

Te enseñamos a cómo planificar las compras para la semana

El fin de semana es ideal para organizar y planificar las compras para la semana, lo cual resulta una excelente manera de **ahorrar tiempo, dinero y reducir el desperdicio de alimentos**. De esta forma, puedes asegurarte de tener todo lo necesario para la semana entrante y evitar compras impulsivas. A continuación, te mostramos cómo hacerlo.

¿Cómo planificar las compras para la semana?

#1 Elabora un inventario de los productos que tienes

Antes de **planificar** las compras, revisa tu refrigerador y despensa para verificar qué alimentos ya tienes en casa y así evitar comprar de más. Una vez que completes esta revisión, haz una lista de los artículos que están por agotarse y que necesitas reabastecer.

#2 Establece un presupuesto

Controla tus gastos en alimentos con un presupuesto semanal, en el que defines cuánto puedes gastar. Incluye un pequeño margen para productos de emergencia que puedas necesitar y que no hayas previsto en tu lista inicial.

#3 Haz una lista de compras

Organiza tu lista según las secciones del supermercado, de manera que puedas hacer tus compras de forma más eficiente y

asegurarte de que no olvides nada.

#4 Elige el momento adecuado para comprar

Evita las **horas pico** para realizar tus compras con tranquilidad y reducir el estrés y las multitudes. Además, revisa los catálogos de promociones para aprovechar los descuentos.

#5 Revisa tu compra y almacenamiento

Verifica tu lista y asegúrate de haber comprado todos los productos necesarios y de que estén en buen estado. Al llegar a casa, coloca los alimentos en su lugar correspondiente y utiliza primero los productos más antiguos.

#6 Conserva los alimentos a buena temperatura

Desinfecta y **almacena** adecuadamente los alimentos, manteniendo la cadena de frío cuando sea necesario para evitar su contaminación, según el tipo de producto.

Planificar tus compras para la semana no solo te ayudará a ser más eficiente, sino que también puede contribuir a una alimentación más saludable y a un mejor manejo de tus finanzas. Con organización y compromiso, puedes transformar tus hábitos de compra.

LEE MÁS:

¿Cómo educar en finanzas a tus hijos?: claves para ayudarlos a alcanzar sus metas

CONOCE NUESTRO TIKTOK:

@camaracomerciolima ¡Atención, emprendedor! 📺 Te traemos tips

*para que no sufras con las deudas. □ #camaracomerciolima
#viralperu #emprendedorperuano #deudasperu #infocorp
#emprendimientoperuano #tipfinanciero ♪ hotline bling (billie
version) – hazel & instrumental version*