

Escanea para tener  
más información de  
cada uno de los temas

Prevenir en  
diciembre  
para no sufrir  
en enero



Ahorro vs  
gastos  
de fin de año



Plásticos  
de un solo  
uso



**Teléfono**  
del **consumidor** PROFECO  
555568 8722 - 800 46887222

**Horario de atención**  
de lunes a viernes de **9 a 19** horas,  
y los fines de semana y días festivos  
de **10 a 18** horas.

**Oficinas Centrales**  
Av. José Vasconcelos 208,  
Condesa, Cuauhtémoc, C.P. 06140  
Ciudad de México.



**Profeco**

Procuraduría Federal  
del Consumidor



Prevenir en **diciembre**  
para no sufrir en **enero**

Ahorro vs gastos  
**de fin de año**

**Plásticos**  
de un solo uso

# Prevenir en diciembre para no sufrir en enero

Durante diciembre es habitual recibir dinero extra como el aguinaldo, cajas de ahorro o algunos bonos, lo que es muy conveniente para los numerosos gastos de esas fechas.



Cenas, regalos, fiestas, convivios, paseos o vacaciones, se suman a los gastos del mes como renta, transporte, alimentación y más. Además, durante enero se deben hacer los pagos del predial, agua, y otros servicios.

Así que para no angustiarse por falta de dinero, lo mejor es planear, considerando todos los ingresos recibidos y distribuirlos en los gastos por cubrir en diciembre y enero, mediante dos sencillos pasos:



- Realizar un presupuesto en el que se incluya todo el recurso que se recibirá.

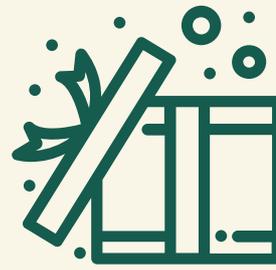
- Hacer el recuento de todos los gastos priorizando desde los frecuentes hasta incluso un porcentaje para ahorro.



Finalmente es muy importante ajustarse al presupuesto para alcanzar unas finanzas sanas y sobre todo evitar los gastos hormiga que tienen un impacto importante en el presupuesto.

Así que, para prevenir durante todo el año es importante planear, reflexionar y priorizar, asumiendo un papel de consumidor responsable.

# Ahorro vs gastos de fin de año



En la temporada navideña los anuncios de productos y servicios hablan de que los sentimientos de unión familiar, amistad y amor se demuestran con obsequios.

Sin embargo, para pasar unas mejores fiestas navideñas **no es necesario gastar tanto** o terminar endeudándose para cubrir todos los gastos.

Planear es importante para evitar estas situaciones, comparar precios y calidad, además de comprar con anticipación para encontrar mejores costos, más variedad y surtido de productos, aprovechando las ofertas y promociones para lograr hacer algún ahorro.

**El ahorro es fundamental**, no solo en materia económica, sino también en recursos porque se puede ahorrar agua, luz, gas y hasta en alimentos y muchas otras cosas, estos ahorros se verán reflejados no solo en los recibos de pago, si no también en el cuidado y conservación del medio ambiente.

**Aprender a ahorrar es muy importante** y no es solamente tener el efectivo escondido en casa o en una tanda, se requiere invertir y para ello existen diversos instrumentos como las Sociedades Financieras Populares o las Cooperativas de Ahorro y Préstamo entre muchas otras, por lo que es importante informarse y poner manos a la obra.



# Plásticos de un solo uso



El plástico está presente en cada momento de nuestra vida, su versatilidad ha hecho posible transformarlo en fibras para elaborar ropa, envases para líquidos y alimentos, partes para computadoras, teléfonos, bolsas, popotes y un sin fin de productos diseñados para usar y tirar, también llamados de un solo uso.

Este tipo de plásticos ha facilitado la vida en muchos aspectos, sin embargo tiene un impacto ambiental muy importante, debido a que es muy poco el que se recupera mediante el reciclaje, la mayor parte va a contaminar la tierra y el agua.

Su durabilidad hace que permanezca durante muchos años, esto ha ocasionado que los océanos y mares del planeta estén contaminados con ellos, que aparezcan dentro de animales al confundirlos con alimentos, o que se enreden en ellos y mueran sin poder liberarse.

La producción y uso de los plásticos de un solo uso requiere tomar decisiones tanto por parte de los fabricantes al buscar opciones más amigables, como del consumidor para elegir aquellas que puedan reusarse y reciclarse, además de separar los residuos y evitar tirarlos en la calle, los ríos o playas del país.

