o familiares irreales.

La compra emocional y compulsiva como causa del sobreendeudamiento

La compra impulsiva se produce cuando un cliente compra algo sin pensarlo antes.

La compra impulsiva forma parte de nuestra vida cotidiana en la sociedad occidental. Todos hemos comprado alguna vez en rebajas bienes o servicios que realmente no necesitábamos. Hacerlo esporádicamente no es un problema, sin embargo, a veces se convierte en una enfermedad.

Hay muchas categorías de compras impulsivas: del chocolate a la ropa, pasando por los teléfonos móviles, los coches, las joyas, etcétera.

Cuando los compradores realizan compras impulsivas, suelen ser los sentimientos y las emociones los que les impulsan a realizar la compra. La emoción es tan poderosa que tienen que hacer un uso indiscriminado del crédito.

Algunos indicadores del comportamiento de compra compulsiva o emocional son

- Gastar más dinero del previsto



- Visitar comercios que suelen provocar compras impulsivas
- Sensación de rápida satisfacción tras compras no planificadas.

Está comprobado que, en muchas ocasiones, estas compras emocionales y compulsivas conducen a un sobreendeudamiento de la economía personal o familiar. Se trata de compras no planificadas en las que no se ha pensado, pero que tienen un alto componente emocional que nos impulsa a realizarlas.

En muchos casos no disponemos del dinero necesario y recurrimos a las tarjetas de crédito.

7.2 ¿Cómo sé si estoy sobreendeudado?

A primera vista parece sencillo; una respuesta rápida sería que estás sobreendeudado **si tus gastos por deudas superan tus ingresos totales**. Sin embargo, hay algunos aspectos que complican aún más esta situación.

Podemos estar sobreendeudados sin saberlo, algunas señales de alarma.

- Falta de liquidez: si al hacer la compra en el supermercado, o repostar en una gasolinera, necesito utilizar tarjetas de crédito o préstamos para pagar por falta de dinero propio.
- Pagar una obligación con otra: utilizar préstamos o anticipos en efectivo para pagar la cuota mensual de la propia tarjeta de crédito.
- Retraso o impago: no pagar una obligación, por pequeña que sea, por falta de recursos a su vencimiento.
- Cuentas desequilibradas: no respetar la regla 50/30/20, es decir, destinar el 50 % de los ingresos a cubrir las necesidades básicas, el 30 % a los gastos cotidianos no básicos y el 20 % restante al ahorro.

¿Cómo evitar el sobreendeudamiento?

- Controlar los créditos y préstamos: gestionarlos correctamente y no abusar de ellos.
- Elaborar un presupuesto: para no gastar más de lo permitido, es bueno elaborar un presupuesto y eliminar los pequeños gastos, conocidos como «gastos hormiga», así como otros gastos innecesarios, que son enemigos del ahorro.
- Ser prudente en el gasto: conviene reflexionar sobre la conveniencia del gasto que hacemos y cómo puede afectar a mis finanzas futuras.

¿Cómo salir del sobreendeudamiento?

- No endeudarse más: Lo primero es reducir o eliminar en la medida de lo posible el uso excesivo de tarjetas de crédito o préstamos para cubrir tus gastos.



- Elimine los gastos innecesarios: al intentar reducir sus obligaciones de pago, deberá examinar sus gastos e identificar aquellos que pueden evitarse.
- Defina una estrategia de reembolso: Establezca un calendario y una estrategia para devolver las deudas. Una estrategia puede ser el uso de pagos en cascada, como se define a continuación.

Hábitos para fomentar el endeudamiento inteligente

- Vivir endeudado se ha convertido en un hábito en nuestra sociedad. Muchas personas piden préstamos para cualquier cosa, desde comprar un microondas hasta una propiedad. Esta situación está empeorando porque hay muchas personas que están a un pequeño paso de la quiebra.
- Sin embargo, es posible vivir una vida sin deudas y tener libertad financiera. No es tan difícil; simplemente hay que adquirir una serie de hábitos.

Las personas libres de deudas se comportan de la siguiente manera:

1. Son conscientes del valor del dinero.

Siempre son conscientes de lo difícil que es ganar un euro. Lo tienen en cuenta en todas sus decisiones financieras. Saben cuánto vale su tiempo y, por tanto, actúan en consecuencia. Un truco para vivir sin deudas es evitar la gratificación inmediata. También puedes medir tus compras en horas de trabajo. Pensar que un nuevo móvil significa un nuevo mes de trabajo puede ayudar.



2. Conocen su situación financiera al detalle en todo momento.

El endeudamiento puede deberse a decisiones voluntarias o a desequilibrios en las finanzas personales. Las personas sin deudas prestan atención a los detalles. Conocen sus ingresos y gastos. Minimizan las comisiones. Recortan los servicios que no utilizan. Están atentas a las entradas y salidas y lo hacen a través de la herramienta del presupuesto.

3. No gastan todo su sueldo

Las personas sin deudas viven con menos de lo que ganan, generalmente ahorran. Puedes hacer más con lo que ganas si tienes un presupuesto fijo y la suficiente fuerza de voluntad para ceñirte a él.



4. Piensan a largo plazo y son pacientes

Quienes no se endeudan son capaces de ser pacientes. Esta paciencia les permite no endeudarse y no pagar el doble por los bienes debido a los intereses. Por ello, su modus operandi es ahorrar y comprar más tarde, minimizando el endeudamiento y los costes.

5. Siempre tienen un objetivo definido

Ahorrar por ahorrar desmotiva a la mayoría de la gente. Las personas que piden prestado de forma inteligente tienen objetivos claros, normalmente a largo plazo con pequeños hitos a corto plazo. Estos objetivos claros y definidos les ayudan a centrarse y a no caer en la tentación de consumir todos sus ingresos actuales.

6. Saben decir no

Vivimos en una sociedad de consumo expuesta siempre a mensajes y estímulos de compra. Decir no a las tentaciones consumistas puede parecer fácil, pero se complica cuando entran en juego las emociones personales. Son conscientes de ello.

7. Aprenden a pensar como directores financieros

Antes de cualquier compra, tienen en cuenta cuánto y con qué rapidez pierde valor el bien con el tiempo.

Exploran el mercado de segunda mano. Calculan sistemáticamente el coste de la deuda antes de financiar. Son conscientes de que es mucho más fácil gastar 200 euros con una tarjeta de crédito que en efectivo. Piensan en términos porcentuales, si ahorran dos euros sobre 10 están ahorrando un 20%. Son conscientes de la importancia de los pequeños gastos.

8. Son capaces de vivir sin gastar, valorando más las experiencias que las cosas.

9. Viven sin deudas paso a paso.

7.3 Endeudamiento inteligente y racional

¿Qué relación hay entre deuda y riesgo?

Cuantas más deudas tenemos, más riesgo tenemos de no poder pagarlas. Esto no significa que no debamos tener deudas por norma. Se trata de tenerlo en cuenta cada vez que contraemos nuevas deudas. Hay que utilizar la deuda con prudencia; hay que analizarla constantemente.



La primera variable a tener en cuenta para este análisis es la situación financiera.

Por situación financiera entendemos la cantidad de ingresos y la estabilidad de estos, en comparación con los gastos. Generalmente se recomienda mantener el nivel de endeudamiento por debajo del 30 al 40% de los ingresos, pero este porcentaje se calcula suponiendo unos ingresos regulares. Si sus ingresos son precarios o inestables, es aconsejable reducir esta ratio de endeudamiento. Los planes de futuro son otro factor a tener en cuenta en este análisis.

Si eres una persona joven, con una buena red de contactos y una buena formación, puedes asumir ratios de endeudamiento más elevados que una persona mayor, con ingresos precarios y sin estudios. Otra variable es el uso que se va a dar a la deuda. No es lo mismo endeudarse para comprar un televisor o irse de vacaciones que para comprar un coche que se utilizará en tu negocio. En general, el consumo suntuario o superfluo no debe adquirirse con deuda.

Por último, nos gustaría comentar otra variable: el perfil psicológico.

Hay personas que pueden dormir tranquilas pagando el 60% de sus ingresos en cuotas de un préstamo hipotecario. Otras, sin embargo, sienten una gran ansiedad a la menor deuda que contraen. Lo importante es saber cómo te sientes cuando estás endeudado y si crees que el riesgo que corres es demasiado grande o no. Si no te sientes cómodo endeudándote, no hagas caso a los expertos que dicen que puedes llegar a endeudarte hasta un 40%.

En conclusión, podemos decir que el nivel de endeudamiento que puede asumir cada persona es diferente. Las variables afectan a cada persona de forma diferente. Por ello, es fundamental que tengas claro cuál es tu nivel óptimo de endeudamiento personal.

El nivel óptimo de endeudamiento

Para que el proceso de endeudamiento cumpla su función, debe enmarcarse en principios de inteligencia y racionalidad. El objetivo de utilizar productos financieros de endeudamiento es construir un patrimonio personal y familiar. El endeudamiento irracional hipoteca la vida de una persona con cargas financieras que no se puede permitir. Estas cargas financieras conducen al sobreendeudamiento y a la destrucción del propio patrimonio familiar.

El patrimonio es la base sobre la que se construyen los grandes proyectos familiares y personales. Debe ser una fuente de ingresos pasivos, es decir, ingresos generados por una inversión o una propiedad en alquiler.



Desde el punto de vista del consumidor inteligente, las deudas contraídas deben ser el resultado de una reflexión sobre el plazo, el tipo de interés, el tipo de bienes o servicios a financiar, la necesidad real de los mismos.

Estamos aprendiendo que endeudarse puede ser una idea inteligente o una pésima idea dependiendo de la situación personal, económica y financiera.

No todo el mundo tiene la misma capacidad para endeudarse.

El crédito puede ser una herramienta fantástica para muchas personas que tienen una situación cómoda y una disposición psicológica que les hace confiar en sí mismos. Sin embargo, puede ser una auténtica condena para otros.

Cómo calcular y conseguir un endeudamiento inteligente

La crisis generada por la pandemia ha obligado a muchas personas y familias a endeudarse. El endeudamiento se define como la capacidad de un individuo para reembolsar créditos, préstamos o hipotecas. Las entidades financieras aprueban los préstamos calculando la diferencia entre los ingresos y los gastos del solicitante. Esta diferencia debe ser superior al 20 % en la mayoría de los casos.

Por lo tanto, es necesario conocer la propia situación financiera (personal) antes de pensar en endeudarse. Para ello, es necesario saber cómo hacer un presupuesto, cómo ahorrar dinero, cómo invertir con prudencia y, por último, cómo gestionar responsablemente los préstamos personales.

Ejemplo:

Ingresos mensuales 1500

Gastos y deudas mensuales: 500

Nivel de endeudamiento: $500/1500 = 33,3\%$.

Los cinco elementos clave para un endeudamiento inteligente

Endeudarse es a veces una buena estrategia financiera, pero cuando los tipos de interés son altos, puede convertirse en un problema, ya que las deudas a veces crecen por sí solas.



Para disfrutar de las ventajas de un endeudamiento inteligente, sigue estos consejos:

- Infórmate del coste financiero de la deuda antes de pedirla: Debes conocer los intereses, comisiones, impuestos, seguros y otros gastos asociados a la deuda. Esta información le permitirá saber si es preferible ahorrar antes que endeudarse.
- Analice su capacidad para devolver la deuda: Asumir una nueva deuda implica estar seguro de poder pagarla. Esta capacidad dependerá de varios factores, por ejemplo: tu seguridad laboral, si tienes o no un fondo para imprevistos, si otras personas podrían ayudarte si pierdes tu fuente de ingresos.
- No es aconsejable seguir endeudado mucho tiempo después de haber consumido el bien o servicio.
- Sepa exactamente cuánta deuda tiene pendiente en cada momento.
- Asegúrese de incluir las deudas que no parecen deudas.

7.4 Tipos de crédito

- Tarjetas de crédito y débito

A primera vista parecen iguales, pero no lo son. Las tarjetas de débito y de crédito tienen diferencias muy importantes que hay que entender para pedir un préstamo de forma inteligente.

Pagar con una tarjeta de crédito es como pedir un préstamo. Por lo tanto, como cualquier otro préstamo, tendrás que devolverlo en el futuro añadiendo el coste financiero de haber pedido ese préstamo.

La cantidad que puedes gastar cada mes con tu tarjeta de crédito es el límite máximo que el banco está dispuesto a concederte para compras. Este límite es diferente para cada persona. El banco te pedirá un justificante de tus ingresos, en función del cual decidirá tu límite de crédito personal.

- Tarjetas bancarias y no bancarias

Hay dos tipos principales de tarjetas de crédito:

- Tarjetas de crédito bancarias

La tarjeta de crédito la ofrece el propio banco. Se aceptan como medio de pago en la mayoría de los comercios y servicios de todo el mundo.



– Tarjetas de crédito no bancarias

Son emitidas por centros comerciales, supermercados, tiendas de ropa, etc. Su principal objetivo es fidelizar a los clientes. Sólo pueden utilizarse para pagar en los centros comerciales emisores.

• Tarjetas revolving

Es una de las tarjetas más comercializadas y peligrosas. Son un tipo de tarjeta de crédito y, por tanto, nos permiten aplazar el pago de las cosas que compramos. El funcionamiento de las tarjetas revolving es que, en realidad, se trata de un crédito preconcedido en el que el ahorrador elige cuánto quiere pagar cada mes, bien con una cuota fija o con un porcentaje de la deuda.

A medida que se amortiza, el dinero vuelve a estar disponible, por lo que se convierte en una rueda interminable de financiación que nunca se detiene.

Las opciones de reembolso son las siguientes:

- Pagar un porcentaje de la deuda que generas, normalmente entre el 5% y el 25% del total.
 - Pagar una cuota fija cada mes
 - Pagar el importe total del crédito a plazos.
 - Normalmente, cuando recibes la tarjeta, la forma de pago por defecto es a crédito.
- Desventajas de las tarjetas revolving
- El importe de los intereses suele ser desproporcionado, en torno al 25%.
 - Tienen un efecto perverso en nuestra mente que nos hace gastar más al utilizar el crédito sin pensar.
 - Por último, esconden una trampa adicional, ya que con las cuotas de la hipoteca es casi imposible ser consciente de la cantidad total que pagamos en intereses. – Esto hace que al final la cantidad pagada sea muy superior a la financiada para la compra del bien o servicio.

Riesgos de las deudas con tarjetas de crédito

Debemos tener siempre presente que el emisor de la tarjeta de crédito sea bancario o no bancario, tiene un objetivo claro y definido: permitirnos gastar más de lo que tenemos y a cambio cobrarnos intereses.

Y el funcionamiento normal de una tarjeta de crédito es que al final del mes en curso hay que pagar la totalidad del crédito consumido. Y si somos capaces de pagar todo el importe, la tarjeta de crédito es un medio de financiación inteligente.



Sin embargo, si a final de mes no somos capaces de hacer frente al pago total, tendremos que aplazar el pago. Aquí es donde este medio de financiación es utilizado imprudentemente por muchas personas con poca cultura financiera.

El banco ofrece pagar una pequeña cantidad al mes para hacer frente a la deuda. Sin embargo, los tipos de interés que cobran las tarjetas de crédito son enormes. Llegan hasta el 25% anual. Este 25%, dividido en meses, no parece mucho, pero considerado a lo largo de un año es una cantidad enorme.

7.5 Préstamos bancarios. Préstamos inteligentes

Los préstamos bancarios son operaciones por las que una institución financiera presta dinero a un cliente en virtud de un contrato por el que se contrae la obligación de devolverlo a cambio de un tipo de interés solicitado.

Se adquiere, por tanto, un compromiso que no debe tomarse a la ligera. Hay diferentes elementos a tener en cuenta.

- Capital: la cantidad de dinero solicitada al banco
- Interés: el precio que paga el cliente por disponer del capital.
- Plazo: el periodo de tiempo estipulado en el contrato para devolver el capital más los intereses.

Tipos de préstamos

Aunque existen diferentes tipos de préstamos, se dividen en dos grandes categorías:

- Préstamos personales:
Financian necesidades concretas del cliente en un momento determinado. El importe suele ser pequeño. Ejemplos de préstamos personales son los préstamos al consumo, los préstamos rápidos y los préstamos para estudiantes.

Los préstamos al consumo suelen financiar bienes duraderos. Los préstamos rápidos o también llamados inmediatos pretenden ser ágiles para financiar situaciones puntuales. Los préstamos para estudios, como su nombre indica, cubren los gastos de matrícula y titulación.



- **Préstamos hipotecarios:**

Son préstamos destinados a financiar la compra de una vivienda. Las cantidades de dinero solicitadas a través de este tipo de crédito suelen ser superiores a las de los préstamos personales. La propiedad hipotecada suele ser la garantía del préstamo. El banco puede quedarse con la propiedad y venderla para saldar el préstamo hipotecario en caso de impago.

Otra clasificación aparte de la ya mencionada es si los préstamos tienen o no aval. El avalista garantiza el cumplimiento de la obligación económica adquirida. El avalista está dispuesto a cumplir los compromisos del avalado.

Requisitos para ser avalista:

- Ser mayor de edad
- Ser solvente para poder hacer frente a los pagos en caso necesario.
- Tener ingresos estables
- Tener bienes libres de cargas

Préstamos rápidos. Lo que no te dicen

Aunque antes hemos argumentado que los préstamos bancarios son la mejor forma de endeudarse de forma inteligente porque están regulados por los gobiernos y los tipos de interés son justos, existen otros préstamos en el mercado -préstamos rápidos, se les suele llamar- que son una forma poco inteligente de endeudarse.

El gancho de los créditos rápidos es hacer posible la realización de los sueños que todo el mundo tiene. Muchos de estos sueños no pueden cumplirse porque la persona está excluida de algún modo del mercado financiero.

Es decir, no tiene aval y, por tanto, el banco no puede ofrecerle un préstamo.

Se trata de créditos rápidos, microcréditos y préstamos exprés que te ofrecen dinero de forma inmediata para que puedas cumplir tus sueños.

Es muy importante conocer tres factores o características de las que no nos hablan cuando nos ofrecen un crédito rápido y que debes conocer antes de caer en ellas, o si es posible para no caer.

- **Los tipos de interés son muy superiores a la media:**

El tipo de interés medio de los préstamos personales en España es del 6,87 %, según datos del Banco de España. En el caso de este tipo de préstamos, los tipos de interés



superan fácilmente el 15 % de media. Incluso pueden llegar a porcentajes del 100 % cuando se trata de microcréditos a devolver en poco tiempo.

De hecho, hay algunos que cobran un tipo de interés del 1% diario. Si te prestan 300 euros para comprar un teléfono móvil a devolver en 30 días, tendrás que pagar 399 euros. Es decir, un tercio más de lo que pediste.

- También cobran intereses de demora.

En caso de incumplimiento de los pagos estipulados, se activan los intereses de demora. Estos intereses de demora son diferentes de los intereses normales del préstamo. Son dos tipos diferentes de intereses que se acumulan.

Esto hace que la deuda crezca a un ritmo muy rápido. De hecho, muchos tipos de interés se consideran tipos de interés abusivos.

- Provocan que se gaste más de la cuenta.

La facilidad para adquirir dinero rápidamente hace que la gente gaste más de la cuenta. Si el dinero está ahí, hay que utilizarlo. En muchos casos, la gente pide prestado de forma ineficaz o imprudente para permitirse unas merecidas vacaciones. No saben que devolver esas vacaciones de 1.500 o 2.000 euros durante un año significa pagar un 25% de intereses.

- Cobran comisiones por reembolso anticipado.

Los préstamos rápidos viven de tu consumo, por eso penalizan el reembolso anticipado. La mayoría de los préstamos rápidos incluyen elevadas comisiones por reembolso anticipado de la deuda.

- Son el primer paso en una espiral de endeudamiento.

Entrar en una espiral de deuda es más fácil de lo que crees. Los casos más comunes son los de personas que piden un préstamo rápido para irse de vacaciones, financiar su televisión o comprarse cualquier capricho.



¿Qué hacer si ya tiene un crédito rápido?

Si te encuentras en esta situación, lo mejor que puedes hacer es crear una estrategia o plan para salir de ella. Parte de esta estrategia puede consistir en alegar que el préstamo es abusivo o que cobra intereses usurarios.

Los tipos de interés usurarios los define el regulador financiero de cada país para evitar los préstamos abusivos a personas con poca educación financiera.

Lo que esconden los préstamos sin intereses

Es la última moda promovida por la sociedad consumista. La propuesta es tan atractiva que resulta difícil decir que no. No olvidemos que nadie da dinero gratis. No cobrar intereses es el peaje que pagan las empresas para incentivar el consumo.

La posibilidad de pagar a plazos suena muy atractiva. Normalmente, por un préstamo de 1.500 euros o 30 meses sólo tendrías que pagar 50 euros al mes, lo que es muy asequible.

El sistema de pago a plazos tiene otra desventaja. Es fácil salirse del presupuesto.

Si habías planeado gastarte 1.500 euros, ahora, por cinco euros más al mes puedes tener un modelo de televisor más avanzado, pero el resultado será que habrás pagado 150 euros más de lo que habías planeado en un principio.

¿Estás seguro de que la financiación es al 0%?

La clave está en la letra pequeña. El truco de la financiación al 0% está en los gastos de gestión y formalización que pueden cobrar algunas entidades. No es 100% gratuita como se anuncia y, además, en muchas ocasiones pueden ser abusivas.

¿Qué pasa si no pagas?

Lo que suele ocurrir es que si no pagas se empiezan a acumular intereses muy altos, que pueden superar ampliamente el 12%, y ahí es donde radica parte del negocio de este tipo de financiación.

Estrategias para salir de deudas.

Deudas buenas y deudas malas

Esta distinción es puramente informal, pero cada vez se utiliza más. Esta distinción también puede ayudarle a decidir intuitivamente antes de contraer nuevas deudas.



- **Deudas malas**

Suelen tener tipos de interés elevados y largos plazos de amortización, lo que significa que el importe total de los intereses pagados es muy alto. Cuidado con los engañosos anuncios que ofrecen cuotas mensuales bajas y plazos de amortización muy largos. Aunque esto pueda parecer útil al principio, a la larga resulta engañoso y caro.

Las deudas malas también se utilizan para compras improductivas, adquisiciones de bienes o servicios que se consumen muy rápidamente y no generan beneficios duraderos.

- **Deudas buenas**

Las deudas buenas se utilizan para adquirir bienes o servicios que aumentan su bienestar o sus perspectivas de futuro.

Suelen ser bienes caros, pero realmente necesarios: un coche, bienes inmuebles que aumentan de valor con el tiempo, educación que mejora tus oportunidades laborales y equipamiento profesional que te permite generar más ingresos.

Haz una lista de todas tus deudas

Y éste es un paso de vital importancia en la gestión financiera personal y familiar. Existe la creencia errónea de que las deudas son sólo las que se tienen con el banco, pero no es así.

La tarjeta de crédito, por ejemplo, no es un medio de pago sino un medio de crédito. Tradicionalmente, los medios de pago eran el dinero físico y las tarjetas de débito con las que sólo se podía realizar un pago si se disponía realmente del medio de pago. Las tarjetas de crédito, en cambio, permiten endeudarse sin darse cuenta.

7.5 Metodología en cascada

Caer en la espiral de la deuda es fácil, pero salir de ella no lo es tanto. He aquí el método en cascada para salir de las deudas incobrables.

Se denomina método en cascada porque la filosofía que subyace es la de hacer frente a todas las deudas existentes de forma gradual o en cascada. En muchos casos la acumulación de deudas es enorme, por lo que el primer paso debe ser clasificar todas las deudas que tenemos.

Esta clasificación puede basarse en diferentes criterios:

- Deuda total en cada uno de los medios de pago.



- Tipo de interés real
- Tipo de bien financiado por esa deuda.

Una vez clasificada la deuda, nos permitirá conocer la situación a la que nos enfrentamos. El método de la cascada centrará los pasos de actuación en el tamaño de la deuda. Estos son los pasos sugeridos:

- Hacer una lista de todas las deudas
- Ordenar las deudas de menor a mayor importe
- Destina una parte del dinero cada mes a pagar la deuda más pequeña.
- Utiliza el dinero liberado de la deuda que ya tienes para empezar a pagar la siguiente.

En algunos casos puede ser útil hablar con los prestamistas para renegociar una amortización acelerada de la deuda a cambio de una disminución de los tipos de interés, especialmente en situaciones de impago, es decir, en situaciones en las que la persona realmente no puede hacer frente a las deudas. En estos casos, es más conveniente para el banco recibir el pago completo que seguir acumulando intereses sobre una deuda que nunca podrá cobrar.

Este método para salir de deudas es tan eficaz por dos razones:

- Es muy motivador, ya que te permite salir rápidamente de la deuda.
- Te sientes más aliviado, eres capaz de ver la luz al final del túnel.
- Y te empuja hacia un círculo virtuoso.

Reunificación de deudas

Este proceso consiste en cancelar todos los préstamos, créditos e hipotecas para unificarlos en un único crédito.

Requisitos:

El proceso de reunificación de deudas no está disponible para todo el mundo. Depende de la salud financiera de la persona que solicita el nuevo crédito. El prestamista analizará esta situación financiera. Además, el prestamista pedirá alguna garantía de devolución. En el caso de las hipotecas, la garantía de reembolso es la propia vivienda. Normalmente, el banco exigirá que la vivienda esté pagada en un porcentaje elevado.

Costes de reunificación de deudas. Como en cualquier operación financiera, la reunificación no será gratuita. Estos son algunos de los costes:

- Comisiones por cancelación anticipada de préstamos que ya tengas.



- Comisión por el estudio de los costes de formalización de la nueva hipoteca.
- Comisiones en caso de intermediación.

Ventajas de la reunificación de deudas

Te permite reducir lo que pagas al mes por todas tus deudas. En algunas circunstancias, incluso podrás pagar menos intereses por el total de la deuda. Si no ves ninguna de estas dos ventajas, es mejor que no te lo plantees.

7.6 Endeudamiento inteligente

Consideremos ahora los siguientes conceptos:

- Deuda buena» y «Deuda mala»
- Apalancamiento
- Opciones para utilizar la deuda en su beneficio
- Cómo evitar problemas de endeudamiento

«Deuda buena» y «Deuda mala

Deuda buena: Utilizar el dinero de otras personas para adquirir activos y hacer crecer negocios.

Deuda mala: Pedir dinero prestado para adquirir pasivos o para gastos personales.

Una vez entendido esto, es fácil aprovechar al máximo el dinero que tenemos y evitar meternos en problemas.

Apalancamiento

Dinero invertido en activos que aumentarán de valor, generarán ingresos y nos permitirán aumentar nuestra riqueza.

Dinero gastado: Dinero gastado en la compra de artículos de consumo que deprecian su valor y generan gastos a lo largo del tiempo.

Ejemplo en Propiedad Apalancada

- Se trata de utilizar la deuda en nuestro beneficio
- Puedo comprar una propiedad por valor de 100.000 euros con sólo una entrada del 20% de la propiedad, es decir, 20.000 euros.



- El banco pone el 80%, es decir, 80.000 euros.
- El valor del inmueble aumenta normalmente con el tiempo, supongamos un incremento anual lineal del 4% sobre el valor de compra = 4000 euros al año.
- Supongamos un préstamo a 20 años con un tipo de interés del 5%.
- Supongamos un alquiler de la propiedad por 500 euros al mes.
- Amortización anual del capital = 4000 euros al año = 333 euros al mes
- Supongamos unos ingresos por alquiler de 500 euros al mes, con lo que los ingresos por alquiler cubren el reembolso de la cuota de amortización del capital.
- Suponiendo un tipo de interés bancario del 5% sobre 80.000
- Intereses pagados el primer año = $80.000 \times 5\% = 4000$
- Intereses pagados el segundo año = $76.000 \times 5\% = 3800$, y así sucesivamente
- Supongamos una revalorización de la propiedad del 4% anual.
- A partir del segundo año, la revalorización del inmueble cubre los gastos financieros.

En conclusión, con un pago inicial de 20.000 euros, he contraído una deuda que me ha funcionado. Es una «deuda buena», una deuda inteligente.



8. Módulo 3: Ahorrar en la práctica

Las personas que disponen de ingresos suficientes pueden optar por ahorrar parte de ellos para usos futuros, como emergencias o compras posteriores. Las decisiones de ahorro dependen de las preferencias y circunstancias individuales. Los fondos necesarios para realizar transacciones, pagar facturas o realizar compras se suelen depositar en cuentas corrientes o de ahorro aseguradas a nivel nacional en entidades financieras, ya que estas cuentas ofrecen un fácil acceso a su dinero y un bajo riesgo. Los tipos de interés, las comisiones y otras características de las cuentas varían en función del tipo de cuenta y de la entidad financiera.

En este módulo descubrirá:

1. Algunos datos de España
2. Por qué tener un objetivo ayuda a ahorrar
3. Características de un ahorrador inteligente
4. Ahorrar en gastos fijos
5. Identificar los costes hormiga



Efectos de aprendizaje para los participantes

- Desarrollar la educación financiera y la independencia económica de los participantes. Tanto a nivel teórico, a través de conceptos básicos pero importantes, como a nivel práctico con consejos, herramientas y ejercicios.
- Crear riqueza, disponer de dinero para emergencias y gastos futuros. Una buena educación financiera conduce a la capacidad de tener ahorros y, por tanto, una reserva financiera.
- Construir un mayor nivel de autoconfianza. La capacidad de ahorro genera confianza y estabilidad, ya que el respaldo financiero proporciona tranquilidad y seguridad.
- Aprender a priorizar sus decisiones en la vida. Al adquirir conocimientos financieros, los participantes adquieren habilidades y estructuras de pensamiento que mejoran la toma de decisiones en todos los ámbitos de la vida.
- Evitar la necesidad de endeudarse. Es evidente que cuanto mayor sea la capacidad de ahorro, menor será la necesidad de pedir prestado y endeudarse.

El ahorro es la parte de nuestros ingresos que no utilizamos para el consumo diario, es decir, el dinero que no se gasta. Esta cantidad puede destinarse a un objetivo a corto o largo plazo. Tener ahorros también puede ser de gran ayuda para hacer frente a imprevistos en el futuro. También es un beneficio en el ámbito familiar, empresarial, emprendedor, e incluso a nivel general en la economía.

La tasa de ahorro en España en 2021 fue del 11,4% de la renta disponible de los hogares, lo que supone 3,6 puntos menos que en 2020, según el Instituto Nacional de Estadística (INE). Estos datos apuntan a la dificultad de las familias para ahorrar, en muchos casos por motivos económicos, aunque también puede ser fruto de la falta de organización y planificación.

El ahorro es la fracción de la renta que una persona decide no destinar hoy al consumo. Este capital se reserva fuera de riesgo para cubrir una necesidad o contingencia futura.

La educación financiera es fundamental en la vida de todos. Desgraciadamente, suele ser un área que no se estudia en las escuelas y universidades, a menos que sea en la enseñanza superior la relacionada con este contenido.

La falta de esta educación financiera, y por lo tanto la falta de ahorro, afecta a personas de todas las edades y niveles socioeconómicos, pero es más aguda en las familias de bajos ingresos. Esta carencia puede conducir a malas decisiones financieras que tienen



consecuencias negativas en el bienestar general de una persona y de su hogar. Por ejemplo, cuando las personas carecen de educación, pueden ser víctimas de préstamos abusivos e incluso recurrir a préstamos informales: préstamos entre particulares, sin documentación y con tipos de interés usurarios. También pueden adquirir hipotecas de alto riesgo o caer en fraudes que pueden llevarlos a la quiebra.

Los estudios sobre educación financiera han demostrado que la mayoría de los consumidores financieros no comprenden ni manejan eficazmente los conceptos y productos financieros básicos, lo que les impide tomar decisiones con conocimiento de causa.

Estudio de la Fundación Funcas:

<https://www.funcas.es/articulos/la-alfabetizacion-y-vulnerabilidad-financieras-de-la-poblacion-adulta-espanola-un-analisis-por-generaciones/>

De acuerdo con las principales prioridades de este proyecto, que son la inclusión y la diversidad en todos los ámbitos de la educación financiera, y la mejora de las competencias de los educadores y los alumnos adultos que trabajan con personas en riesgo de exclusión social, creemos que es importante enseñar pautas para el ahorro.

En esta sección, se desarrollarán cinco temas principales relacionados con el ahorro familiar. El objetivo es proporcionar algunos ejemplos y conceptos esenciales, explicados de forma sencilla, para saber cómo ahorrar de forma eficiente.

8.1 Algunos datos de España

El cálculo del ahorro medio en España suele basarse en el ahorro del hogar en su conjunto. Por tanto, las medias son dispares, ya que la diferencia de ahorro es considerable, teniendo en cuenta que un alto porcentaje, en torno al 40%, no ahorra sistemáticamente y no dispone de un fondo de emergencia. Es seguro que los participantes en este programa, que son nuestro principal grupo destinatario, se encuentran entre este elevado porcentaje de personas o familias que no consiguen ahorrar cada mes.

Las cifras medias de ahorro se sitúan en torno a los 300 euros mensuales. Esto se debe principalmente a que el porcentaje de ahorradores que ahorran más de 400 euros al mes es comparativamente alto (17%) frente a otros que ahorran menos, por ejemplo, los que ahorran entre cero y 100 euros al mes, que representan el 22%.



El INE (Instituto Nacional de Estadística) recoge periódicamente el ahorro medio de los hogares españoles. Este dato varía en función de la coyuntura económica. En el primer trimestre de 2021, el ahorro medio de los hogares españoles era del 4,9% de la renta disponible.

El ahorro medio de los españoles por edad tiende a clasificarse en estos tres grupos;

- Entre 18 y 35 años, el porcentaje de ahorradores es del 47%.
- Entre 36 y 55 años, el porcentaje es del 42%.
- Entre los 56 años y la edad de jubilación, el porcentaje de ahorradores es del 38%.

La tasa de ahorro de los hogares españoles se sitúa a la cola del ranking europeo. La crisis COVID-19 ha puesto de manifiesto la importancia del ahorro. Al carecer de un colchón de recursos en el que apoyarse, millones de familias han vuelto a encontrarse en una situación de dependencia y vulnerabilidad como en crisis anteriores. Esto también ha provocado un fuerte aumento de la cobertura de los servicios asistenciales públicos y privados, con el consiguiente desvío de recursos del apoyo al crecimiento a paliar las consecuencias de la recesión.

El siguiente enlace, con datos de Eurostat, se muestra a continuación. Muestra cómo se distribuye la tasa de ahorro de los hogares europeos. Podemos ver la puntuación de cada país y de la UE en su conjunto a lo largo de los años.

Para más datos, consulte Eurostats Household Saving Rate:

<https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/tec00131/default/table?lang=en>.

El IEE (Instituto Español de Estudios Económicos) destaca que en España vemos que una parte importante de los activos financieros se mantienen en efectivo o en depósitos, lo que no ocurre en otros países europeos. Si bien es cierto que esto proporciona liquidez y juega un papel de coordinación en la estructura económica, también denota una ausencia de planificación financiera y una falta de estímulo, a través del correcto tratamiento fiscal de los instrumentos de ahorro a largo plazo.

Esta falta de cultura financiera es una cuestión que requiere esfuerzos públicos y privados en materia de formación, educación y comunicación. El resultado es, por tanto, una posición de ahorro de los hogares mejorable. España está muy por detrás de la media europea.



8.2 Por qué tener un objetivo ayuda a ahorrar

Fijarse un objetivo es una de las mejores formas de ahorrar dinero. Puede empezar pensando para qué quiere ahorrar, tanto a corto plazo (de uno a tres años) como a largo plazo (cuatro años o más).

Los objetivos comunes a corto plazo suelen ser un fondo para determinadas emergencias, de tres a nueve meses de gastos de manutención, unas vacaciones o el pago inicial de un coche. Los objetivos comunes a largo plazo pueden ser el pago inicial de una casa, un proyecto de renovación, la educación de un hijo o la jubilación.

Como norma general, es aconsejable fijarse un objetivo pequeño, alcanzable y a corto plazo, al menos para empezar. Algo que sea divertido y no forme parte del presupuesto mensual. Podría ser pagar una deuda existente o ahorrar para un fondo de emergencia. Alcanzar las recompensas de estos pequeños objetivos puede darle un impulso psicológico, una sensación gratificante y reforzar el hábito.

Es importante sostener y mantener la disciplina financiera y el compromiso para tener continuidad en la gestión del ahorro y alcanzar los logros propuestos.

8.3 Características de un ahorrador inteligente

Un ahorrador inteligente se caracteriza por ser una persona analítica y de espíritu pragmático que se plantea un gasto antes de realizarlo, teniendo en cuenta su presupuesto y cuáles son sus necesidades reales.

Además de fijarse en los gastos fijos mensuales, como la electricidad, el agua, el gas, la comida y otros, es importante presupuestar una cantidad fija para el ahorro. Si trabaja por cuenta ajena y le ingresan el sueldo directamente en su cuenta cada mes, considere la posibilidad de establecer una transferencia automática a una cuenta de ahorro. La cantidad no tiene por qué ser grande, pero siempre será mejor que no ahorrar nada.

Los ahorradores se hacen, no nacen. Las experiencias personales son un factor de motivación externo: si, por ejemplo, se ha vivido un periodo de dificultad económica, con paro

de larga duración, esta experiencia puede marcar un punto de inflexión. Asimismo, los profesionales que trabajan como autónomos o por cuenta propia también tienen tendencia a ahorrar, ya que son conscientes de la incertidumbre que les acompaña en su carrera profesional.

También comprende **la importancia de planificar** para no endeudarse. Para ello, elabora un plan de ahorro adecuado en el que destina un porcentaje de sus ingresos cada mes para lograr su objetivo sin poner en riesgo su salud financiera.

Una actividad cotidiana como comer puede ser un aspecto de la reducción de gastos. En lugar de comer fuera o comprar muchos alimentos perecederos que probablemente se tiren, es mejor planificar la lista de la compra y fijar un presupuesto. Lo mejor es cocinar en casa comprando los ingredientes que se van a utilizar durante la semana y reservar las comidas fuera para ocasiones especiales. Así ahorrarás mucho dinero si prestas atención a este detalle.

Otro punto crucial es **comparar precios antes de comprar**. Invertir tiempo en informarse sobre posibles promociones y ofertas y priorizar la relación calidad-precio es muy recomendable, así como priorizar el gasto en determinadas áreas. No hay que descuidar cuestiones como la alimentación o la educación, que son prioritarias, pero se puede ahorrar en otras áreas que pueden ser secundarias. Si el gasto es una inversión muy positiva, por supuesto que se puede invertir en ella.

Cuando se habla de un ahorrador inteligente, se puede pensar en una persona que renuncia a ciertos caprichos o que es tacaña. Lo cierto es que en realidad se trata de alguien que valora el esfuerzo que supone ganar su sueldo cada mes y prioriza el **consumo responsable**.

Un buen ejercicio puede ser comprometerse a anotar durante un mes todos los gastos que realiza, desde los pagos de suministros o tarjetas hasta las compras más insignificantes. Así llevarás un control del dinero del que dispones. Con esta lista, podrá decidir qué es innecesario y calcular el dinero que podría ahorrar. Para el mes siguiente, ponte como objetivo ahorrar ese dinero que te gastaste en cosas que probablemente no necesitabas.

8.4 Ahorrar en gastos fijos

Los gastos fijos se llaman así porque tienen una periodicidad y una cuantía conocidas. Son gastos recurrentes, es decir, son necesarios y sabemos cuándo tendremos que hacerlos y cuánto nos vamos a gastar.



En este grupo se incluyen el alquiler o la hipoteca, los servicios públicos como la electricidad, el gas, el agua, la cesta de la compra, el seguro del hogar, la comunidad de propietarios o el impuesto de bienes inmuebles. Igualmente, aquellos gastos derivados de la educación o los costes de transporte, internet o telefonía móvil, entre otros.

Detectar cuáles son estos gastos y hacer un estudio real de lo que podríamos reducir el consumo supondría un importante ahorro en nuestros gastos mensuales.



Estos son algunos buenos consejos para ahorrar en gastos fijos cada mes:

La luz, el gas, el agua o la conexión a Internet son gastos fijos que se llevan una buena parte de tus ingresos. En todas las compañías existen ofertas, packs o tarifas reducidas en determinados momentos. Cambiar a una tarifa mejor después de haber comparado bien es una buena forma de ahorrar en ellos.

- En cuanto a la electricidad, estos son los electrodomésticos que más energía consumen:
 - El frigorífico
 - El televisor
 - La lavadora
 - El horno
 - El ordenador

Para un uso responsable:

- Asegúrate de que la potencia que figura en tu contrato es la que necesitas, puedes estar pagando de más por demasiados kilovatios.
- No guardes en el frigorífico alimentos aún calientes, o obligarás al frigorífico a trabajar más de lo debido y consumirás aún más.
- Pon la lavadora sólo cuando esté llena, con el detergente justo para no dejar residuos y, si la ropa no está muy sucia, con agua fría. No olvides limpiar el filtro a menudo, ya que la acumulación de cal también aumenta el consumo.
- No abras la puerta del horno mientras esté funcionando, perderá muchos grados de golpe y tendrá que trabajar más para recuperarlos. Lo mismo ocurrirá si metes alimentos congelados, doble trabajo para el horno y doble gasto para ti.



- Cuando compres un electrodoméstico nuevo, asegúrate de que es eficiente.
 - No utilices nada que no sea imprescindible: si hace sol, no uses la secadora; si sales de una habitación, apaga la luz; si no usas un electrodoméstico, desenchúfalo.
- Gas. Tanto si utilizas butano, gasóleo o propano para calentar tu casa, ten especial cuidado en los meses de invierno con la calefacción. Algunas medidas a poner en práctica son:
 - No subir el termostato por encima de 21°. No es necesario entrar en casa y ponerse una camiseta de manga corta si no se lleva ropa normal en los meses más fríos.
 - Durante la noche, es mejor bajar el termostato dos o tres grados que apagar la calefacción, ya que la temperatura bajaría demasiado y la caldera tendría que hacer un gran esfuerzo para volver a alcanzar la temperatura deseada al encenderla de nuevo.
 - En la cocina, el calor residual del fuego puede aprovecharse para terminar de cocinar los alimentos.
 - Si el sol calienta, suba las persianas. La temperatura subirá y te ahorrarás el trabajo de la caldera.
- Agua
 - Ten en cuenta que un baño consume unos 150 litros de agua, mientras que una ducha rápida utiliza 30 litros.
 - Puedes recoger el agua en un cubo que aún no esté caliente antes de empezar a ducharte. Esta agua se puede utilizar para fregar el suelo o regar las plantas.
 - Cierra los grifos mientras te lavas los dientes o te enjabonas las manos.
 - Riega las plantas a primera hora de la mañana o antes de acostarte. Si el riego se hace a pleno sol, el agua se evapora rápidamente y hay que utilizar más agua.
 - Si la factura se dispara, es posible que tengas una fuga. Ponte en contacto con la compañía y te ayudarán a comprobarlo.
 - Cesta de la compra
 - Antes de ir a comprar, anota una lista de lo estrictamente necesario, así evitarás cosas innecesarias o caprichos.
 - No vayas a comprar comida con hambre. Si comes todo te entrará por los ojos.



- Intenta comprar a diario. Es la forma más eficaz de aprovechar al máximo lo que compras y no acabar tirando productos que se estropean tras días y días en la nevera. ¿Sabías que cada español tira más de medio kilo de comida a la basura en una semana? El coste de este desperdicio es de unos 250 euros por persona y año. Si sois cuatro en la familia, podríais estar tirando a la basura 1.000 euros al año.

8.5 Identificar los gastos hormiga

Estos gastos, también llamados gastos invisibles, son el conjunto de pequeños desembolsos que se realizan a diario y a los que normalmente se da poca importancia. Optimizar estos gastos puede suponer una gran diferencia en la salud financiera personal o familiar.

Los criterios por los que podemos definir este tipo de gastos son los siguientes:

Son de pequeña cuantía.

Son recurrentes

Poco meditados

No planificados

No suelen añadirse a los presupuestos.

No se tienen en cuenta como un factor de coste importante en comparación con otros gastos de la economía personal.

GASTOS HORMIGA



Existen innumerables **ejemplos** de este tipo de gastos, algunos de los cuales se enumeran a continuación;

- Dulces: chocolates, caramelos, chicles, golosinas, etc.
- Bebidas: café, refrescos, batidos, bebidas energéticas, alcohol.
- Productos de panadería: pasteles, tartas, bizcochos, brownies, magdalenas.
- Servicios de streaming: Disney+, Netflix, HBO Max, Amazon prime video.
- Ropa y complementos: zapatos, camisetas, gorras, blusas, vestidos, bisutería.
- Compras en aplicaciones móviles: compra de juegos, cambio a una suscripción de pago o pago de artículos dentro de una aplicación.
- Otros artículos: loterías o juegos, revistas, utensilios especiales, adornos, tabaco.

Es difícil cuantificar con exactitud la influencia del gasto hormiga, ya que dependerá de los hábitos y costumbres de cada individuo. Lo que sí es cierto es que cuando se realiza un estudio sobre las finanzas personales y se pretende reflejar estos gastos, suele sorprender el alto coste que representan en el conjunto de los gastos totales. En algunos casos pueden suponer más del 15% de los ingresos. Es evidente que este gasto podría destinarse a otras funciones más productivas para la salud de las finanzas personales, como el ahorro o la inversión.

Para evitar este tipo de gastos, es aconsejable elaborar listas de productos que realmente necesitamos y ceñirse a ellas. Un buen ejemplo sería añadir a la cesta de la compra ciertos productos de impulso como dulces, etc., ya que sería un ejemplo de “gastos hormiga”.

Para concluir este apartado, es importante mencionar que no debemos confundir las cosas, ya que todos tenemos derecho a darnos un capricho momentáneo de vez en cuando, pero también debemos estar atentos. Ceder a todos los deseos que podamos tener a lo largo del día puede ser perjudicial tanto para nuestras finanzas como para nuestra salud. En general, evitemos renunciar a algunas comodidades básicas y, al mismo tiempo, mantengamos el control de lo que gastamos.

Métodos y recursos sencillos

Afortunadamente, existen numerosas formas de ahorrar dinero, desde las clásicas hasta algunas relacionadas con las nuevas tecnologías.

- Aprovechar promociones y descuentos
El aumento de la inflación hace que las promociones y descuentos sean cada vez más atractivos para los consumidores. 3 de cada 5 españoles buscan promociones y descuentos



para ahorrar en su cesta de la compra. El 86% de los españoles encuestados afirma utilizar y canjear promociones de productos de gran consumo al menos una vez al mes.

Por sexos, las mujeres son más propensas a utilizar los programas de fidelización y descuentos que los hombres (37%). Además, su uso disminuye respecto a generaciones anteriores: cae al 45% de los boomers y al 11% de la generación z.

Se pueden aprovechar las ventajas de Internet. Es interesante verlo como un gran aliado a la hora de comprar, ya que es más fácil encontrar precios competitivos online. Las webs de ventas flash son una buena oportunidad para ahorrar. También hay webs de outlet y liquidaciones que son igualmente interesantes. Muchas marcas y grandes cadenas tienen su propio espacio online para este tipo de rebajas.

Del mismo modo, tanto para alimentación como para algunos servicios, los cupones de descuento son una buena forma de ahorrar dinero. Actualmente, se pueden encontrar muchos de forma gratuita en sitios como Chollometro, cupon.es, Oportunista, ePromos y Groupon.

Algunos periódicos como El Mundo, El País o ABC también tienen un espacio dedicado.

- Crear una cuenta de ahorro

Uno de los métodos más clásicos es abrir una cuenta de ahorro. Cuando el dinero que acumulas crece, es aconsejable ponerlo en una cuenta donde el dinero pueda ganar algún interés. Si no hay planes inmediatos de gastar esa cantidad, se puede contratar un depósito, que suele tener mejores tipos de interés que una cuenta de ahorro.

- Tener una hucha

La hucha es, sin duda, el método más sencillo y básico. Puede que sea un método antiguo, pero es eficaz, sobre todo para los jóvenes. Es cierto que el dinero recogido en la hucha no genera ningún ingreso, pero poner dinero en la hucha es un primer paso para adquirir el hábito de un buen ahorro. Un ejemplo sería meter el cambio, esas monedas que sobran después de hacer la compra.

- Método ALP

El método ALP es un método útil y eficaz, que significa "Aparta lo Primero". En cuanto se recibe el ingreso principal, se reserva una parte del dinero para el ahorro y se renuncia al resto durante todo el mes. Este recurso anima al cerebro a empezar a buscar soluciones para sobrevivir con lo que queda en la cuenta después de retirar esa cantidad.



Para hacerlo correctamente, es importante definir la cantidad que se va a dedicar al ahorro y atenerse a ella. Se requiere fuerza de voluntad.

- 50/30/20

Este método eficaz y sencillo trata de utilizar tus ingresos mensuales dividiéndolos de la siguiente manera en porcentajes:

- 50% para tus necesidades primarias
- 30% para gastos imprevistos o un capricho.
- 20% destinado al ahorro.

Cada vez más extendida, esta fórmula ayuda a llevar la cuenta de lo que se gasta mensualmente, sin que la contabilidad se vuelva compleja y tediosa. Y es que uno de los principios básicos de las finanzas es restar los gastos de los ingresos, y lo que resulta es ahorro.

En otras palabras: $\text{gastos} - \text{ingresos} = \text{ahorros}$

- Algunas Apps útiles

Es una buena idea hacer uso de las muchas apps que te ayudan a planificar tus ahorros a través del móvil. Estas apps te ayudan a gestionar tu dinero, y a ahorrar o controlar tus gastos. Si, por ejemplo, la sincronizas con tu banco, estas Apps llevan un control de tus ingresos y gastos y pueden realizar diferentes tareas como: organizar un presupuesto, analizar movimientos extraños, alertarte de facturas elevadas, etc.

Algunas de las aplicaciones de ahorro que mejor funcionan son:

- Fintonic
- Dinero Pro
- Spendee
- Arbor
- Wally
- Menta
- entre otros

Fuentes de materiales de autoaprendizaje

Aprender y adquirir conocimientos financieros es algo sobre lo que siempre podemos aprender más. Es un estudio para toda la vida, y aunque ayuda mucho contar con un asesor financiero, uno mismo puede, mediante el autoaprendizaje, aprender los conocimientos fundamentales y, en consecuencia, tener unas habilidades financieras sólidas y competentes.



Hoy en día existen numerosos recursos y materiales para el autoaprendizaje de la educación financiera. Si nos fijamos en la forma tradicional, existe una amplia bibliografía sobre el tema, pero en Internet hay numerosos sitios web, vídeos, tutoriales, podcasts, artículos, foros de los que podemos aprovecharnos en nuestro camino de autoaprendizaje.

Es importante destacar que en éste y en todos los procesos de aprendizaje, mientras se tenga la motivación para aprender, nunca faltarán opciones para lograrlo.

Libros

Saldar las cuentas: cómo controlar con éxito las finanzas familiares

Este libro, cuyo autor es Vicens Castellanos, explica cómo cambiar las actitudes que sueles tener para convertirlas en ventajas para tus finanzas. Explica, entre otras cosas, qué es lo realmente importante a la hora de organizar los gastos, cómo eliminar las deudas de forma eficiente o evitarlas.

Finanzas para dummies

Este libro es una gran ayuda para entender paso a paso la perfecta distribución de los ingresos y cómo evitar gastos innecesarios. Está escrito por Vicente Hernández Reche, profesor del departamento de Economía y Empresa de la Universidad Pompeu Fabra de Barcelona, experto en banca privada.

Podcasts

Los podcasts son un recurso muy útil, ya que ayudan a aprovechar los momentos en los que se realizan acciones mecánicas, mientras se organiza la habitación o la casa, se conduce o se viaja en transporte público.

Neurona financiera

Este podcast está producido por Rodrigo Álvarez. En cada episodio se desarrolla un tema específico; como el ahorro, fundamentos básicos de inversión, temas de hipotecas y préstamos, entre otros temas cotidianos.

Peras y manzanas

Este interesante podcast está a cargo de Valeria Moy, investigadora senior de Harvard Business School, líder internacional en finanzas, quien ha ocupado altos cargos en este sector. Aprenderás desde cero sobre el pago de servicios públicos o el valor temporal del dinero.



Youtube

Figuro

Gracias a este canal de YouTube podrás sacar el máximo partido a los conocimientos financieros cotidianos, desde la gestión de tus recursos hasta el uso de nuevas aplicaciones. También disponen de un espacio donde puedes encontrar respuestas a preguntas cotidianas, como el uso de las tarjetas de crédito y otras cuestiones.

Éxito financiero

Con Juan Sebastián Celis como guía, estos vídeos te enseñan cómo tratar con los bancos, invertir en tiempos de crisis, salir de deudas y consejos sobre qué compras no debes hacer a través de préstamos.



9. Módulo 4 Finanzas seguras en Internet

La mayoría de la gente realiza sus operaciones bancarias a través de Internet, paga sus cuotas y facturas por Internet y muchas personas utilizan las compras por Internet para adquirir lo que necesitan. Su identidad y sus cuentas en línea pueden hacer tanto que es crucial que las mantenga seguras y confidenciales.

Hay una serie de medidas que puede tomar para proteger su información financiera y asegurarse de que sus tarjetas y cuentas nunca acaben en las manos equivocadas. Dependiendo de cómo utilices Internet y del tipo de tarjetas y cuentas que gestiones, tendrás que hacer cosas distintas. Intenta hacer el mayor número posible de estas cosas para mantener la seguridad.

En este módulo descubrirás

1. Cómo utilizar de forma segura los productos financieros a través de Internet.
2. Cómo comprar en Internet de forma segura.
3. Trampas habituales de los estafadores en Internet y por teléfono.
4. Asegura tu smartphone u ordenador.

Efectos del aprendizaje para los participantes:

- Comprenden que en el mundo virtual hay que tener mucho cuidado y mantener el principio de confianza limitada.



- Pueden identificar delitos comunes a los que están expuestos en Internet y por teléfono
- Saben cómo mejorar la seguridad de sus finanzas en Internet.
- Saben dónde pedir ayuda si son víctimas de un delito de phishing en Internet.

9.1. Cómo utilizar con seguridad los productos financieros en Internet.

Los productos financieros son servicios que ofrecen las entidades financieras. Entre los productos financieros distinguimos: cuentas bancarias, depósitos, préstamos, seguros. En la actualidad, estos productos financieros habituales están a disposición del consumidor a través de Internet, lo que suele facilitar mucho el acceso a los mismos. Sobre todo, nos ahorra el tiempo que antes teníamos que emplear en ir al banco para, por ejemplo, hacer una transferencia o contratar un seguro.

Algo a tener en cuenta: El principio básico del uso de productos financieros es utilizar (ya sea en Internet o en el mundo real) sólo productos financieros que entendamos cómo funcionan, cuáles son las consecuencias de tener un determinado producto financiero.

La disponibilidad de productos financieros a través de Internet es una circunstancia muy positiva que merece la pena utilizar, ¡se lo recomendamos! Nos ahorra tiempo, además utilizando, por ejemplo, la banca electrónica en casa, estamos en nuestro entorno seguro, no actuamos bajo presión, no nos estresa la presencia de alguien como puede ocurrir en una sucursal bancaria.

Sin embargo, conviene darse cuenta de que si nuestro ordenador y nuestra conexión a Internet no están debidamente protegidos, es fácil que personas -fraudulentos que tendrán acceso a nuestros datos más sensibles- se encuentren allí, en el mundo virtual.

Si no tenemos un ordenador y una conexión debidamente protegidos, la situación es idéntica a la de dar acceso a un completo desconocido a nuestra cartera, DNI, o número PESEL (en Polonia) etc.

La banca electrónica, es decir, utilizar nuestra cuenta bancaria mediante un ordenador o a través de la aplicación del banco en el teléfono, es una forma muy cómoda de utilizar nuestra cuenta bancaria. Para acceder a la banca electrónica, podemos obtener el LOGIN y la primera contraseña de acceso en nuestro banco en persona o a través de la línea telefónica, que luego cambiamos por nuestra propia contraseña.



Le animamos a utilizar en la banca electrónica, en el Módulo 1 – presupuesto familiar y hablamos sobre la importancia del hábito de analizar con frecuencia su extracto bancario, la identificación de todas las transacciones que están allí y el seguimiento de los fondos disponibles en la cuenta o en subcuentas individuales si tenemos alguna.

Entramos en nuestra cuenta y tenemos acceso rápido al historial de transferencias y transacciones, retiradas de cajeros automáticos y comisiones bancarias, vemos exactamente cuánto nos cuesta la cuenta cada mes, vemos cuánto pagamos por sacar dinero en un cajero automático de un banco extranjero, gracias a lo cual podemos empezar a prestar más atención a este dinero que desaparece y tal vez pensar en cambiar la cuenta por otra más barata.

Explicación: Una tarjeta de pago es una tarjeta bancaria de plástico con una banda magnética o un chip en el que están escritos los datos, es decir, el nombre del cliente del banco y del titular de la tarjeta y la fecha de caducidad de la tarjeta. La tarjeta de pago ofrece al cliente la posibilidad de realizar transacciones no monetarias, es decir, efectuar pagos sin necesidad de llevar dinero en efectivo encima.

Para poder utilizar los productos financieros en Internet con tranquilidad y no sólo, debemos seguir las siguientes normas.

1. Nos aseguramos de que aparezca un distintivo de candado de seguridad al iniciar sesión.
– He aquí el gráfico apropiado: Un símbolo de candado en el navegador o una dirección de página que empiece por: <https://> – significa que la transmisión de datos está encriptada y es segura.

Al entrar en una página web, en la barra del buscador debería aparecer <https://>. Si en su lugar sólo aparece <http://>, el sitio no dispone de un certificado de seguridad SSL.

Actualmente, en la mayoría de los motores de búsqueda, tras entrar en un sitio sin SSL, el <http://> aparece tachado en rojo o aparece el mensaje correspondiente. En tal situación, no entramos en dicha página.

2. Proteger el nombre de usuario y la contraseña para la banca electrónica. Debemos proteger el login y la contraseña de extraños y no compartirlos con nadie. No inicie sesión en compañía de extraños que puedan ver su contraseña. Nunca y bajo ninguna circunstancia debemos compartir el nombre de usuario y la contraseña con nadie.



En general, deben ser datos recordados, no guardados. Si tenemos no recordar los datos de acceso, podemos guardarlos utilizando un cifrado cuya clave sólo conozcamos nosotros. Por ejemplo, si su inicio de sesión es 123456789, al principio agregue 00123456789 en sus notas.

3. Nuestra contraseña de banca electrónica debe ser compleja y difícil de adivinar, no utilice el nombre del lugar de nacimiento, el nombre del lugar de residencia o la calle en la que vivimos. Para fortalecer la contraseña, agreguemos una letra mayúscula, números y caracteres. Procuremos que la contraseña no coincida con la contraseña de nuestra cuenta de correo. Tampoco compartimos nunca su contraseña con nadie.
4. Recuerde, un representante del banco nunca debe pedirle por teléfono, correo electrónico o mensaje de texto que ingrese su nombre de usuario o contraseña. Si sucede algo así, deje que inmediatamente despierte sus sospechas de que una persona no autorizada se está comunicando con usted.
5. No respondemos a los correos electrónicos del banco enviados a nuestra dirección de correo electrónico, toda la información sobre el cambio de tarifa se puede encontrar en el panel de operaciones de la cuenta personal en línea.
6. No busque el sitio web del banco ingresando el nombre del banco en un motor de búsqueda, por ejemplo, Google. Hay virus y malware que pueden reemplazar el motor de búsqueda predeterminado y redirigir a un sitio web de un banco falso.
7. La situación es similar con el PIN de su cajero automático o tarjeta de crédito. Nunca comparta su tarjeta con nadie ni proporcione su PIN. Recuerda el PIN, si tienes que apuntarlo, utiliza un cifrado del que solo tú sepas la clave. Además, nunca guarde una tarjeta en su billetera junto con un PIN guardado, nunca. Puede guardar su PIN en su directorio telefónico como un número de teléfono para un amigo ficticio. Si tenemos una tarjeta en un banco cuyo nombre es Banco M ***, y nuestro PIN es 9012, podemos guardar en la lista de contactos, por ejemplo, Amada María tel. 22 33 9012. Por supuesto, este método no es ideal, y debemos recordar el método, pero le permitirá anotar el número de una manera relativamente segura.
9. Si la tarjeta es robada o bloqueada por un cajero automático, la tarjeta debe reservarse. Todas estas actividades deben realizarse lo antes posible, ya que hasta que no se notifique el extravío de la tarjeta, el cliente es responsable hasta una determinada cantidad (normalmente se especifica en el contrato), pero desde el momento de la notificación al banco, esta responsabilidad pasa al banco que emitió la tarjeta.



10. Utiliza la banca electrónica preferentemente solo desde tu computadora, en una red wifi que esté protegida por contraseña. Evite el uso de la banca electrónica desde computadoras en espacios públicos. Puede suceder que se haya instalado allí un software que intercepta los inicios de sesión y las contraseñas (el llamado spyware).
11. Nunca inicie sesión en su cuenta desde computadoras de acceso público, como cibercafés.
12. Si necesita iniciar sesión en su cuenta en un lugar público, hágalo desde su teléfono inteligente, utilizando una conexión a Internet a través de una red celular en lugar de Wi-Fi. Si está usando una computadora portátil, conéctese a Internet también a través de su teléfono inteligente, usándolo como un punto de acceso.
13. Asegúrese de que su programa antivirus esté actualizado y activo en su computadora.

Ahora tómese un tiempo y verifique si todas las contraseñas que usa para iniciar sesión en la banca en línea u otros servicios en línea son lo suficientemente seguras, no son repetitivas y se cambian con regularidad.

Piensa ahora cuándo fue la última vez que cambiaste la contraseña de tu banca en línea, si es segura, si cumple con los requisitos establecidos en los puntos anteriores, si no, cámbiala ahora.

9.2 Cómo comprar en línea de forma segura

La compra online es una gran facilitación a la hora de comprar los productos que necesitamos, por regla general allí encontraremos productos a un precio más bajo que en las papelerías. Al comprar en línea, tenemos tiempo para analizar una compra determinada, leer las opiniones de otros usuarios (también tengamos cuidado aquí, a veces las opiniones son falsas y solo tienen la intención de elogiar el producto).

Podemos comparar tranquilamente los precios de los productos en los motores de comparación de precios. Realmente vale la pena darse tiempo y hacer una compra con calma, prestar atención a las dimensiones de un producto determinado y no solo mirar una foto que puede estar tomada de tal manera que nos engañe.



Vale la pena usar el principio de VER EN LÍNEA, COMPRAR SIN CONEXIÓN si la búsqueda en Internet no es satisfactoria para usted.

Cuando usar este modelo de compra:

- Si se trata de un producto complicado sobre el que tiene poco conocimiento, por ejemplo, una cámara. Puedes buscar información en Internet y luego hablar en la tienda sobre el modelo que has preseleccionado.
- Quiere saber lo que otros clientes quieren saber sobre el producto antes de comprarlo.
- Quiere comparar los precios de los bienes. Asegúrese de agregar los costos de envío; a veces aumenta significativamente el costo de compra final.

Una vez que decidimos comprar un producto específico en Internet, vale la pena recordar las siguientes reglas.

1. Compruebe la credibilidad de la tienda en línea. De acuerdo con la ley, el sitio web de la tienda electrónica debe incluir: el nombre de la empresa, la dirección del domicilio social, correo electrónico, información sobre la autoridad que registró la actividad comercial.

Puede llamar a la tienda y asegurarse de que los datos proporcionados sean auténticos y que la tienda exista. Utilizando los registros disponibles en la web, también puede comprobar la credibilidad del operador económico de su elección:

2. Asegúrese de que el reglamento de compra esté disponible en el sitio web y léalo, defina las reglas sobre las que se realiza la compra, así como la política de devolución que se presenta allí. Recuerda que al realizar una compra online, tienes derecho a devolver la mercancía en un plazo de 14 días desde la recepción de la compra sin necesidad de justificación.
3. Si se registra en la tienda en línea (registrar su cuenta), recuerde utilizar una contraseña diferente a la que utiliza, por ejemplo, en la banca electrónica. Nunca se sabe si los piratas informáticos robarán las bases de datos de la tienda y adónde irán sus datos.

¡RECORDAD! La compra, es decir, la celebración del contrato se produce cuando se presenta **“PEDIDO CON OBLIGACIÓN DE PAGO”** O EQUIVALENTE, SI DESPUÉS DE ESTA ACCIÓN NO SE LIQUIDA EL PAGO, LA TIENDA PUEDE EXIGIRLE LA FINALIZACIÓN DE LAS COMPRAS Y EL PAGO.



Lo que te da una cuenta en una tienda online concreta:

- Realice un seguimiento de su pedido actual y acceda a su historial de pedidos.
- Acceso a los datos personales del cliente para su modificación y gestión, por ejemplo, añadir otra dirección de entrega.
- Beneficiarse de un programa de protección del comprador para mitigar el riesgo o proporcionar un reembolso por fondos perdidos, o ayudar a resolver un problema con el vendedor.
- No es necesario ingresar los datos de envío cada vez: una simplificación significativa para su próxima compra. El sistema rellenará todos los campos por nosotros, utilizando los datos introducidos por nosotros.
- La capacidad de administrar los beneficios de los programas de lealtad, recibir recompensas, cupones de descuento.
- Acceso a la configuración del boletín, por ejemplo, habilitar/deshabilitar esta opción, establecer temas interesantes o la frecuencia de envío.
- Algo a tener en cuenta: Si tiendes a impulsar la compra online porque viste algo en la newsletter, basta con darte de baja de las newsletters, ¡no estarás informado de la próxima oportunidad que se te escape!

¿Qué hace el vendedor después de recibir su pedido?

- Recibe el pedido y envía una confirmación de su aceptación (sms, e-mail).
- Recoge la mercancía en su almacén o encarga a sus proveedores para luego enviártela.
- Prepara los productos para el envío (asegura, empaca, dirige, ingresa el número de seguimiento en el sistema de seguimiento de paquetes).
- Si cambia de opinión y desea devolver o cambiar los productos, el vendedor está obligado a aceptar los productos en buen estado y reembolsar el precio dentro de los 14 días.
- Transmite información de que la mercancía ha sido enviada (sms, e-mail).
- Envía el paquete de acuerdo con el método de entrega elegido por usted (mensajería, correo polaco, máquina de paquetes, recogida personal).

¿Qué debe despertar nuestra vigilancia durante la compra?:

- Cuando el precio es muy bajo y la oferta de la tienda es mala o se presenta de forma poco profesional. Mejor desistir de la compra.
- Solicitar un PIN para la tarjeta. Nunca ingrese el PIN de su tarjeta en línea, por ejemplo, para confirmar una transacción de pago en línea.
- Sin Reglamento de Compra. Lea siempre las normas de la tienda antes de realizar una compra.
- Sin posibilidad de pagos del sistema. Utilice sistemas de pago probados (por ejemplo, PayU, PayPal, etc.).
- Pague las compras en línea utilizando siempre su propia computadora con un programa



antivirus actualizado y con la opción de recordar los datos ingresados en los formularios deshabilitada.

- Los sistemas de pago populares utilizados por muchas tiendas en línea cooperan con muchos bancos y tiendas, mediando en la transferencia de dinero entre ellos y al mismo tiempo garantizan la seguridad de estas transacciones.

Cuando recoges un paquete de un mensajero:

- Después de recibir el paquete, vale la pena abrirlo en presencia del servicio de mensajería para asegurarse de que su contenido sea consistente con el pedido y que los productos no estén dañados.
- Si nota que el paquete está dañado, siempre puede negarse a aceptarlo o escribir un protocolo con el servicio de mensajería.
- Esto es especialmente importante en el caso de productos sensibles a daños en el transporte, por ejemplo, vidrio, electrodomésticos o productos electrónicos, o cuando la forma en que está embalado le genera dudas.
- Si ha elegido el método de entrega de la lista de opciones ofrecidas por el vendedor, el vendedor es responsable de la mercancía hasta que el comprador la recoja, incluso si el daño en el envío es causado por culpa del transportista (por ejemplo, empresa de mensajería) encargada por el vendedor de la entrega.
- Un paquete no recogido del servicio de mensajería puede regresar al centro de distribución, que generalmente se encuentra en las afueras de las ciudades. Recoger su paquete puede ser una molestia.

9.3 Trampas comunes colocadas por estafadores en línea o por teléfono

Phishing: la pesca de recolección de computadoras es un método en el que un delincuente se hace pasar por otra persona o institución para obtener información confidencial (por ejemplo, credenciales de inicio de sesión, detalles de tarjetas de crédito) infectando la computadora con malware o persuadiendo a la víctima para que tome medidas específicas. Estos pueden ser correos electrónicos o mensajes de texto que provienen de direcciones que se parecen al correo electrónico de nuestro banco o mensajes de texto de números desconocidos sobre la necesidad de pagar más en la factura de energía, recargo por mensajería o multa impaga. Los piratas informáticos también pueden apoderarse del acceso a su computadora y llevar a cabo varios tipos de operaciones maliciosas. El usuario está amenazado, m.in. pérdida irrecuperable de archivos, funcionamiento inestable del sistema o bloqueo informático.



Los piratas informáticos se hacen pasar por instituciones de confianza, por ejemplo, la policía, los tribunales o la oficina de seguridad, mostrando un mensaje en la pantalla del monitor sobre la supuesta violación de la ley por parte del usuario. Prometen desbloquear la computadora después de pagar el rescate dentro de un período determinado. Vale la pena recordar que la policía y otras instituciones que operan legalmente nunca actúan de esta manera. Por lo tanto, no debe depositar dinero ni proporcionar ningún dato confidencial.

En un momento, también era popular hacerse pasar por empresas de servicios: telecomunicaciones o proveedores de energía. Un consultor que afirmaba ser nuestro anterior proveedor de servicios propuso celebrar un nuevo contrato con mejores condiciones; de hecho, los consumidores estaban celebrando nuevos contratos con un proveedor completamente diferente.

Algo a tener en cuenta: debemos denunciar cualquier situación de este tipo a la policía o utilizar el formulario para denunciar un incidente en el ciberespacio y, sobre todo, nunca hacer clic en enlaces de fuentes desconocidas para nosotros.

En Polonia el CERT (Equipo de Respuesta a Emergencias Informáticas) que opera en NASK es responsable de:

- registro y manejo de incidentes de seguridad,
- alertar a los usuarios sobre la ocurrencia de amenazas directas para ellos:

Ver:

<https://incydent.cert.pl/>

Hay sitios web donde podemos rastrear si nuestros datos personales no son utilizados por terceros.

¿Cómo protegerse de la extorsión?

- Pregunta con quién estás hablando
- Nunca dé su nombre hasta que esté seguro de con quién está hablando, de qué compañía es y cómo obtuvo su número de teléfono.
- Cuidado con los anuncios que ofrecen ganancias rápidas sin riesgo
- No abra correos electrónicos sospechosos con archivos adjuntos de personas desconocidas
- No dé sus datos por teléfono, especialmente a interlocutores desconocidos
- Asegúrese de que su método de pago en línea sea seguro: candado
- Verifique cuidadosamente la dirección del sitio web de la tienda o recaudador de fondos de caridad; si algo le parece sospechoso, no transfiera dinero.



- No se deje persuadir de comprar suplementos o dispositivos médicos «milagrosos»,
- Compruebe si los datos del vendedor están disponibles en su sitio web; si no están allí, no confíe en él
- Siempre debe tener tiempo para tomar una decisión: si alguien le dice que lo haga de inmediato porque la oportunidad no volverá a ocurrir, lo más probable es que quiera engañarlo.
- Si sospechas de fraude, denuncia el asunto a la policía llamando al 112.

9.4 Reglas para Internet, computadora y teléfono inteligente seguros

Si alguien recién está dando sus primeros pasos en Internet o ha estado usando Internet durante muchos años y es posible que ya haya perdido la vigilancia o no presta atención a las reglas de seguridad, a continuación, le presentamos las reglas a considerar:



1. Programa antivirus actualizado en su computadora

Si no tiene un programa antivirus actualizado en su computadora, es como si la puerta de su apartamento estuviera abierta de par en par todo el tiempo y no contara con que ningún extraño entraría. Muchos fabricantes ofrecen programas antivirus. Algunos de ellos ofrecen protección básica de forma gratuita. Solo se pagan las opciones más avanzadas. Se pueden instalar en varios dispositivos, es decir, computadoras, tabletas y teléfonos inteligentes.

2. No abra correos electrónicos de remitentes desconocidos

Un correo electrónico de un pariente lejano de Botswana es ciertamente un intento de fraude, en ninguna circunstancia haga clic en los archivos adjuntos de los correos electrónicos, es mejor tirar dicho correo electrónico a la basura sin abrirlo. Desafortunadamente, la información sobre la gran victoria no es cierta.

3. No haga clic en los anuncios que aparecen en el navegador

No, no ganó un teléfono inteligente por 4000 euros solo porque visitó un sitio web. No haga clic en este anuncio. La infección con virus, spyware y otros programas maliciosos también puede ocurrir como resultado de hacer clic en un anuncio. Por lo tanto, vale la pena ignorar este tipo de ventanas emergentes y escanear el sistema con un programa antivirus lo antes posible si hizo clic en él.



4. Recuerde actualizar su software regularmente

Actualiza el programa operativo de tu computadora regularmente. Gracias a las actualizaciones, es posible eliminar las vulnerabilidades de seguridad de forma continua.

5. Cree contraseñas difíciles de adivinar

Evite contraseñas como: admin, administración, 1234567. No cree contraseñas que incluyan los nombres y cumpleaños de los miembros de su familia.

6. Siempre desconéctese del servicio donde trabajó.

Esto es extremadamente importante. Especialmente si comparte una computadora con otras personas, tenga esto en cuenta.

7. Usa un cortafuegos

Firewall es una combinación de proteger su computadora y su red del acceso no autorizado. La función principal de un firewall es monitorear el tráfico de la red y registrar los eventos más importantes.

8. Use solo sitios web con un certificado SSL: un símbolo de candado.

La certificación SSL es un tipo universal de seguridad, diseñado para admitir diferentes tipos de sitios web. Funciona cifrando nuestros datos. Esto significa que nuestros datos están específicamente enmascarados de una posible interceptación en la web. Por eso es tan importante utilizar páginas con el símbolo de un candado.

9. Descarga archivos y programas solo de fuentes confiables

Una de las razones más comunes para la infección de malware es la descarga de archivos de sitios que operan ilegalmente. Use solo fuentes de descarga legítimas.

10. Usa diferentes direcciones de correo electrónico

Cree un correo electrónico que sea solo para compras o reservas en línea. No haga esto desde tu cuenta principal, ya que corre el riesgo de apoderarte de datos confidenciales.

11. No vaya a sitios sospechosos y sensibilice a los niños para que no lo hagan.





10. Módulo 5 Derechos del consumidor

Se entiende por derechos de los consumidores el conjunto de normas y leyes cuyo objetivo principal es garantizar la defensa de cualquier tipo de consumidor frente a situaciones en las que no se respete su facultad o condición de consumidor. Estos derechos deberían proteger contra el incumplimiento por parte de vendedores y proveedores de productos o servicios.

En este módulo descubrirás:

1. Derechos del consumidor y educación financiera,
2. Tienes razón mientras compras
3. Leer, antes de firmar enfoque
4. Reglas de seguridad del producto

Efectos de aprendizaje para los participantes:

- Entienden que el uso inteligente de los derechos del consumidor tiene un impacto positivo en su presupuesto
- Saben desistir de un contrato celebrado por Internet o fuera del local comercial del vendedor
- Están familiarizados con las reglas de seguridad del producto.

10.1 Derechos del consumidor y educación financiera

Un consumidor es una persona física que realiza una transacción legal con un empresario que no está directamente relacionado con su negocio o actividad profesional, por ejemplo, si el Sr. Sánchez le compra una computadora portátil a su esposa, él es un consumidor; sin embargo, no lo será si compra el mismo equipo para la empresa (como empresario) y la esposa lo usará ocasionalmente.

Reconocerse como consumidor tiene una gran importancia legal, ya que tener este estatus muchas veces determina qué regulaciones se aplicarán para evaluar toda la transacción. Cabe señalar que, en muchos casos, la situación jurídica del consumidor se ve reforzada de antemano por la legislación.

En España, concretamente, con la promulgación de la Constitución de 1978, la protección de los consumidores y usuarios es un principio básico que obliga al Estado a garantizar



a sus ciudadanos sus derechos y libertades en este ámbito. El artículo 51 establece que las autoridades públicas están obligadas a:

- Garantizar la defensa de los consumidores y usuarios.
- Proteger su seguridad, salud e intereses económicos.
- Promover la información y educación de los consumidores y usuarios.
- Fomentar las organizaciones de consumidores y usuarios y escucharlas en los asuntos que puedan afectar a los consumidores y usuarios.

Esta disposición constitucional se desarrolla en el Real Decreto Legislativo 1/2007, por el que se aprueba el texto refundido de la Ley General para la Defensa de los Consumidores y Usuarios y otras leyes complementarias (BOE núm. 287, de 30 de noviembre).

Historia

Traducción del discurso de JFK (Introducción):

“Los consumidores, por definición, somos todos nosotros. Son el grupo más grande en la economía, afectando y siendo afectados por prácticamente todas las decisiones económicas públicas y privadas. Dos tercios del gasto total en la economía proviene de los consumidores. Pero ellos son el único grupo importante en la economía que no está efectivamente organizado, cuya opinión a menudo se ignora”.

El Día Mundial de los Derechos del Consumidor se celebra todos los años el 15 de marzo. Este día sirve como un día para promover los derechos fundamentales de todos los consumidores y para exigir que estos derechos sean respetados y protegidos, así como para denunciar los abusos del mercado y las injusticias sociales en este ámbito.

Este día conmemora la fecha del 15 de marzo de 1962, cuando el presidente de los Estados Unidos, John F. Kennedy, firmó una declaración de cuatro puntos sobre los derechos fundamentales del consumidor. Esta declaración fue adoptada por muchos países y por las Naciones Unidas (en sus Directrices para la Protección del Consumidor de 1985, ganando así reconocimiento y legitimidad internacional). Establece que todos los ciudadanos, independientemente de sus ingresos u origen social, tienen ciertos derechos fundamentales como consumidores. Con esta aprobación y aval por parte de varios países y la ONU, se evidencia el reconocimiento y defensa de los derechos del consumidor como un importante indicador del progreso social y económico de un país.

Estos cuatro derechos iniciales se ampliaron posteriormente a ocho y son los siguientes;

- Derechos a productos y servicios seguros
- Derecho a ser informado



- derecho a elegir
- derecho a ser escuchado
- Derecho a la satisfacción de las necesidades básicas
- Derecho a ser indemnizado
- Derecho a la educación
- Derecho a un medio ambiente sano

Al comprar bienes o servicios en cualquier lugar de la Unión Europea, todo consumidor tiene los mismos derechos en los siguientes aspectos:

- Información contractual: antes de comprar bienes o servicios en la UE, el vendedor debe proporcionarle información clara, correcta y comprensible.
 - Dicha información contractual debe incluir:
 - Las principales características del producto.
 - Precio total incluyendo impuestos y recargos
 - Los gastos de envío, en su caso, y cualquier otro coste adicional
 - Las condiciones de pago, entrega o ejecución
 - La identidad del vendedor, su dirección y un número de teléfono.
 - La duración del contrato en su caso.

Para las ventas en línea, telefónicas, por catálogo y puerta a puerta, también se debe proporcionar la siguiente información antes de la compra:

- Dirección de correo electrónico del vendedor
- Restricciones de envío por país
- Su derecho a cancelar el pedido dentro de los 14 días: el derecho a cambiar la decisión
- Servicios posventa disponibles
- Mecanismos de solución de controversias
- Número de Registro Mercantil del vendedor
- Título profesional, el número de identificación del IVA del vendedor
- Colegio Profesional al que pertenece el vendedor

No debe pagar gastos de envío ni ningún otro recargo del que no haya sido informado con anterioridad y los contratos deben redactarse de forma sencilla y comprensible y no deben incluir cláusulas abusivas.

- Precios y forma de pago: La información sobre el precio total, incluidos todos los impuestos y recargos, debe indicarse claramente. Al realizar compras en línea, se debe hacer constar expresamente que es consciente de que está realizando un pedido y que está obligado a pagar.



Al realizar un pago en línea de más de 30 EUR, se debe utilizar una combinación de al menos dos elementos de autenticación:

Ya sea su propio teléfono móvil o lector de tarjetas, un código PIN o contraseña o huella digital.

Ningún comerciante, dentro de la UE, puede cobrarle más por usar una tarjeta de crédito o débito. Las únicas excepciones son las tarjetas American Express/Diners Club o de empresa/corporativa, ya que estas se facturan a la empresa y no a particulares.

Tenga en cuenta que, si paga en una moneda distinta al euro, el banco emisor puede cobrarle una tarifa de conversión de moneda si usa la tarjeta en otro país de la UE.

Siempre tendrás que dar tu consentimiento para cualquier pago adicional indicado por el vendedor, como envío urgente, envoltorio para regalo, seguro de viaje, etc.

Cuando compras como particular dentro de la UE, solo tienes que pagar el IVA una vez, en el país donde compras los productos.

Cuando compra en línea en otro país de la UE para la entrega en su país de residencia, las reglas especiales pueden cambiar. En estos casos se aplicará el IVA del país de entrega de la mercancía, el IVA del país de destino.

Para productos como el tabaco o las bebidas alcohólicas en otro país de la UE, el precio incluirá el impuesto especial independientemente de la cantidad aunque se trate de un regalo.

Comprobar que el vendedor ha pagado el impuesto especial antes de realizar la compra. Si el vendedor no ha pagado el impuesto especial, las mercancías pueden ser confiscadas por la aduana a su llegada o pueden obligar al comprador a pagar este impuesto especial.

- Costos de envío: estos costos deben estar claramente especificados, así como otros costos relacionados. El vendedor puede cobrar un precio diferente por la entrega a otro país de la UE, y este precio debe estar justificado. Siempre antes de comprar un producto, el vendedor deberá informarte sobre las opciones de envío y su coste y deberás dar tu consentimiento explícito.



El vendedor será responsable de cualquier daño causado a los productos desde el momento en que se envían hasta que los recibe. Si, al recibir un pedido, descubre que los productos están defectuosos o funcionan mal, tiene derecho a solicitar una reparación o sustitución o, si esto no es posible, una reducción del precio o un reembolso. Siempre tiene una garantía mínima gratuita de dos años, independientemente de cómo haya comprado los productos: en una tienda, en línea, por teléfono o por correo.

Asimismo, si no recibe la mercancía en el plazo de 30 días o en el plazo pactado, deberá comunicárselo al vendedor y concederle un plazo adicional razonable para la entrega. Si al final de este período aún no le han entregado los bienes, tiene derecho a rescindir el contrato o recibir un reembolso lo antes posible.

- **Garantías y devoluciones:** deberás reparar o cambiar, hacer un descuento o reembolsar el importe pagado cuando hayas comprado un producto defectuoso, que no funcione o que no se corresponda con lo anunciado. Del mismo modo, si ha adquirido el producto o servicio online o fuera de un establecimiento comercial, también tiene derecho a reclamar y devolver el pedido en un plazo de 14 días por cualquier motivo y sin justificación alguna.

Advertencias sobre prejuicios comunes

Es importante saber que, aunque no se registre como un uso indebido de las prácticas comerciales, el consumidor tiene derecho a reclamar, queja y retribución, sustitución o reparación si el producto o servicio no cumple con las condiciones que se habían establecido en el gremio comercial.

Ejemplos de estos son: promociones que no se cumplen, precios que no son reales, productos que no son visibles en anuncios o folletos, productos defectuosos o de segunda línea, reparaciones que no se hacen o no se hacen, etc.

Para hacer una denuncia correctamente, además de hacerse de forma oral, también se debe hacer por escrito y se deben presentar documentos y recibos que acrediten el papel de cada una de las partes involucradas. También se debe registrar el motivo de la insatisfacción con el producto o servicio.

Uno de los principales problemas que enfrentan los consumidores es que en ocasiones no cuentan con la documentación de la transacción, una factura.



Otro problema suele ser la letra pequeña de los contratos. Aquí, a menudo se menciona que la empresa no es responsable de ciertos problemas y se exime de responsabilidad. Es por eso que siempre debes tener mucho cuidado y leer todo.

Todas estas denuncias pueden interponerse ante la entidad de que se trate y ante las entidades autónomas de defensa del consumidor, con órganos que atiendan estos temas y que dependan del estado nacional, municipal o provincial. Cuando el caso es más grave, se puede acudir directamente a los tribunales.

10.2 Tienes derecho mientras compras

Comprar en línea en Europa hoy en día es una de las formas más rápidas y económicas de comprar en línea, pero cuando surgen problemas, los consumidores a menudo sienten que se quedan solos con sus dispositivos electrónicos. Con el mundo digital que cambia rápidamente, las nuevas normas de la UE tienen como objetivo proteger mejor a los consumidores.

La proporción de compras realizadas en línea aumenta cada año. Con este aumento, el cibercrimen también ha aumentado.

Un buen consejo para comprar de forma segura es utilizar una conexión a Internet o Wifi fiable. Las redes en bares, centros comerciales o tiendas, si bien son convenientes y fáciles de conectar, a menudo no son seguras. Los paquetes de información transmitidos a través de conexiones públicas pueden ser fácilmente capturados por piratas informáticos o ciberdelincuentes. Por ello, te recomendamos que si vas a realizar transacciones donde se transfiera información personal importante, busques siempre una red segura.

Otro buen consejo es mantener tu computadora actualizada y protegida con un buen antivirus, ya que las compras en línea son uno de los procesos en los que más información personal y peligrosa compartimos. Además, después de realizar compras en línea, es recomendable verificar que todos los cargos en su cuenta sean conocidos y controlados. Siempre que algo parezca sospechoso, lo mejor es ponerse en contacto con su banco antes de ser víctima de un robo de identidad.

El robo de identidad



Es todo delito en el que alguien se apodera de datos personales con la intención de cometer fraude. Abarca muchos tipos de información personal, desde robar dinero hasta usar los datos para recibir tratamiento médico o solicitar un crédito.

Los ladrones de identidad siempre están buscando a los objetivos más vulnerables. Por eso es tan importante blindarse lo más posible y prevenir el robo de identidad haciendo algunos pequeños cambios en su estilo de vida digital.

- Cree contraseñas seguras. Esto es crucial. Si un ladrón obtiene una de sus contraseñas, solo podrá acceder a esa cuenta en particular.
- Utilice la autenticación de dos factores. Habilite la autenticación de dos factores (2FA) cuando pueda. No es infalible, pero hace que sea mucho más difícil descifrar una cuenta.
- Bloquee tu teléfono. Si pierde su teléfono, un bloqueo de contraseña, PIN o huella digital evitará que los ladrones lo usen, pero piénselo bien antes de activar el reconocimiento facial, ya que cualquiera podría desbloquear su teléfono apuntándolo hacia usted.
- Comparte lo menos posible en las redes sociales. Al reducir la información que comparte en línea, los ladrones de identidad no sabrán tanto sobre usted.
- Mantén tu crédito congelado hasta que lo necesites. Descongela el crédito cuando necesites un préstamo y congélalo en cuanto hayas finalizado los trámites.
- Usa una VPN. Cifre su tráfico de Internet con una VPN para evitar que un hacker codicioso secuestre sus datos mientras navega. Esto es doblemente importante cuando se utiliza una red Wi-Fi pública.
- Aprenda a reconocer los ataques de phishing y pharming. Mire cuidadosamente los correos electrónicos y los sitios web antes de hacer cualquier cosa, como ingresar información personal, descargar archivos o hacer clic en enlaces.

Las estafas de compras en línea son las estafas más frecuentes en general: representaron el 37% de las denuncias presentadas en 2021 en España y tres de cada cuatro víctimas informaron alguna pérdida de dinero.

Estas estafas generalmente comienzan con un sitio web falso, una aplicación móvil o un anuncio en redes sociales populares (como Facebook o Instagram). Algunas de estas tiendas son inventadas desde cero, otras imitan a empresas conocidas, con logotipos y eslóganes familiares y una URL que se confunde fácilmente con la real.

Algunas señales a tener en cuenta para detectar un posible fraude son las siguientes:

- Precios de ganga. La empresa de seguridad de Internet Norton dice que debe estar en guardia si los descuentos superan el 55%.



- Diseño de sitio web de mala calidad o mal escrito. Los minoristas reales son muy cuidadosos con la forma en que se presentan en Internet.
- Opciones de contacto limitadas o sospechosas: por ejemplo, solo tienen un formulario de contacto para completar, o el correo electrónico de atención al cliente es una cuenta de Yahoo! o Gmail, no una cuenta corporativa.
- URL con palabras o caracteres extraños (la mayoría de las tiendas usan solo el nombre de su marca en las direcciones web) o dominios inusuales (por ejemplo, ganga, .app o un dominio extranjero en lugar de .com o .net).
- Sitios que requieren que descargue software o ingrese información personal para acceder a cupones o códigos de descuento.
- Vendedores que exigen el pago mediante transferencia bancaria, giro postal o tarjeta de regalo. Son estafadores.

Para protegerlo de estafas:

- Use sitios confiables, en lugar de comprar con un motor de búsqueda. Los estafadores pueden jugar con los resultados de búsqueda para engañarlo.
- Compare precios antes de comprar. Verifique los precios de varios minoristas para determinar si una oferta que ha visto realmente es demasiado buena para ser verdad.
- Investigue productos o marcas desconocidas. Busque el nombre con términos como “estafa” o “queja” y busque reseñas.
- Verifique que los números de teléfono y las direcciones en los sitios de la tienda sean auténticos, para que pueda comunicarse con el vendedor en caso de problemas.
- Lea atentamente las políticas de entrega, cambio, reembolso y privacidad. Si son ambiguas o inexistentes, vaya a otra parte.
- Mire dos veces las URL y los nombres de las aplicaciones. Las letras faltantes o transpuestas son una estafa, pero son fáciles de pasar por alto.
- Pagar con tarjeta de crédito. La responsabilidad por cargos fraudulentos en su tarjeta generalmente se limita a 50 € y algunos emisores ofrecen una protección de compra del 100%. Pagar con tarjeta de débito no ofrece tales garantías.
- No pague por transferencia bancaria, giro postal o tarjeta de regalo. Los vendedores que exigen este tipo de pagos son estafadores y, a diferencia de las tarjetas de crédito o los servicios de pago electrónicos acreditados, hay pocos recursos para recuperar su dinero.
- No asuma que un sitio web minorista es seguro porque está encriptado. Muchos sitios fraudulentos utilizan el cifrado “https://” delante de la URL para dar una falsa sensación de seguridad. Utilice otros medios para confirmar si un sitio es legítimo.
- No proporcione más información de la que necesita un minorista. Eso es solo su información de facturación y dirección de envío.



- No use sitios que requieran que descargue software o ingrese información personal para acceder a cupones o códigos de descuento.

Lea y comprenda antes de firmar

La firma de contratos es una tarea común, aunque no fácil. Cada servicio, préstamo u oferta que utilizamos se basa en un contrato, y la mayoría de ellos son extensos y están escritos en un lenguaje complicado específico de la industria que puede ser difícil de entender. Desafortunadamente, muy a menudo los contratos se nos muestran justo antes de firmarlos, cuando no tengo tiempo para leerlos con calma o consultar con alguien cercano o un especialista. Los vendedores deshonestos aplican presión de tiempo y nos hacen tomar una decisión aquí y ahora, de lo contrario perderemos una oportunidad, promoción u otras condiciones de venta atractivas.

Además, los contratos suelen estar escritos en letra pequeña, lo que nos desalienta aún más a leerlos con atención. Sin embargo, vale la pena recordar que firmar el documento sin leerlo detenidamente y, lo más importante, comprenderlo, ¡nos puede costar muy caro! Al firmar un contrato, asumimos alguna obligación, generalmente financiera y adicionalmente a largo plazo, por lo que siempre debemos aplicar la misma regla: no firmo hasta que entiendo completamente todo el contrato, todos los derechos y obligaciones que son asociado con la firma de un documento determinado.

¡Nunca firme documentos apresuradamente, especialmente sucumbiendo a la presión del vendedor que promete «montañas doradas»! Si este es el caso, podemos estar seguros de que alguien está tratando de engañarnos con el pretexto de una promoción o una oportunidad. En tal situación, es mejor renunciar a firmar el contrato, porque en la mayoría de los casos las condiciones promocionales también estarán disponibles en los días siguientes.

Si nosotros mismos no entendemos el contenido del contrato, lo mejor es presentárselo a una persona de confianza o consultar con un asesor, por ejemplo, en la Oficina de Atención al Ciudadano o en el Defensor del Consumidor Municipal (Poviat)

Reglas de hierro para la firma de contratos:

- Asegúrese de familiarizarse con el contenido del contrato, si el contenido es incomprensible, comuníquese con un familiar, un abogado con asistencia legal gratuita o paga o una organización de consumidores para aclarar las disposiciones que generan incertidumbre.
- Nunca firmamos un contrato del que no hayamos recibido una copia antes



- No actuemos bajo la presión del tiempo
- Si nos comprometemos por varios años, dediquemos el tiempo suficiente para saber qué sucederá, por ejemplo, cuando queramos rescindir el contrato antes de su finalización.
- Si acordó los términos del contrato por teléfono, verifique si los términos del contrato son consistentes con los acordados por teléfono.
- Siempre solicite su copia del acuerdo y todos los archivos adjuntos
- Tenga especial cuidado si la persona que propone la celebración del contrato evita dar el nombre del empresario, detalles de la oferta o le obliga a firmar el contrato rápidamente
- No confíe solo en nuestra palabra, al contrario: compruebe y exija todo por escrito.
- Asegúrese de obtener una copia de cada documento con su firma
- Coloque sus iniciales en cada página de los documentos que firme.

10.4 Seguridad del producto

Los productos que se comercializan en el mercado europeo deben cumplir con la legislación armonizada de la UE o la legislación técnica nacional o los requisitos generales de seguridad. Esto es para garantizar la seguridad de uso para los consumidores.

La legislación de la UE cubre disposiciones no solo para productos recién fabricados, sino también para productos de segunda mano importados de un tercer país cuando se comercializan por primera vez en el mercado de la UE, con la excepción de los bienes que requieren reparación o reacondicionamiento antes de su uso, siempre que el proveedor claramente informa al destinatario de ello, así como de las antigüedades.

Sin embargo, antes de llegar a las normas de seguridad de los productos, averigüemos cuándo se considera que un producto se comercializa, es decir, cuándo es el momento en que se pueden hacer cumplir las normas.

¿Qué significa que el producto ha sido puesto en el mercado?

Se considera que un producto está puesto en el mercado cuando se pone a disposición en el mercado, para su distribución, consumo o uso como resultado de una actividad comercial.

¿Cuándo se puede considerar que un producto no ha sido puesto en el mercado?



Se considera que no ha tenido lugar la comercialización si el producto:

- fue creado solo para uso personal,
- fue comprado por consumidores para uso personal en terceros países durante su presencia física en ese país,
- ha sido transferido del fabricante en un tercer país a un empresario que opera en el mercado europeo, con el fin de garantizar la conformidad del producto con la legislación de armonización de la Unión,
- el producto ha sido importado de un tercer país y está almacenado en un depósito fiscal o depósito de almacenamiento temporal,
- se produce en el mercado europeo con la intención de ser exportado a un tercer país (sin comercializar en la Unión), o el producto está en tránsito,
- haya sido importado para prueba o validación de unidades prefabricadas, cuando puedan considerarse como aún en la fase de producción,
- se presenta o utiliza en condiciones controladas, por ejemplo, espectáculos de demostración en ferias, en el almacén del fabricante o en otras condiciones durante la fase de presentación del producto,
- se encuentra en el almacén del fabricante o importador (representante autorizado) y aún no ha sido puesto a disposición en el mercado, para su distribución, consumo, uso o actividad comercial.

Reglas de evaluación de la conformidad

Las normas que rigen la seguridad de las mercancías en la Unión Europea se dividen en 2 categorías:

1. Reglamentos armonizados – reglamentos legales comunes a todo el mercado europeo, es decir, en directivas y reglamentos.
2. Normativas no armonizadas – las que están reguladas por normas técnicas nacionales (supervisadas y controladas por la Comisión Europea, pero que siguen siendo competencia de un determinado país) o normas generales relativas a la seguridad de los productos.

Área Armonizada

La armonización de la normativa se produce de dos formas:

- o Enfoque antiguo: asume especificaciones técnicas específicas que deben cumplir determinadas categorías de productos.
- o Nuevo enfoque: no asume una especificación técnica específica, pero establece estándares, los llamados requisitos esenciales.



En el ámbito armonizado, la legislación y las normas a cumplir son estrictamente sectoriales. En algunos sectores, la legislación contiene requisitos detallados para los productos que deben cumplirse, y en algunos sectores, la legislación de la UE solo establece requisitos básicos de salud, seguridad y medio ambiente. En este caso, sin embargo, no indica soluciones técnicas detalladas. Por lo tanto, el fabricante es libre de elegir cómo garantizar el cumplimiento de los requisitos. En el área armonizada, las normas se definen en directivas separadas para cada categoría de productos.

La mayoría de las directivas de Nuevo Enfoque estipulan que el producto debe tener la marca CE (Conformité Européenne). Este marcado significa que el fabricante declara que el producto ha sido sometido a una evaluación de la conformidad y que el resultado de esta evaluación es positivo, es decir, que el producto cumple los requisitos esenciales. El marcado CE no se puede colocar en productos para los que no existen normas armonizadas.



11. Programa del taller

11.1 Para los formadores

Además de garantizar que el material didáctico y la teoría impartida durante el taller sean óptimos, en la práctica es igualmente importante dar directrices claras a los formadores.

A continuación, se describen los objetivos del taller, las actividades propuestas, en qué consisten y qué deben hacer los formadores para dirigir un taller con éxito.

La mayoría de los ejercicios se pueden utilizar también durante las consultas individuales con los clientes – personas en riesgo de exclusión social.

Habilidades del formador

- Tener una buena capacidad de planificación, organización y gestión.
- Tener una muy buena capacidad de comunicación, saber hablar de temas tabú.
- Expresar sus habilidades en el uso de métodos, técnicas y recursos didácticos.
- Desarrollar un espíritu de análisis, para clasificar ideas y estructurarlas.
- Demostrar una correcta expresión oral: actitud sencilla, clara, precisa y convincente.



Actitud

- Actitud de escucha de los demás, tolerancia y disfrute de las relaciones humanas.
- Carácter estable, autocontrol, firmeza, amabilidad y confianza en sí mismo, respeto.
- Experiencia de trabajo en grupo y creatividad.
- Adaptabilidad, flexibilidad.

11.2 Objetivos de la formación

Los principales objetivos que se pretenden alcanzar con las actividades propuestas son los siguientes

- Desarrollar el trabajo en equipo y fomentar la toma de decisiones.
- Crear una reflexión sobre el propio consumo y hábitos.
- Fomentar el espíritu crítico.
- Fomentar la creatividad de los participantes en la realización de las actividades.
- Presentar casos reales de la economía familiar de los participantes.
- Aprender el arte de la negociación.
- Observar y cuestionar las creencias más básicas sobre nuestra realidad financiera.
- Prestar atención a los pensamientos y emociones durante el juego de rol. Detectar los bloqueos que se puedan tener en la vida real derivados de los mismos.
- Fomentar metas concretas y personales y favorecer su realización en la vida real.

11.3 Módulo 1. Presupuesto doméstico

Objetivos del taller:

1. Concienciar a los participantes sobre la gestión eficaz de las finanzas personales a través de la elaboración de presupuestos.
2. Definir las fuentes de ingresos y gastos en el presupuesto familiar o individual del hogar.
3. Desglose de los gastos en categorías necesarias para gestionar un presupuesto doméstico, especialmente con recursos limitados.
4. Presentación de diversas formas de llevar un presupuesto doméstico, estableciendo objetivos financieros realistas.
5. Sensibilización de los participantes sobre la importancia de los hábitos y comportamientos en la gestión del dinero.



Duración: 180 minutos

Métodos de trabajo: presentación, debate, trabajo en grupo, trabajo individual, ejercicios, tormenta de ideas, estudio de casos, película, rompehielos, etc.

Materiales y herramientas necesarios

- Rotafolios
- Pantalla, proyector
- Ejercicios impresos
- Hojas en blanco, cuadernos y bolígrafos para los participantes

Escenario del taller

Duración y método de trabajo	Propósito de esta parte del taller	Descripción	Materiales y herramientas necesitadas para llevar a cabo la actividad
40 min. Presentación debate	Bienvenida, integración de los participantes, introducción al tema	Preséntate brevemente y de forma que los participantes sepan que eres la persona adecuada para dirigir el taller. Puedes dar algún detalle que te relacione con el grupo (lugar de nacimiento, crianza, lugar de residencia de los abuelos/padres). Agradece a los participantes su asistencia, valora que dediquen su tiempo a mejorar sus conocimientos y habilidades. Presente a los participantes la educación financiera en general y el tema de este taller: el endeudamiento inteligente. Anime a los participantes a participar activamente en el taller y enumere las ventajas de la gestión del dinero, especialmente en una situación de recursos limitados.	Orden del día del taller escrito en el rotafolio.
30 min. Trabajar en pequeños grupos y debate	Mayor conciencia de cómo nuestras creencias influyen en nuestra forma de pensar y actuar.	Siga las instrucciones del Ejercicio M1.1 Discuta los resultados del ejercicio con los participantes.	Copias impresas o electrónicas del Ejercicio M1.1
30 min: Trabajo individual y debate	Conocer las categorías del presupuesto doméstico.	Siga las instrucciones del Ejercicio M1.2 Discute los resultados del ejercicio con los participantes.	Copias impresas o electrónicas de Ejercicio M1.2



40 min: Trabajo individual y debate	Mayor concienciación sobre la comprobación periódica de los extractos bancarios.	Siga las instrucciones del Ejercicio M1.3 Discuta los resultados del ejercicio con los participantes.	Copias impresas o electrónicas de Ejercicio M1.3
30 min: Trabajo en parejas y debate	Presentación de los gastos estacionales	Siga las instrucciones del Ejercicio M1.4 Discute los resultados del ejercicio con los participantes.	Copias impresas o electrónicas de Ejercicio M1.4
40 min.: debate	Resumen del taller	<p>Pida a los participantes que indiquen lo más importante que recordarán del taller, pídale también que indiquen lo que pondrán en práctica en la vida.</p> <p>Resume el contenido sustantivo indicando los temas más importantes: presupuesto familiar, categorías de ingresos y gastos, métodos para llevar un presupuesto familiar.</p> <p>Pídeles que rellenen el cuestionario de evaluación indicando qué otros temas del ámbito de la educación financiera serían de interés para los participantes.</p> <p>Como deberes para casa, pide a los participantes que hablen con al menos dos personas, por ejemplo, un vecino, un pariente, y les transmitan los conocimientos del taller.</p> <p>Agradezca la participación activa en el taller y délo por concluido.</p> <p>¿Qué hábito o cambio te gustaría introducir en tu vida, teniendo en cuenta la información que acabas de aprender?</p>	

Ejercicio M1.1: El poder de los hábitos de finanzas personales.

Lee la historia: “Cortar las puntas del jamón”

Una niña estaba viendo a su madre hornear un jamón para una reunión familiar y se dio cuenta de que su madre le cortaba las puntas antes de meterlo en el horno.

“Mamá, ¿por qué cortas las puntas antes de hornear el jamón?”, le preguntó.

“Creo que ayuda a absorber los jugos mientras se hornea. Pero no estoy segura. Tu abuela siempre lo hacía así, así que yo siempre lo he cortado. ¿Por qué no llamas a la abuela y le preguntas?”.

Así que la niña llamó a su abuela y le preguntó: “Abuela, mamá está haciendo un jamón y le ha cortado las puntas antes de meterlo en el horno. Me ha dicho que probablemente sea



para que absorba el jugo, pero no estaba segura. Dijo que tú lo sabrías porque aprendió a cocinar contigo”.

“Es verdad. Corto los extremos del jamón antes de hornearlo. Pero tampoco sé muy bien por qué. Aprendí a cocinar de mi madre. Deberías preguntarle a ella”.

Así que la inquisitiva niña llamó a su bisabuela y le preguntó: “Bisabuela, mamá y la abuela dicen que aprendieron a cocinar jamón viéndote a ti. ¿Le cortas las puntas al jamón para que absorba los jugos?”.

La bisabuela se rió. “Oh, no cariño. Es que nunca tuve una cacerola lo bastante grande para que cupiera un jamón entero, así que siempre tenía que cortar los extremos para que cupiera”.

La historia procede del libro “Rich or poor – just different mentally” – T. Harv Eker, que recomendamos como material adicional para leer como parte de nuestro curso.

Después de leer la historia del jamón, contesta a las preguntas y anota las respuestas:

1. ¿Qué opinas de la historia que has leído?
2. ¿Qué comportamiento sobre la gestión del presupuesto doméstico repites después de tus padres?
3. ¿Qué tipo de actividades financieras realizas habitualmente, sin pensar?
4. ¿Qué piensas cambiar en tus finanzas después de leer la historia?

Ejercicio M1.2: Hoja de trabajo de seguimiento de los gastos mensuales.

El objetivo del ejercicio es desarrollar el hábito de registrar los gastos y aprender a dividirlos en categorías, que luego se incluirán en el presupuesto doméstico. Anota todos tus gastos e inventa los nombres de las categorías a las que pertenecen. Continúa con este ejercicio después de un taller durante un mes. Al cabo de un mes, tendrás lista una lista de tus categorías para el presupuesto doméstico.



Fecha	Compra	Coste	Categoría	Necesidad o Deseo
Importe				

Formulario de seguimiento de gastos mensuales basado en el libro “CATCH FIRE: How to Ignite Your Own Economy” escrito por Douglas Scott Nelson, que recomendamos como material adicional para leer como parte de nuestro curso.

Gastos TOTALES en cosas DISTINTAS de la comida y el alojamiento	
Gasto TOTAL en alimentación necesaria y vivienda	

Ejercicio M1.3: Análisis de un extracto bancario.

El ejercicio puede resumirse así: “Mira tu extracto bancario y sabrás adónde va tu dinero”. En el mundo de la educación financiera también hay un dicho: “Tus extractos bancarios reunidos en un libro muestran la historia de tu vida financiera y por qué estás donde estás”.

El objetivo del ejercicio es desarrollar el hábito de consultar regularmente el extracto bancario, aumentar el nivel de orientación en los precios de los productos y aprender a determinar si una compra determinada era una necesidad real o sólo un deseo temporal.

Pide a los participantes que se conecten a su aplicación bancaria, si no la utilizan, pídeles que se conecten a su banca en casa. Analiza los extractos bancarios de los últimos seis meses, ponlos sobre la mesa y empieza a mirarlos detenidamente, analizando tus compras. Prepara dos bolígrafos: verde y rojo.



Encierra en un círculo verde las compras que fueron necesarias y útiles.

Con un bolígrafo rojo, rodea las compras que fueron compulsivas y resultaron innecesarias o de las que podrías prescindir sin perder la sensación de confort en la vida.

Si no tienes compras marcadas en rojo, ¡bravo!, ¡sólo haces compras conscientes! ¡Siga así!

Si por casualidad encierras productos en un círculo rojo, piensa en qué provocó el impulso de compra en ese momento e intenta evitarlo la próxima vez. Haz también un resumen de todas las “compras en rojo”. ¿Qué te parece el importe obtenido? ¿En qué más puedes gastar dentro de tu presupuesto?

Ejercicio M1.4 Gastos estacionales del hogar

El objetivo del ejercicio es preparar una lista de los gastos estacionales del hogar.

En la tabla siguiente, introduce los gastos estacionales que corresponden a tu hogar en un mes determinado, dicha lista te permitirá planificar con antelación los gastos estacionales. Utilice la lista al crear un presupuesto doméstico y planifique los gastos estacionales gracias a ella.

Ejemplos de gastos estacionales: ropa de invierno/primavera/verano/otoño, viajes escolares, cumpleaños, fiestas religiosas, vacaciones familiares, combustible.

ESTACIONALIDAD DE LOS GASTOS	
MES	GASTOS
Enero	
Febrero	
Marzo	
Abril	
Mayo	
Junio	
Julio	
Agosto	
Septiembre	
Octubre	
Noviembre	
Diciembre	



11.4 Módulo 2: Préstamo inteligente

Objetivos:

1. Presentación de las cuestiones básicas relacionadas con el préstamo razonable de dinero y las situaciones en las que puede y no puede justificarse el préstamo.
2. Familiarizar a los participantes con las diferencias entre un crédito y un préstamo.
3. Presentación de los riesgos de un endeudamiento excesivo.
4. Concienciar a los participantes sobre las estrategias de recuperación de deudas.

Duración: 180 minutos

Métodos de trabajo: presentación, debate, trabajo en grupo, trabajo individual, ejercicios, tormenta de ideas, estudio de casos, película, rompehielos, etc.

Materiales y herramientas necesarios

- Rotafolios
- Pantalla, proyector
- Ejercicios impresos
- Hojas en blanco, cuadernos y bolígrafos para los participantes.

Escenario del taller

Duración y método de trabajo	Propósito de esta parte del taller	Descripción	Materiales y herramientas necesarias para llevar a cabo la actividad
40 min. Presentación debate	Bienvenida, integración de los participantes, introducción al tema	<p>Preséntate brevemente y de forma que los participantes sepan que eres la persona adecuada para dirigir el taller.</p> <p>Puedes dar algún detalle que te relacione con el grupo (lugar de nacimiento, crianza, lugar de residencia de los abuelos/padres).</p> <p>Agradece a los participantes su asistencia, valora que dediquen su tiempo a mejorar sus conocimientos y habilidades.</p> <p>Presente a los participantes la educación financiera en general y el tema de este taller: el endeudamiento inteligente.</p> <p>Anime a los participantes a participar activamente en el taller y enumere las ventajas de la gestión del dinero, especialmente en una situación de recursos limitados.</p>	Orden del día del taller escrito en el rotafolio.



30 min. Trabajar en pequeños grupos y debate	Mayor concienciación sobre las deudas buenas y malas	Siga las instrucciones del Ejercicio M2.1 Discute los resultados del ejercicio con los participantes.	Copias impresas o electrónicas del Ejercicio M2.1
30 min: Trabajo individual y debate	Aprender sobre el problema del endeudamiento excesivo	Siga las instrucciones del Ejercicio M2.2 Discute los resultados del ejercicio con los participantes.	Copias impresas o electrónicas de Ejercicio M2.2
40 min: Trabajo individual y debate	Aprender a calcular la ratio de endeudamiento. Aumento de la concienciación sobre el peligro del bucle de endeudamiento.	Siga las instrucciones del Ejercicio M2.3 Discute los resultados del ejercicio con los participantes.	Copias impresas o electrónicas de Ejercicio M2.3
40 min.: debate	Resumen del taller	Pida a los participantes que indiquen lo más importante que recordarán del taller, pídale también que indiquen lo que pondrán en práctica en la vida. Resuma el contenido sustantivo indicando los temas más importantes: presupuesto familiar, categorías de ingresos y gastos, métodos para llevar un presupuesto familiar. Pídeles que rellenen el cuestionario de evaluación indicando qué otros temas del ámbito de la educación financiera serían de interés para los participantes. Como deberes para casa, pide a los participantes que hablen con al menos dos personas, por ejemplo, un vecino, un pariente, y les transmitan los conocimientos del taller. Agradezca la participación activa en el taller y délo por concluido. ¿Qué hábito o cambio te gustaría introducir en tu vida, teniendo en cuenta la información que acabas de aprender?	

Ejercicio M2.1

Analiza la siguiente lista de situaciones en las que las personas pueden pedir dinero prestado. ¿Cuáles de ellas son legítimas y cuáles no? Pide a los participantes que escriban cuál es una deuda buena o una deuda de cama. Discutan en grupos y presenten los resultados.

- Piso/casa/apartamento
- Crear tu propia empresa
- Educación de los hijos
- Renovación del hogar
- Calentar la casa



- Nueva instalación eléctrica
- Sustitución del horno por uno nuevo
- Vacaciones de Navidad
- Regalo de graduación para la nieta
- Un coche nuevo
- Inversiones en plata
- Equipo de sonido para el coche
- Una imagen que te ha gustado mucho de un amigo
- Acciones
- Juegos de azar
- Una inversión propuesta por un amigo recién conocido
- Vacaciones en el extranjero
- Tratamiento médico
- Devolución de un préstamo
- Equipamiento deportivo
- Aparato de cocina mágico (15 funciones en 1)
- Ropa de cama en la presentación
- Viaje de fin de semana a las montañas

Ejercicio M2.2: Cuando las compras compulsivas se convierten en motivo de sobreendeudamiento.

Pida a los participantes que escriban las respuestas a las preguntas siguientes utilizando los términos propuestos:

- Rara vez
- Ocasionalmente
- Frecuentemente
- Muy a menudo
- Siempre
- Nunca.

Pregunte a los participantes qué les parecen las preguntas, deje que los participantes decidan si quieren hablar sobre sus respuestas o dejar que sean ellos quienes las evalúen.

1. ¿Con qué frecuencia siente la necesidad de ir de compras, aunque no necesite nada y no tenga dinero para gastar en el mes en cuestión?
2. ¿Con qué frecuencia vas de compras, en lugar de socializar con amigos o familiares?
3. ¿Con qué frecuencia se siente arrepentido, culpable o enfadado después de una sesión de compras?



4. ¿Con qué frecuencia vuelve de compras escondiendo lo que ha comprado para evitar discusiones?
5. ¿Con qué frecuencia miente a su familia o amigos para minimizar el alcance de su hábito de compra?
6. Con qué frecuencia pide dinero prestado para hacer compras o utiliza tarjetas de crédito para llenarlas durante las sesiones de compras?
7. ¿Con qué frecuencia te encuentras comprando más tiempo del que habías planeado?
8. ¿Con qué frecuencia se queja su familia de que gasta demasiado dinero o tiempo comprando?
9. ¿Con qué frecuencia va de compras para escapar de problemas, relaciones problemáticas o soledad?
10. ¿Con qué frecuencia va de compras para aliviar el estrés, la depresión o el aburrimiento?
11. ¿Con qué frecuencia tiene dificultades para dormir debido a pensamientos recurrentes sobre qué comprar al día siguiente?
12. ¿Con qué frecuencia va de compras hasta gastarse el último euro?
13. ¿Con qué frecuencia tiene discusiones familiares relacionadas con sus hábitos de compra?
14. ¿Con qué frecuencia has robado para financiar tus hábitos de compra?
15. ¿Con qué frecuencia se ha sentido muy deprimido y avergonzado después de una sesión de compras?
16. ¿Cuántas veces has comprado cosas que no necesitabas y luego te has sentido culpable?
17. ¿Con qué frecuencia te deprimas y te preocupas por tus hábitos de compra?
18. ¿Con qué frecuencia has utilizado el dinero de los gastos familiares para hacer compras?
19. ¿Con qué frecuencia has oído decir a los demás que desconfían de ti por tus hábitos de compra?
20. ¿Con qué frecuencia intentas dejar de ir de compras y nunca lo consigues?

Ejercicio M2.3: Aprenda a calcular el coeficiente de endeudamiento actual.

Pida a los participantes que trabajen en parejas o individualmente (por razones de discreción) y pídale que calculen:

- Sus ingresos mensuales totales. Al hacerlo, incluirán todas las fuentes de ingresos.
- Sus gastos mensuales y las deudas periódicas que pagan.
- Su nivel de endeudamiento.



Evaluación:

Tras el cálculo del ratio de endeudamiento:

- Los participantes debatirán el concepto y su importancia en un diálogo abierto.
- Se realizará una lluvia de ideas para evaluar qué gastos y deudas pueden eliminarse o, al menos, reducirse.
- Se fijarán objetivos para salir del curso con un plan de mejora.

11.5 Módulo 3 Ahorro

Objetivos:

1. Presentación de las cuestiones básicas relacionadas con el ahorro.
2. Familiarización de los participantes con las herramientas financieras para el ahorro.
3. Presentación de los aspectos psicológicos del ahorro.
4. Sensibilizar a los participantes sobre las formas de ahorrar.

Duración: 180 minutos

Métodos de trabajo: presentación, debate, trabajo en grupo, trabajo individual, ejercicios, tormenta de ideas, estudio de casos, película, rompehielos, etc.

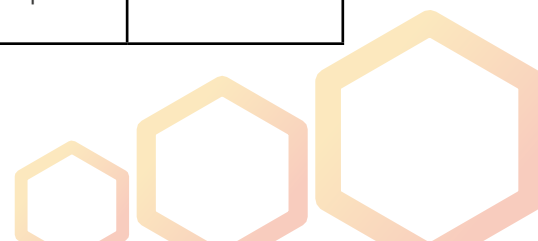
Materiales y herramientas necesarios

- Rotafolios
- Pantalla, proyector
- Ejercicios impresos
- Hojas en blanco, cuadernos y bolígrafos para los participantes



Escenario del taller

Duración y método de trabajo	Propósito de esta parte del taller	Descripción	Materiales y herramientas necesitadas para llevar a cabo la actividad
40 min. Presentación y debate	Bienvenida, integración de los participantes, introducción al tema.	<p>Preséntate brevemente y de forma que los participantes sepan que eres la persona adecuada para dirigir el taller.</p> <p>Puedes dar algún detalle que te relacione con el grupo (lugar de nacimiento, crianza, lugar de residencia de los abuelos/padres).</p> <p>Agradece a los participantes su asistencia, valora que dediquen su tiempo a mejorar sus conocimientos y habilidades.</p> <p>Presente a los participantes la educación financiera en general y el tema de este taller: el ahorro.</p> <p>Anime a los participantes a participar activamente en el taller y enumere las ventajas de la gestión del dinero, especialmente en una situación de recursos limitados.</p>	Orden del día del taller escrito en el rotafolio.
30 min: Trabajo en pequeños grupos y debate	Mayor concienciación sobre las conductas de ahorro.	<p>Siga las instrucciones del Ejercicio M3.2</p> <p>Discuta los resultados del ejercicio con los participantes.</p>	Copias impresas o electrónicas del Ejercicio M3.1
30 min. Trabajo individual y debate	Conocer las formas de ahorrar en distintos tipos de gastos.	<p>Siga las instrucciones del Ejercicio M3.2</p> <p>Discuta los resultados del ejercicio con los participantes.</p>	Copias impresas o electrónicas del Ejercicio M3.
40 min: Trabajo individual y debate	Aprender sobre razones para ahorrar	<p>Siga las instrucciones del Ejercicio M3.3</p> <p>Discuta los resultados del ejercicio con los participantes.</p>	Copias impresas o electrónicas del Ejercicio M3.3
40 min: Debate	Resumen del taller	<p>Pida a los participantes que indiquen lo más importante que recordarán del taller, pídeles también que indiquen lo que pondrán en práctica en la vida.</p> <p>Resuma el contenido sustantivo indicando los temas más importantes: presupuesto familiar, categorías de ingresos y gastos, métodos para llevar un presupuesto familiar.</p> <p>Pídeles que rellenen el cuestionario de evaluación indicando qué otros temas del ámbito de la educación financiera serían de interés para los participantes.</p> <p>Como deberes para casa, pide a los participantes que hablen con al menos dos personas, por ejemplo, un vecino, un pariente, y les transmitan los conocimientos del taller.</p> <p>Agradezca la participación activa en el taller y délo por concluido. ¿Qué hábito o cambio te gustaría introducir en tu vida, teniendo en cuenta la información que acabas de aprender?</p>	



Ejercicio M3.1: Las hormigas se comen el pastel

En esta actividad, el objetivo es elaborar un cartel en el que se indiquen cuáles son las “hormigas”, es decir, los gastos de hormiga, que van mermando nuestro dinero a lo largo del mes. Inicialmente, esta actividad está pensada para realizarla en grupo, aunque también se puede hacer individualmente.

Se pedirá a los participantes que indiquen en su cartel los siguientes temas:

- Producto o actividad
- Input-Contexto
- Grado de dificultad para eliminarlo
- Finalidad

Ejercicio M3.2: Conocer mi factura de electricidad

Se necesitará al menos un ordenador y un proyector para visualizar las facturas.

Se puede crear una ilustración didáctica con Canva, explicando los conceptos clave. También se necesitarán algunas facturas de electricidad reales, preferiblemente de varias compañías diferentes. Se pedirá a los participantes que traigan sus facturas de electricidad de casa, si lo desean, para que la actividad sea lo más real posible.

Consejos para ahorrar en la factura de la luz:

Al principio, ahorrar energía puede parecer complicado, pero con el tiempo verás que sólo es cuestión de ponerlo en práctica. Queremos fomentar el ahorro energético a través de una serie de consejos:

- Desenchufa todo lo que puedas
Entender cómo ahorrar energía en casa con consejos empieza por evitar todas las cosas que haces mal a diario, como dejar siempre enchufados algunos aparatos o elementos. Siempre hay un mínimo de energía que se pierde mientras el cable está enchufado a la toma (consumo fantasma).
- Optimizar la potencia contratada
Está demostrado que en España un gran número de usuarios tiene contratada una potencia eléctrica superior a la óptima para sus necesidades.



Lavar con agua más fría. Calentar el agua implica necesariamente un consumo eléctrico para elevar la temperatura. Lavando con agua más fría, eliminas directamente este gasto energético, sin cambiar el resultado para tu ropa.

- **Optimiza el uso de los electrodomésticos**
Los electrodomésticos actuales disponen de programas específicos para ahorrar energía durante su funcionamiento.
- **Utiliza los electrodomésticos con prudencia**
Uno de los principales consejos para ahorrar energía en casa es utilizar los electrodomésticos de forma inteligente. Opta por los programas ECO y utilízalos en las horas valle de tu tarifa de discriminación horaria.
- **Apaga las luces**
Parece un consejo muy obvio, pero en casa siempre tenemos encendidas más luces de las que necesitamos, lo que puede suponer el 20% del consumo eléctrico de un hogar.
- **Sustituye las bombillas tradicionales por LED**
Puede que no hayas pensado en sustituir las bombillas como una idea para ahorrar electricidad en casa. Sin embargo, las bombillas LED son una gran alternativa para ahorrar energía y dinero.
- **Ajuste sus gastos de calefacción.**
Otra forma de ahorrar energía en casa es ajustar los gastos de calefacción, algo que consume mucha energía durante el invierno.
- **Evite tapar los radiadores.**
El radiador irradia calor, que calienta el aire y calienta la casa. Si tapas los radiadores, necesitarán generar más calor para calentar la casa y gastarás más en calefacción.
- **Utiliza alfombras y cortinas**
El calor y el frío se transmiten a través de las ventanas y el suelo, por lo que utilizar alfombras y cortinas será eficaz para eliminar los puntos fríos. Sorprendentemente, este consejo puede ahorrarte un 20% en la factura de la luz.
- **No caliente la casa cuando esté vacía**
A todos nos gusta llegar a casa con una buena temperatura, pero ten cuidado de no gastar demasiado. La recomendación es poner la calefacción 20 minutos antes de llegar.



- No tomes duchas largas
A todos nos gusta ducharnos media hora, pero si quieres ahorrar cientos de euros al año, empieza a reducir el tiempo.

Ejercicio M3.3

Un presupuesto es decirle a tu dinero adónde tiene que ir, en lugar de preguntarte adónde ha ido”. John Maxwell lo dijo primero y lo dijo mejor. Si quieres tomar el control de tu dinero, sólo hay una respuesta: Haz un presupuesto y empieza a ahorrar.

¿Puedes enumerar 5 razones por las que deberías intentar minimizar el gasto y maximizar el ahorro?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

11.5 Módulo 4 Finanzas seguras en Internet

Objetivos

1. Presentación de las formas de utilizar con seguridad los productos financieros en Internet
2. Proporcionar formas prácticas de proteger los datos personales y las contraseñas en Internet
3. Presentación de las trampas típicas que tienden los estafadores en Internet o por teléfono
4. Familiarizar a los participantes con los principios básicos de la compra segura en línea

Duración: 180 minutos

Métodos de trabajo: presentación, debate, trabajo en grupo, trabajo individual, ejercicios, tormenta de ideas, estudio de casos, película, rompehielos, etc.



Materiales y herramientas necesarios

- Rotafolios
- Pantalla, proyector
- Ejercicios impresos
- Hojas en blanco, cuadernos y bolígrafos para los participantes

Escenario del taller

Duración y método de trabajo	Propósito de esta parte del taller	Descripción	Materiales y herramientas necesitadas para llevar a cabo la actividad
40 min. Presentación y debate	Bienvenida, integración de los participantes, introducción al tema.	<p>Preséntate brevemente y de forma que los participantes sepan que eres la persona adecuada para dirigir el taller. Puedes dar algún detalle que te relacione con el grupo (lugar de nacimiento, crianza, lugar de residencia de los abuelos/padres).</p> <p>Agradece a los participantes su asistencia, valora que dediquen su tiempo a mejorar sus conocimientos y habilidades. Presente a los participantes la educación financiera en general y el tema de este taller: el ahorro.</p> <p>Anime a los participantes a participar activamente en el taller y enumere las ventajas de la gestión del dinero, especialmente en una situación de recursos limitados.</p>	Orden del día del taller escrito en el rotafolio.
30 min: Trabajo en pequeños grupos y debate	Mayor concienciación sobre las formas seguras de utilizar productos financieros en Internet.	<p>Siga las instrucciones del Ejercicio M4.1</p> <p>Discuta los resultados del ejercicio con los participantes.</p>	Copias impresas o electrónicas del Ejercicio M4.1
30 min. Trabajo individual y debate	Conocer las formas seguras de comprar en Internet.	<p>Siga las instrucciones del Ejercicio M4.2</p> <p>Discuta los resultados del ejercicio con los participantes.</p>	Copias impresas o electrónicas del Ejercicio M4.2
40 min: Trabajo individual y debate	Mayor concienciación sobre las normas de uso seguro de Internet	<p>Siga las instrucciones del Ejercicio M4.3</p> <p>Discuta los resultados del ejercicio con los participantes.</p>	Copias impresas o electrónicas del Ejercicio M4.3



40 min: Debate	Resumen del taller	<p>Pida a los participantes que indiquen lo más importante que recordarán del taller, pídeles también que indiquen lo que pondrán en práctica en la vida.</p> <p>Resuma el contenido sustantivo indicando los temas más importantes: presupuesto familiar, categorías de ingresos y gastos, métodos para llevar un presupuesto familiar.</p> <p>Pídeles que rellenen el cuestionario de evaluación indicando qué otros temas del ámbito de la educación financiera serían de interés para los participantes.</p> <p>Como deberes para casa, pide a los participantes que hablen con al menos dos personas, por ejemplo, un vecino, un pariente, y les transmitan los conocimientos del taller.</p> <p>Agradezca la participación activa en el taller y délo por concluido. ¿Qué hábito o cambio te gustaría introducir en tu vida, teniendo en cuenta la información que acabas de aprender?</p>	
-------------------	--------------------	--	--

Ejercicio M4.1

Invite a los participantes al debate. Pide a los participantes que piensen si utilizan la banca electrónica de forma segura, si cambian sus contraseñas con regularidad y si sus contraseñas son lo suficientemente seguras. Impida que compartan información sobre sus contraseñas en el foro del grupo. Pídeles que cambien la contraseña en casa por una lo suficientemente segura.

Ejercicio M4.2

Divida a los participantes en equipos de dos. La tarea de cada pareja es realizar compras por Internet; buscar la mejor oferta, leer las normas de compra, comprobar la credibilidad del vendedor y las opiniones sobre la tienda. Indique a cada equipo el producto que desea buscar; por ejemplo, calzado deportivo, mesa de cocina, olla de cocción lenta, cama elástica de jardín, mochila. Termine el ejercicio cuando los participantes hayan llegado al punto "yo pido".

Ejercicio M4.3

Pida a los participantes que especifiquen la vía para denunciar un intento de phishing. ¿Dónde puedo denunciar una violación en Internet?



11.6 Módulo 5 Derechos del consumidor

Objetivos

1. Presentación de los conceptos básicos relacionados con los derechos de los consumidores
2. Familiarizar a los participantes con los plazos y métodos de rescisión de un contrato a distancia
3. Presentar a los participantes las formas de reclamar sobre bienes y servicios
4. Concienciar a los participantes sobre la celebración y firma de contratos

Duración: 180 minutos

Métodos de trabajo: presentación, debate, trabajo en grupo, trabajo individual, ejercicios, tormenta de ideas, estudio de casos, película, rompehielos, etc.

Materiales y herramientas necesarios

- Rotafolios
- Pantalla, proyector
- Ejercicios impresos
- Hojas en blanco, cuadernos y bolígrafos para los participantes

Escenario del taller

Duración y método de trabajo	Propósito de esta parte del taller	Descripción	Materiales y herramientas necesitadas para llevar a cabo la actividad
40 min. Presentación y debate	Bienvenida, integración de los participantes, introducción al tema.	Preséntate brevemente y de forma que los participantes sepan que eres la persona adecuada para dirigir el taller. Puedes dar algún detalle que te relacione con el grupo (lugar de nacimiento, crianza, lugar de residencia de los abuelos/padres). Agradece a los participantes su asistencia, valora que dediquen su tiempo a mejorar sus conocimientos y habilidades. Presente a los participantes la educación financiera en general y el tema de este taller: el ahorro. Anime a los participantes a participar activamente en el taller y enumere las ventajas de la gestión del dinero, especialmente en una situación de recursos limitados.	Orden del día del taller escrito en el rotafolio.
30 min: Trabajo en pequeños grupos y debate	Mayor concienciación sobre los derechos de los consumidores.	Siga las instrucciones del Ejercicio M5.1 Discuta los resultados del ejercicio con los participantes.	Copias impresas o electrónicas del Ejercicio M5.1



30 min. Trabajo individual y debate	Conocer las diferencias entre garantía y reclamación.	Siga las instrucciones del Ejercicio M5.2 Discuta los resultados del ejercicio con los participantes.	Copias impresas o electrónicas del Ejercicio M5.2
40 min: Trabajo individual y debate	Conocer las instituciones que apoyan a los consumidores.	Siga las instrucciones del Ejercicio M5.3 Discuta los resultados del ejercicio con los participantes.	Copias impresas o electrónicas del Ejercicio M5.3
40 min: Debate	Resumen del taller	Pida a los participantes que indiquen lo más importante que recordarán del taller, pídeles también que indiquen lo que pondrán en práctica en la vida. Resuma el contenido sustantivo indicando los temas más importantes: presupuesto familiar, categorías de ingresos y gastos, métodos para llevar un presupuesto familiar. Pídeles que rellenen el cuestionario de evaluación indicando qué otros temas del ámbito de la educación financiera serían de interés para los participantes. Como deberes para casa, pide a los participantes que hablen con al menos dos personas, por ejemplo, un vecino, un pariente, y les transmitan los conocimientos del taller. Agradezca la participación activa en el taller y délo por concluido. ¿Qué hábito o cambio te gustaría introducir en tu vida, teniendo en cuenta la información que acabas de aprender?	

Ejercicio M5.1

Discute las siguientes preguntas con el grupo.

- 1.Cuál es el plazo de reclamación de un producto por incumplimiento del contrato
- 2.¿Cuál es el plazo de desistimiento de un contrato a distancia?
3. He detectado un defecto en mi producto. ¿De cuánto tiempo dispongo a partir de este momento para presentar una reclamación?
4. ¿De cuánto tiempo dispone la empresa para informarme de si la reclamación se considerará positiva o negativamente?
5. ¿Cuál es la diferencia entre una garantía del fabricante y una reclamación por no conformidad con el contrato?
6. ¿Quién me ayudará en los litigios por reclamaciones?
7. ¿Qué instituciones de Polonia protegen y apoyan al consumidor?
8. ¿Es posible presentar una reclamación sin recibo? Pon ejemplos.



Ejercicio M5.2

Pida a los participantes que realicen el ejercicio que se describe a continuación.

La tarea consiste en:

- elaboración de un plan (una lista de acciones realizadas en el orden correcto)
- el procedimiento de reclamación del vendedor en la situación presentada,
- escenificación de una conversación entre el cliente que presenta la reclamación y el vendedor (¡recuerda utilizar la técnica de responder a las alegaciones!),
- rellenar el formulario de reclamación.

Descripción de la situación

Una cliente de una zapatería anuncia un par de zapatos que compró hace un mes. La cliente está muy nerviosa porque, a pesar del precio relativamente alto de los zapatos – 220 EUR, tienen un acabado interior defectuoso, las plantillas son incómodas, irritan el pie y hacen que las medias se rompan en los talones.

La cliente es una persona de unos 50 años, emocional, para la que este gasto era importante, subraya.

Ella, en el momento de presentar la queja, expresó su decepción en cuanto a la calidad del calzado y la ira causada por ello el hecho de que la compra de los zapatos de tacón se hizo para una ocasión especial y la necesidad de devolver los zapatos a la pericia del tasador, esperando hasta dos semanas para una respuesta y posible solución queja es completamente inaceptable para ella.

Para realizar el ejercicio, deberá

1. invitar a un colega a colaborar en la realización del ejercicio
2. leer el material de formación
3. organizar un puesto de trabajo común para realizar el ejercicio
4. seguir las instrucciones contenidas en el ejercicio
5. elaborar un algoritmo del procedimiento del vendedor relativo a la aceptación de la notificación reclamación
6. escenificar, junto con un amigo, una conversación de reclamación entre el vendedor y el cliente
7. rellenar el formulario de reclamación
8. presentar el ejercicio completado ante la clase



Ejercicio M5.3 Instituciones de apoyo a los derechos del consumidor

Pregunte a los participantes si saben dónde pueden obtener asesoramiento jurídico y de consumo gratuito en su zona.

Pida a los participantes que averigüen dónde se encuentra el Defensor del Consumidor municipal de su ciudad o distrito.





12. Materiales Educativos Adicionales, Bibliografía

Libros

Hernandez, V. Finanzas personales para Dummies (2017). Publisher: Para Dummies.

Jones, N. Curso de finanzas personales: Educación financiera para no financieros: Educación financiera para no financieros (2020). Publisher Azul Océano.

Kiyosaki, Robert T. Padre rico, padre pobre. (2021). Publisher Editorial Aguilar

Graham, B. El inversor inteligente. (2007). Publisher Deusto.

Clason, G. El hombre más rico de Babilonia. (2016). Publisher Createspace Independent Pub

William D. El millonario de la puerta de al lado, (2015). Publisher Obelisco

Ramsey, D. La transformación total de su dinero: un plan efectivo para alcanzar bienestar económico (2008) Grupo Nelson

Sitos web

<https://www.finanzasparatodos.es>

<https://finanzasparamortales.es>

<https://aepfinancieros.org>

<https://aprendizfinanciero.com/comienza-aqui/>

<https://www.bbva.es/finanzas-vistazo/ef.html>

<https://www.cnmv.es/portal/Publicaciones/PlanEducCNMV.aspx>

