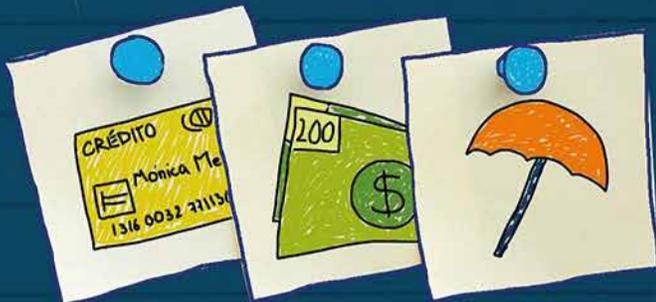


# Consejos para tu bolsillo



14/octubre/2022



CUIDA TU SALUD Y...

**¡EVITA LOS GASTOS HORMIGA!**



En octubre se conmemora el Día Mundial de la Alimentación, una celebración promovida por la ONU para que todos tengamos acceso a la comida y que además sea realmente saludable.

Por eso, en la CONDUSEF te invitamos a evitar los gastos hormiga, porque a través de ellos, además de castigar tu cartera, consumes grandes cantidades de productos chatarra.

## ¿QUÉ SON LOS GASTOS HORMIGA?

Son esos pequeños gastos que hacemos día a día, y que sin darnos cuenta representan una gran fuga de dinero a la semana, a la quincena o al mes.

Aquí te damos algunos ejemplos de productos chatarra presentes en tu vida cotidiana y lo que podrías gastar a diario, cada tercer día o a la semana, dependiendo tu estilo de vida:

PRODUCTO	COSTO
 Una bolsa de frituras	\$20
 Un refresco o jugo embotellado	\$19
 Un pan de bolsa o galletas	\$20
 Un café o chocolate	\$25
 Una hamburguesa sencilla o una torta	\$35
 Un postre o golosina	\$15
<b>TOTAL DIARIO</b>	<b>\$134</b>

Los gastos hormiga pueden representar desde un 15 hasta un 30 o 40 por ciento de tu salario mensual, por lo que te recomendamos seguir los siguientes consejos:

• Haz un presupuesto diario y respétalo.

• Disminuye el consumo de estos productos.

• Prepara tú mismo tus alimentos.



**HACIENDA**  
SECRETARÍA DE HACIENDA Y CRÉDITO PÚBLICO



COMISIÓN NACIONAL PARA LA PROTECCIÓN Y DEFENSA DE LOS USUARIOS DE SERVICIOS FINANCIEROS