

Hacer Compras para Ahorrar Dinero

Guía de Compras para las Buenas Ofertas



Consejos para los Grandes Ahorros

Busca las Gangas en la Estantería Baja

La mayoría de las marcas baratas se ubicarán al fondo de la estantería. Las marcas comerciales y más caras se ubican a la altura de los ojos para llamar tu atención.

El Muro de Poder

¿Quieres ahorrar mucho dinero? Haz compras del “Muro de Poder.” Por lo general, esta es la pared dentro de la puerta principal del mercado. Muestra los productos en venta que son estacionales y semanales.

Usa una Lista de la Compra

Usa tu lista de la compra para ayudarte seguir tu plan y evitar las compras impulsivas. Intenta organizar tu lista para seguir la orden de los departamentos en tu mercado favorito. No seguir este plan te lleva a comprar de maneras ¡impulsivas!

Usa los Anuncios de Venta Semanales

Cuando usas los anuncios de venta semanales para tomar las buenas decisiones, te pueden ofrecer los ahorros significativos. Abastécete de los productos extras cuando estén en venta. Si compras más de lo que puedes usar, congela los alimentos para usarlos más tarde. Asegúrate que tengas amplio espacio en el congelador para evitar el desperdicio involuntario de alimentos. Obtén más información sobre cómo mantener los alimentos fríos en el sitio web go.illinois.edu/FreezeForLater.

Usa los Cupones Digitales

Muchas tiendas te permiten usar los cupones digitales de los fabricantes y de las tiendas locales para comprar los alimentos y para doblar el número de ahorros.

Explora los Clubes de Ahorro y las Aplicaciones

Muchas tiendas ofrecen los beneficios de ahorro solo para sus miembros.

Limita el Número de Viajes

Planifica los menús para una o dos semanas y luego compra todo en un solo viaje.



Mantén una Lista de los Alimentos que Tienes

Mantener una lista te ayudará a evitar la compra de alimentos duplicados, reducirá el desperdicio de alimentos, y ayudará con la planificación del menú.

No Hagas Compras Cuando Tengas Hambre

Si comes un pequeño bocadillo y tomas agua antes de hacer compras, puede ayudarte ¡prevenir las compras impulsivas!

Compra los Productos Agrícolas de Temporada

Durante los meses de invierno, compra los productos agrícolas congelados y enlatados. ¡Son igual de nutritivos y menos costosos! Cuando compras los alimentos enlatados, selecciona las verduras bajas en sodio y las frutas empacadas en jugo de fruta 100%.

No Comas Carne Un Día Cada Semana

Los frijoles y los huevos son excelentes fuentes de proteínas y menos costosos.

Monitorea la Comida que Tiras

Solo compra suficientes alimentos que puedes usar antes de que se echen a perder, o cómpralos en una forma que tenga una vida útil más larga, como los alimentos enlatados, congelados, o deshidratados.

Revisa tu Recibo

Revisa tu recibo antes de salir del estacionamiento.

Planifica tus Menús

Para planificar tus menús, usa el anuncio de venta semanal y los alimentos que tienes a mano en tu gabinete y congelador.

Compara los Precios

El precio más bajo no siempre es la mejor compra. Encuentra la mejor compra cuando comparas el precio por unidad.



Calcula el Precio por Unidad

Compara los precios calculando el precio por unidad. Algunas etiquetas muestran el precio unitario por onza, mientras otras indican el precio unitario en libras. El precio unitario a menudo se describe en la etiqueta en la estantería de la tienda. Si no hay una etiqueta de precio unitario, puedes calcularlo.

Para determinar el precio por unidad, divide el precio total del producto por el tamaño del producto, generalmente indicado en onzas, onzas líquidas, gramos, o libras.

PRECIO TOTAL
TAMAÑO

PRECIO TOTAL \$5.49
TAMAÑO: 56 ONZAS = \$.098 POR ONZA

Compra Al Por Mayor

- Comprar al por mayor ahorra dinero porque provoca menos viajes de compras.
- Comprar al por mayor suele ser menos costoso por unidad.

Haz Preguntas Antes de Comprar Al Por Mayor

- ¿Usarás tus compras antes de que se echen a perder?
- Si los productos no se van a usar antes de la fecha de caducidad, y tienes que tirarlos, es una pérdida de dinero!
- ¿Tienes suficiente espacio para guardar todo?
- Asegura que tengas suficiente espacio de almacenamiento, especialmente cuando compras los alimentos que necesiten refrigeración.

Modificado agosto 2024



Illinois Extension
UNIVERSITY OF ILLINOIS URBANA-CHAMPAIGN

extension.illinois.edu