



Haga realidad el consumo sensato

La temporada navideña no tiene por qué causar estragos económicos, siempre que usted sea un consumidor sensato.

El consumo sensato no consiste en escatimar y ahorrar y prescindir de ello. Se trata de invertir su dinero y tiempo en cosas que mejoran su calidad de vida durante todo el año.

Consumo sensato

Los asesores financieros dividen nuestros gastos en dos categorías: necesidades y deseos. Nuestras necesidades son cosas que necesitamos: ropa, vivienda, comida, etc. Los deseos son básicamente las cosas que nos divierten: lo último en electrónica, una casa más grande o más pares de zapatos.

A menudo lo que pensamos que necesitamos son de hecho deseos y una vez que la emoción de la compra ha desaparecido, no nos hacen más felices.

La clave para gastar modestamente es ahorrar dinero para aquellas necesidades que realmente mejoran nuestra felicidad al acumular experiencias, no cosas: vacaciones, divertirse con la familia y los amigos, salir de noche con nuestra pareja o hacer donaciones caritativas.

Consejos para ser un consumidor más sensato

Es difícil ser un consumidor sensato durante la temporada navideña, pero aquí hay algunas ideas para crear recuerdos maravillosos sin vaciar la cuenta de cheques:

- **Haga tiempo para comparar precios y obtener el mejor.**

Permítanos ayudarlo. Acceda a su Programa de Ayuda al Empleado (EAP, por sus siglas en inglés) las 24 horas del día, todos los días de la semana por teléfono o por Internet.

- **Establezca un presupuesto para los días festivos y cúmplalo.** Mire cuánto puede gastar sin tener que depender de crédito. Incluya gastos como envoltura de regalos, entretenimiento y caridad.
- **Utilice efectivo siempre que pueda.** Utilice sólo una tarjeta de crédito si tiene el dinero para pagarla inmediatamente. Y hablando de tarjetas de crédito, busque las mejores tasas de interés y recompensas.
- **Planifique para el próximo año.** Abrir una cuenta de ahorros para los días festivos y hacer aportaciones mensuales a la misma, de modo que cuando los días festivos se acerquen el próximo año, tenga dinero en el banco para cubrir los gastos. Puede empezar con tanto o tan poco como pueda.

Usted puede aumentar esas aportaciones mensuales encontrando maneras de reducir los costos de sus deseos. Es cierto que dejar el capuchino bajo en grasa o la televisión por cable puede dolerle por un tiempo, pero se ahorrará cientos de dólares al año que pueden ser redirigidos a algo que realmente desea, como visitar a sus padres durante las fiestas.

Para más ideas sobre cómo hacer realidad el consumo modesto, **comuníquese con nosotros.**

Permítanos ayudarlo. Acceda a su Programa de Ayuda al Empleado (EAP, por sus siglas en inglés) las 24 horas del día, todos los días de la semana por teléfono o por Internet.

Criar a un hijo único

Durante generaciones, las familias han consistido de dos, tres o más niños, pero eso está cambiando. Actualmente, en todo el mundo desarrollado, las familias con un solo hijo se están convirtiendo en algo habitual. Por ejemplo, en el Reino Unido y Canadá, aproximadamente el 45% de las unidades familiares tienen un solo hijo, y en los Estados Unidos, es del 25% y está aumentando rápidamente.

Las razones del auge de un solo niño son muchas, pero incluyen:

- Mayor conocimiento y acceso al control de la natalidad.
- Más oportunidades educativas y profesionales para las mujeres.
- Paternidad demorada.
- Economía.
- Falta de apoyo social y familiar, incluyendo guarderías.
- Desafíos del balance entre la vida y el trabajo.

Consejos para criar a un solo hijo

Los viejos estereotipos que rodean a los niños y niñas únicos de que están solos, temerosos y malcriados, simplemente no son ciertos. Las investigaciones muestran que los hijos únicos se benefician de ser los únicos receptores del tiempo, la atención y los recursos de sus padres. Es más probable que sean personas maduras, seguras de sí mismas y felices que superan sus expectativas.

Vea estas maneras de ayudar a un hijo único a prosperar:

- **Fomentar las relaciones estrechas con otros niños.** Esto permite que los hijos únicos aprendan a compartir, cooperar y defenderse por sí mismos.
- **Favorecer la independencia.** Es importante que los padres de hijos únicos resistan la tentación de intervenir y resolver cada pequeño problema o conflicto.
- **No consentir demasiado.** Un niño que obtiene todo lo que quiere no aprende a ser agradecido, a considerar las necesidades de los demás o a seguir adelante cuando las cosas se ponen difíciles.
- **Disminuir las expectativas.** Los hijos únicos a menudo sienten una gran presión para tener éxito, ya que ellos llevan el peso de las expectativas de sus padres.
- **Ser un modelo positivo.** Muestre los rasgos de carácter que usted quiere que su hijo tenga.

Probablemente la mejor noticia para los "hijos únicos" y sus padres es que probablemente siempre disfrutarán de relaciones muy estrechas. Parece que una familia con un solo hijo puede ser una situación en la que todos ganan.

Para más información sobre la crianza de un hijo único, **comuníquese con nosotros**.

Permítanos ayudarlo. Acceda a su Programa de Ayuda al Empleado (EAP, por sus siglas en inglés) las 24 horas del día, todos los días de la semana por teléfono o por Internet.



Lecturas destacadas en línea

Simplificar todo durante la temporada de fiestas

Llegó la época festiva. Como cada año, vamos a disponer de una gran cantidad de opciones y decisiones en cuanto a cómo vamos a pasar nuestro tiempo y cómo vamos a gastar nuestro dinero. Tenemos que volver a lo básico. [Siga leyendo.](#)

Seminario web destacado



Fatiga de compasión del encargado de su cuidado

14 de diciembre de 2018 1:00 CST

[Registrarse](#)