



Así se ahorra un sueldo al año sin privarse de nada. Diez cambios que no exigen fuerza de voluntad, pero que en conjunto suman un pico muy importante para la economía doméstica

Hay herramientas de análisis de 'escucha online' (suena a peli de espías, sí), que detectan de qué habla la gente en redes sociales e Internet. Pues bien, según datos de Brandwatch, una de estas plataformas, las menciones al coste de la vida son muy negativas de unos meses a esta parte. Revelan la tristeza y la ira de los ciudadanos, que acuden en masa a Internet en busca de información y consejos para ahorrar. «Bajar la calefacción y ducharse menos se han convertido en algunos de los temas de conversación más populares», resume Jesús Olivar, director de Análisis y Conocimientos de Wavemaker, agencia que indaga en las tendencias de mercado. «Y casi la mitad de los individuos piensa que hay que reducir los niveles de consumo», sentencia a modo de conclusión. Y eso que estamos ahora mismo en una época poco

SOLANGE
VÁZQUEZ





ILUSTRACIÓN ÁLEX ROZADOS

UN GRAN 'COLADERO'

Los 'supercafeteros'

La cuenta tradicional de ahorro en cosas diarias era la del tabaco (reducir en dos pitillos el consumo son unos 180 euros de ahorro al año), pero, afortunadamente, cada vez fuma menos gente y, ahora mismo, el 'coladero' diario de dinero ha cambiado y para muchos son los cafés fuera de casa, que cuestan una media de 1,47 euros. Tomar uno al día supone un gasto anual de 536 euros. Pero prescindir de él, si es el único, sí es un sacrificio para muchos. Lo que quizá no sea tan duro es reducir su número si somos de los que tomamos tres, cuatro o incluso cinco al día (en el bar, claro). Además, los médicos no recomiendan pasar de dos o tres. Hay estudios que dicen que el 20% de las personas 'cafeteras' son carne de bar o cafetería y que toman una media de cinco diarios. Pues bien, solo quitando uno ya son más de 500 euros de ahorro; dos, 1.000...

añade Massimo Fernelli, profesor de la Deusto Business School. Tal y como explica, ya solo quedan 10.000 millones del remanente que habíamos ahorrado durante la era covid. ¿Qué pasará cuando agotemos ese colchón (que, ojo, muchos no tienen ya o nunca han tenido)? Pues que habrá que reajustar nuestra economía doméstica, ponernos más creativos y, en algunos casos, «volver a los trucos de la abuela» para no tirar ni un euro.

Qué presión. A nadie le gusta hacer sacrificios, claro. Así que, para empezar, y si nuestra fuerza de voluntad no es para echar cohetes, podemos poner en práctica diez medidas que no suponen privaciones y que nos permiten ahorrar 1.650 euros en un año, casi el sueldo medio que se cobra en España (son 1.700), a una familia de cuatro miembros que se ajuste a los gastos y hábitos de la media nacional.

1. Bajar las persianas

Tener las persianas bajadas cuando hace frío (al anochecer o en estancias donde no estamos) mantiene un grado más alta la temperatura de la casa, con lo que gastamos menos para calentarla. Ese grado 'regalado' supone un ahorro anual de unos 70 euros. Por supuesto, bajarlas cuando hace calor también es ventajoso.

2. Reservar las vacaciones

Si reservamos hotel para una familia de cuatro personas (la media del precio de una noche de hotel es de 120 euros, según datos de TripAdvisor) durante una semana, ahorramos 193 euros si

lo hacemos entre cuatro y siete semanas antes, que es cuando mejores precios encontraremos (los expertos dicen que los domingos y los lunes son los mejores días para hacer la reserva). Y los billetes de avión para toda la familia podemos conseguirlos hasta un 25% más baratos si los reservamos unas siete semanas antes. Teniendo en cuenta el precio medio de los pasajes (pongamos 150 cada trayecto para cada uno), nos podemos ahorrar 150 euros, el equivalente a un billete. Otro consejo para escapadillas de fin de semana largo. Si, en lugar de irnos viernes, sábado y domingo, podemos hacerlo sábado, domingo y lunes, tendremos casi con seguridad un descuento por la noche del domingo que puede ser de hasta el 30%. No es desdeñable.

3. Día del espectador

Una entrada de cine en un día normal cuesta un promedio de 7,78 euros, según FACUA-Consumidores en Acción. Y el día del espectador, que tradicionalmente es el miércoles, 4,48. Es decir, nos ahorramos más de tres euros. No parece mucho, pero si vamos al cine una vez al mes, la familia puede ahorrar 12 euros mensuales (redondeando), que al año suponen para las arcas domésticas 144 euros menos.

4. Ducharnos más rápido

Muchas veces se nos va el tiempo en la ducha (y con el grifo abierto) mientras nos damos el gusto de quedarnos embobados bajo el chorro. Pues bien, una ducha de 10 minutos, si tenemos calentador eléctrico, cuesta 15 céntimos. Si reducimos el tiempo a la mitad, el coste es de 7,5 céntimos, así que, suponiendo que todos somos de ducha diaria, nos ahorraríamos 27 euros al año por persona. En una familia de cuatro miembros hacen unos 110 euros.

5. Juguetes

Hay una diferencia del 40% entre unos comercios y otros por el

A por lo recurrente

Natalia de Santiago
Experta en finanzas

«Yo siempre recomiendo empezar por lo recurrente: todos aquellos gastos que se repiten de forma automática (suministros, seguros, suscripciones, contratos de telefonía...). El proceso es latoso: suele implicar pasarse un rato escuchando la musiquita del teléfono mientras el operador te tiene en espera, pero, una vez lo has hecho, va a significar un ahorro recurrente del que ya puedes olvidar –explica la autora de 'Invierte con poco' (editorial Planeta)–. Parece poco, pero ahorrarse 5 o 10 euros de una factura mensual, al final, suma. Lo bueno de este tipo de ahorro es que no implica tener fuerza de voluntad y no nos da sensación de privación constante porque, aunque renegocias un contrato, el servicio lo sigues teniendo. Y lo mismo con las comisiones, los gastos bancarios y todos esos gastos que no nos hacen más felices».

«Adiós a esos gastos que pasan desapercibidos: es la hora de las 'hormiguitas'»

S. V.

La economista Sara Muñoz, experta en consumo, nos advierte de algunas cosas que nos ponen palos en las ruedas cuando queremos ahorrar.

Los 'gastos hormiga'

«Son esas cosas que metemos al carro cuando estamos en la cola del súper: chicles, pilas... Es un gasto que pasa desapercibido y que al cabo del año supone una buena suma. Adiós a esos gastos: es la hora de las 'hormiguitas'».

Pereza a final de año

«Ahora mismo estamos en el momento ideal para ir a nuestro banco y negociar la retirada de comisiones. Da pereza, sí, pero supone un ahorro. Lo mismo que sentarnos el mes que viene, al inicio del año –y también tras las vacaciones de verano– con papel y boli a hacer

números y planificar. Anticiparse es ahorrar... siempre. Lo que pasa es que a mucha gente le da miedo ver el dinero que entra y el que sale. Pero esa foto de nuestra economía es necesaria».

Precocinados y personajes traidores

«Ojo al hacer la compra. Huyamos de los precocinados 'con apellido' como 'croquetas de la abuela' y tal... Valen un 30% más que los demás. Lo mismo que productos 'de personajes' (normalmente de dibujos animados), que cuestan de un 20% a un 30% más por el dibujito. De todos modos, siempre es mejor no ir con niños al súper».

Sin una meta clara

«Ahorrar es una carrera de fondo. La clave es ir poco a poco, pero con constancia y con una meta: ahorrar para unas vacaciones, para amueblar una habitación...».

mismo producto. Si no dejamos las cosas para última hora podemos buscar los sitios más económicos y convertir los 500 euros que nos gastamos de media en Navidad en juguetes para dos niños en 300, con lo que tenemos 200 para nuestra hucha. Si sumamos otros cuatro regalos de juguetes (de unos 25 euros) que haremos durante el año en sus cumpleaños o en los de amiguitos (100 euros), nos ahorramos otros 40. Así, el total 'ahorrable' en juguetes al año es de 240 euros.

6. Revisar la potencia eléctrica

Una bajada de 0,5 kw, posible en al menos el 40% de los hogares españoles, equivale a un ahorro de 26 euros anuales para esa familia.

7. Frutas y verduras de temporada

Según estimaciones del Ministerio de Consumo, una persona gas-

ta al año 194 euros en fruta y 132 en hortalizas, lo que supone un gasto total de 326 por persona. Si optamos por productos de temporada, gastaremos un 30% menos y ahorraremos 98 euros por cabeza, lo que, multiplicado por cuatro, supone un ahorro familiar anual de 391 euros. Además, comeremos mejor y de forma más sostenible. Así que, sacrificio cero.

8. Bolsas de tela a la compra

Las bolsas de plástico del súper cuestan una media de 10 céntimos. Si hacemos tres compras a la semana usando dos bolsas por cada una de ellas –que suelen ser más– son 60 céntimos, que en un año se convierte en un gasto de 31 euros, cantidad que nos ahorraríamos si llevamos nuestra bolsa de tela de casa.

9. Lavavajillas una vez al día

Ponerlo dos veces al día cuesta 7'5 euros a la semana (390 al año). Pero si lo hacemos una vez solo son 195 euros.

10. Consumo fantasma

Aunque estén apagados o en 'stand by', muchos aparatos eléctricos que tenemos en casa siguen gastando energía. En España, cada hogar consume unos 300 kWh al año y entre el 7% y el 11% de este consumo corresponden a ese consumo fantasma. Para eliminarlo –¡son 100 euros de media por hogar al año!–, hay que apagar los electrodomésticos por completo cuando no se usen. Las regletas y los temporizadores nos ayudarán en esta tarea.

propicia para ponerse espartano, justo a las puertas de la Navidad.

Este propósito de gastar menos ya está aquí, aunque la fórmula para cumplirlo difiere de unas personas a otras. De hecho, la mayoría optan por reducir en los grandes gastos antes que centrarse en los pequeños desembolsos, esos que parece que no van a ningún sitio. Hemos empezado por lo grande y lo 'medio': según Joseba Barandiaran, vicepresidente del Colegio Vasco de Economistas, «el consumo de bienes duraderos, como coches, frigoríficos o teles, se resiente». Y también, apunta, hay cambios de comportamiento, como el éxodo hacia lonjas para hacer comidas –sobre todo en estas fechas– en sustitución de los restaurantes. «También se ha detectado que la gente enciende menos la calefacción, retrasa viajes... ¡Y eso que aún tenemos ahorros de la pandemia!».