



Consumo Inteligente



Hoja de Trabajo de Flujo de Efectivo de Ingresos y Gastos

Mes: _____

Instrucciones:

Paso 1: Calcule su Total de Ingresos Mensuales escribiendo y sumando todas sus fuentes de ingresos mensuales. Si usted no está seguro, escriba primero sus cálculos y una vez que los ingresos hayan sido percibidos, escriba la cantidad exacta.

Paso 2: Calcule su Total de Gastos Mensuales escribiendo y sumando todos sus gastos mensuales. Escriba primero la cantidad calculada y una vez que haya incurrido en los gastos escriba la cantidad exacta.

Paso 3: Calcule su Total de Flujo de Efectivo Mensual restando su Total de Gastos Mensuales de su Total de Ingresos Mensuales.

Paso 4: Determine dónde está gastando más o menos dinero y tome eso en consideración al establecer el presupuesto del próximo mes.

Paso 5: Determine una cantidad de dinero que usted pueda reducir en cada categoría para aplicarla a la deuda pendiente, añada el total y pague esta cantidad adicional para liquidar sus deudas. Podrá pagarlas de forma más rápida y una vez que las deudas hayan sido liquidadas, podrá destinar esa cantidad de dinero a sus ahorros para una meta financiera futura.

Calcule los ingresos mensuales

	Cantidad Calculada	Cantidad Exacta
Paga por hora/salario (sueldo neto)	_____	_____
Propinas/comisiones/horas extras	_____	_____
Seguro social/pensiones	_____	_____
Bonos/repartos de beneficios	_____	_____
Ingresos de seguridad suplementaria (SSI)	_____	_____
Manutención de hijos/cónyuge	_____	_____
Asistencia temporal para familias necesitadas (TANF)	_____	_____
Desempleo	_____	_____
Compensación por incapacidad	_____	_____
Beneficios de veteranos	_____	_____
Intereses/dividendos	_____	_____
Regalos	_____	_____
Crédito de impuestos/Reembolsos	_____	_____
Adelanto del Crédito por Ingresos de Trabajo	_____	_____
Otro	_____	_____
Total de Ingresos	_____	_____

Calcule los ingresos mensuales

	Calculada	Exacta
Vivienda		
Arrendamiento/Hipoteca	_____	_____
Préstamo sobre el valor de la vivienda	_____	_____
Electricidad	_____	_____
Gasolina	_____	_____
Agua, alcantarillado, basura	_____	_____
Teléfono	_____	_____
Renta de terreno	_____	_____
Cuota de la asociación	_____	_____
Impuestos sobre la propiedad	_____	_____
Seguro del arrendador/propietario	_____	_____
Televisión por cable/satélite	_____	_____
Teléfono celular	_____	_____
Hogar (muebles, electrodomésticos, etc.)	_____	_____
Mantenimiento/repación del hogar	_____	_____
Internet	_____	_____
Limpieza de la casa	_____	_____
Servicio de cuidado del césped	_____	_____
Otro	_____	_____
Total de Vivienda		
Transporte		
Boletos de autobús/tren	_____	_____
Tarifa de taxi	_____	_____
Pago de préstamo del vehículo	_____	_____
Pago de préstamo del vehículo	_____	_____
Gasolina	_____	_____
Mantenimiento del vehículo	_____	_____
Reparación del vehículo	_____	_____
Seguro del vehículo	_____	_____
Pago de licencia/registración	_____	_____
Otro	_____	_____
Total de Transporte		
Personal		
Ropa y accesorios	_____	_____
Lavandería/tintorería	_____	_____
Membresía de gimnasio	_____	_____
Cuidado y productos personales	_____	_____
Artículos para el hogar	_____	_____
Cuotas de actividades infantiles	_____	_____
Cuidado de los niños/Niñera	_____	_____
Pañales/artículos para bebés	_____	_____
Cantidad asignada a los niños	_____	_____
Regalos (cumpleaños/festividades)	_____	_____
Dinero de bolsillo (meriendas, etc.)	_____	_____
Cigarros/Tabaco	_____	_____
Alcohol	_____	_____
Juegos/Lotería	_____	_____
Colegiatura	_____	_____
Actividades/Materiales escolares	_____	_____
Contribuciones/donaciones	_____	_____
Honorarios/cuotas de membresía	_____	_____

Cuidado de los ancianos	_____	_____
Otro	_____	_____
Total de Personal		

Recreación/Entretenimiento

Subscripciones y libros	_____	_____
Videos/Películas/DVD/CD	_____	_____
Juegos (video/computadora, etc.)	_____	_____
Vacaciones y viajes	_____	_____
Pasatiempos/actividades	_____	_____
Licencia, cuotas de pesca/caza, etc.	_____	_____
Eventos (deportes, conciertos, etc.)	_____	_____
Artículos/veterinario para mascotas	_____	_____
Otro	_____	_____
Total de Entretenimiento		

Alimentos

Alimentos para el hogar/provisiones	_____	_____
Comidas fuera de casa	_____	_____
Alimentos para ocasiones especiales	_____	_____
Almuerzos escolares	_____	_____
Otros	_____	_____
Total de Alimentos		

Ahorros y Fondos Reservados

Fondo de emergencia	_____	_____
Fondo de educación	_____	_____
Inversiones para la jubilación	_____	_____
Fondos reservados	_____	_____
Ahorros	_____	_____
Otros	_____	_____
Total de Ahorros		

Cuidado de la Salud y Seguros

Médico	_____	_____
Dentista	_____	_____
Oculista	_____	_____
Medicinas con receta	_____	_____
Medicinas sin receta	_____	_____
Hospital	_____	_____
Seguro de salud	_____	_____
Seguro de vida	_____	_____
Seguro de incapacidad	_____	_____
Seguro de cuidado de la salud a largo plazo	_____	_____
Seguro dental	_____	_____
Otro	_____	_____
Total de Cuidado de la Salud		

Pagos de Deudas & Honorarios

Tarjeta de crédito: _____	_____	_____
Tarjeta de crédito: _____	_____	_____
Préstamo para estudios	_____	_____
Acreedor: _____	_____	_____

Préstamo: _____

Préstamo: _____

Familia: _____

Pago de manutención infantil _____

Pago de manutención del cónyuge _____

Honorarios legales _____

Obligaciones de envío de dinero a familiares _____

Otro _____

Total de Deudas/Honorarios _____

Cantidad Cantidad

Gastos Periódicos*

Mes	Artículos	Cantidad
Enero		
Febrero		
Marzo		
Abril		
Mayo		
Junio		
Julio		
Agosto		
Septiembre		
Octubre		
Noviembre		
Diciembre		

Total de gastos periódicos: \$ _____ dividido por 12 =
\$ _____ cantidad mensual reservada

Varios de los artículos en cada una de las categorías de gastos podrían ser pagados periódicamente (trimestralmente, anualmente, etc.). Para estos gastos escriba el artículo y la cantidad adeudada en el mes en que debe ser pagada; sume todos los gastos periódicos del año y divídalos por 12. Esta cantidad monetaria es colocada cada mes en la línea de los **fondos reservados. Al hacerlo, el dinero estará disponible para pagar los gastos periódicos a medida que llegue la fecha de pago.*

Cuentas y deudas atrasadas

Acreedor: _____ (Total adeudado) _____ (Pago acordado: _____)

Acreedor: _____ (Total adeudado) _____ (Pago acordado: _____)

Acreedor: _____ (Total adeudado) _____ (Pago acordado: _____)

Acreedor: _____ (Total adeudado) _____ (Pago acordado: _____)

Acreedor: _____ (Total adeudado) _____ (Pago acordado: _____)

Total de deudas mensuales atrasadas _____

Resumen del Flujo de Efectivo Mensual **

	Cantidad calculada	Cantidad exacta	\$ Cantidad para deuda/ahorro extra
Flujo de efectivo mensual hacia el hogar:			
Total de Ingresos Mensuales	+ _____	_____	_____
Menos (-)	_____	_____	_____
Flujo de efectivo mensual fuera del hogar:			
Vivienda	_____	_____	_____
Ahorros y dinero reservado	_____	_____	_____
Alimentos	_____	_____	_____
Cuidado de la salud y seguros	_____	_____	_____
Transporte	_____	_____	_____
Personal	_____	_____	_____
Pagos y honorarios	_____	_____	_____
Recreación y entretenimiento	_____	_____	_____
Cuentas y deudas atrasadas	_____	_____	_____
Total de gastos mensuales	_____	_____	_____
	Igual a (=)		
Total de Excedente o (Pérdida)	_____	_____	_____

*** Un excedente indica que usted está manejando exitosamente sus finanzas. Sin embargo, si el total de sus gastos excede el total de sus ingresos, entonces necesita hacer algunos cambios. Para muchos hogares, un Estado de Flujo de Efectivo de Ingresos y Gastos necesita ser completado mensualmente para mantener un equilibrio financiero.*

Creado por: Cindy M. Petersen, Servicio de Extensión de University of Minnesota, Instructora de Extensión Regional, Administración de Recursos para la Familia