

¿Es Usted Un Comprador o Un Gastador?

Un comprador es un consumidor inteligente que sabe exactamente lo que quiere comprar. Un gastador compra por impulso. ¿Cuál de los dos es usted? Para saber esto, pregúntese a usted mismo, con qué frecuencia hago yo cada una de las actividades que se encuentran en esta lista.

	Siempre	A veces	Nunca
1. Yo planeo lo que voy a cocinar antes de ir al mercado.	3	2	1
2. Yo revise los gabinetes y la despensa para ver qué tengo en casa antes de ir al mercado.	3	2	1
3. Yo hago una lista con todo lo que necesito antes de ir al mercado.	3	2	1
4. Yo uso los precios de unidad para comparar los costos.	3	2	1
5. Yo leo las etiquetas de nutrición.	3	2	1
6. Yo como antes de ir de compras.	3	2	1
7. Yo compro más o menos una vez por semana.	3	2	1
8. Yo uso los especiales de la semana para planear lo que voy a comprar.	3	2	1
9. Yo uso cupones sólo para las comidas que compraría de todas maneras.	3	2	1
10. Yo almaceno los productos que son caros cuando están en descuento.	3	2	1
11. Yo comparo los precios por porción.	3	2	1
12. Yo planeo las comidas usando las frutas y vegetales de la temporada.	3	2	1
13. Yo comparo las marcas de nombre con las marcas de tiendas.	3	2	1
14. Yo sirvo las carnes de alto precio en poca cantidad o muy de vez en cuando.	3	2	1
15. Yo uso alternativas de proteínas (Ej.: frijoles)	3	2	1
16. Yo compro alimentos precocinados sólo cuando los necesito.	3	2	1

Ahora sume los números para saber su nota de comprador. Si su puntaje es:

35 o más: Usted es un comprador que está sacando el mejor beneficio de su dinero cuando compra comida: Felicidades!!

20-34 puntos: Usted es casi un comprador, pero con un poco más de cuidado usted podría ahorrar más dinero.

Menos de 19 puntos: Usted es un gastador, pero si hace algunas de las actividades arriba mencionadas, usted puede convertirse en un comprador.