

# 12 formas de ahorrar dinero durante el tratamiento oncológico

Es normal estar preocupado por los gastos habituales cuando usted o un ser querido está atravesando un cáncer. Estos consejos de ahorro le servirán para aliviar el estrés relacionado con el costo de los viajes, las comidas y otros gastos diarios.



1

**Llene el tanque los lunes.** El precio del combustible suele ser más bajo los lunes y subir los fines de semana. Si puede, llene el tanque el lunes antes de su próxima cita médica o viaje largo.

2

**Vuele un martes o miércoles.** Si debe viajar grandes distancias por su tratamiento, los vuelos a mitad de semana suelen ser más económicos, mientras que los precios de los boletos suben los viernes y domingos. Incluso puede ahorrar más en los vuelos configurando alertas de caída de precios en sitios como Kayak, Skyscanner o Airfarewatchdog y usando millas o puntos para reservar sus vuelos.

3

**Aproveche al máximo los descuentos en alimentos.** Los cupones de descuento vencen el mismo día que sale el siguiente. Por eso, conviene ir a comprar el día en que se superponen para poder obtener los descuentos de ambos cupones. Si compra siempre en la misma tienda, regístrese para recibir una tarjeta de fidelidad.

4

**Lleve comida para el viaje.** Cuando tenga el tiempo y la energía, lleve comida preparada de su casa; le costará la mitad que comprar comida afuera.

5

**Evite las tiendas de conveniencia.** Cobran precios mucho más altos que las tiendas y los supermercados convencionales.

6

**Compre genéricos.** Opte por las versiones genéricas de los productos de marca. Pueden costarle un 30-60% menos.



# 12 formas de ahorrar dinero durante el tratamiento oncológico

(Continuación)

7

**Descárguese aplicaciones de ahorro.** Aplicaciones como Ibotta, Shopkick y Checkout 51 lo ayudarán a ahorrar dinero en alimentos. RetailMeNot y Honey ofrecen descuentos automáticos por comprar en línea.



8

**Use los puntos de sus recompensas.** Utilice las recompensas de sus tarjetas de crédito, tiendas departamentales y programas de fidelización para pagar las cosas de todos los días o las compras relacionadas con su tratamiento.

9

**Pruebe las tiendas de segunda mano, el Marketplace de Facebook y los grupos de Buy Nothing.** En estos recursos comunitarios puede ahorrar dinero en ropa, juguetes, muebles y artículos de oficina.

10

**Limpie su armario.** Separe las cosas usadas en buen estado que no desee y regáelas o véndalas en aplicaciones gratuitas como OfferUp, Marketplace de Facebook o Poshmark.

11

**Compre electrónicos reacondicionados.** Ahorre dinero en los artículos costosos que desee comprar, como teléfonos inteligentes, computadoras y consolas de videojuegos, comprando aparatos reacondicionados en lugar de nuevos.

12

**Implemente nuevas tradiciones.** Hay muchas formas económicas de pasar las fiestas, los cumpleaños y los fines de semana de manera especial. Demuestre sus habilidades manuales haciendo usted mismo la decoración, pida a los invitados que cada uno lleve una comida para repartir la carga, horneen cosas ricas juntos, organice noche de juegos en casa y planifique reuniones virtuales con los amigos y familiares que estén lejos.

