

Guía de emergencia Consejos para ahorrar dinero

La National Association of REALTORS® y el Centro para el Bienestar Financiero REALTOR® pone a su alcance información y recursos que lo ayudarán a salir adelante en épocas difíciles. Para más consejos e información, ¡visite hoy mismo el sitio [FinancialWellness.realtor!](https://www.financialwellness.realtor/)



CREE UN FONDO DE EMERGENCIA

La mayoría de los economistas sugieren reservar un monto equivalente a 3 a 6 meses de gastos cotidianos. Incluso para quienes poseen un buen fondo de reserva, es importante llevar un control de sus cuentas de inversiones y seguir ahorrando.



CONTROLE SUS GASTOS

Considere recortar los gastos superfluos y, con lo ahorrado, aumentar su nivel de reservas. Pague puntualmente sus deudas para conservar una buena calificación crediticia. Visite el sitio [FinancialWellness.realtor](https://www.financialwellness.realtor/) para descargar una planilla de presupuesto mensual SIN CARGO.



TENGA ALGO DE EFECTIVO A MANO

Es una buena idea tener siempre a mano algunos cientos de dólares en efectivo para afrontar cualquier imprevisto. Esta medida le evitará dolores de cabeza si se interrumpe la prestación de algunos servicios y operatorias en caso de emergencia.



CONSERVE SUS DOCUMENTOS FINANCIEROS

Mantenga sus documentos financieros importantes organizados y conserve más de una copia de cada uno, por ejemplo: archivos de planificación hereditaria, datos bancarios, cuentas de inversión y de retiro, pólizas de seguro, hipotecas, registros contables, etc.



BUSQUE OPCIONES PARA SUS SEGUROS

Considere pedirle un descuento a su aseguradora habitual y, si no se lo otorgan, no dude en buscar otras opciones para reducir sus costos mensuales.



REVISE Y ACTUALICE SUS CONTACTOS PERSONALES

Haga una lista de sus contactos importantes, como agente de seguros, contador, abogado, médicos y veterinarios. Verifique que estén actualizados los teléfonos y correos electrónicos.

Guía de emergencia Consejos para el bienestar

Obviamente, las finanzas son parte importante de la vida de todos, pero no deben descuidarse el bienestar físico y el psicológico. Ponerse en forma financiera es mucho más fácil si está en buen estado de salud física y mental y tranquilo respecto de la seguridad de sus seres queridos.



BIENESTAR FÍSICO

- Considere invertir en un humidificador. Los profesionales de la salud afirman que permite reducir la transmisión de virus a través del aire.
- Beba mucha agua y fluidos y consuma alimentos saludables y nutritivos.
- Contacte a su médico y farmacéutico para tener siempre una reserva de su medicación recetada para cubrir un mínimo de 30 días.
- Tenga pensado un plan de contingencia en caso de enfermedad suya o de algún ser querido.
- Considere tener un cuarto equipado adecuadamente para que alguien de su casa pueda instalarse allí en caso de enfermarse con algún virus contagioso.
- Asegúrese de que tanto usted como sus seres queridos tengan un poder firmado por adelantado que establezca los pasos a seguir en caso de enfermedad.
- Tenga a mano medicación antifebriil, remedios para la tos y toallitas desinfectantes.
- Tenga siempre a disposición una copia de su historia clínica por si se la solicitan.



SALUD MENTAL

- Manténgase al día sobre las noticias más importantes, pero resista el impulso de estar constantemente leyendo las noticias negativas.
- Recuerde que las publicaciones negativas de las redes sociales no contienen información útil y no están respaldadas por fuentes confiables.
- Si su contexto se lo permite, salga a realizar actividades y ejercicio al aire libre.
- Esté en contacto semanalmente con sus seres queridos y amistades. Llámelos por teléfono o haga videollamadas de ser necesario.
- Si es una persona religiosa, practique su fe.



VIDA Y COMUNIDAD

- Cree grupos de Skype, Facebook Messenger o Google para socializar con sus amigos y seres queridos.
- Use la herramienta de calendario de Outlook o Google para programar recordatorios sobre sus metas personales. Cree un cronograma para mantenerse en contacto periódicamente con amigos, familiares y colegas.
- Siga un régimen positivo a diario para mantener la mente ocupada, el cuerpo en movimiento y el buen ánimo.
- Prepare una lista de proyectos que quiera llevar adelante (¡no olvide incluir algunos divertidos!) y fije plazos y metas para la semana.
- Haga algo amable por los demás y siempre tenga una palabra de aliento para compartir. Considere hacer trabajo voluntario en su comunidad.

Guía de emergencia Recomendaciones y consejos

Al atravesar momentos difíciles, es fundamental reconocer lo que es más importante en su vida. Establezca prioridades y metas razonables. Hay organizaciones e instituciones que pueden serle de gran ayuda. Sea proactivo, manténgase informado y con una actitud positiva ¡y conserve el optimismo hacia el futuro!



AFRONTAR LAS DIFICULTADES

- De ser necesario, contacte a su entidad hipotecaria o locador para renegociar los vencimientos de pago.
- Si tienen inconvenientes para comunicarse con la entidad hipotecaria o el locador, contacte a un asesor de vivienda de HUD.
- Si es preciso, contacte a todos sus acreedores (tarjetas de crédito, préstamos para autos, coberturas médicas, préstamos estudiantiles, etc.) y pida renegociar los vencimientos de pago.
- Si no logra acordar con los acreedores nuevos vencimientos de pago, siga insistiendo. Si le dicen que le cobrarán cargos adicionales, intente negociar ese punto.
- Si es necesario, comuníquese con las empresas de servicios públicos y otras compañías de servicios (seguro del automóvil, impuestos a la propiedad, seguro de propietarios de viviendas, expensas de asociaciones de propietarios, cable, Internet, agua, calefacción) y prorrogue las fechas de pago cuando sea posible.
- Si tiene problemas de salud física o psicológica, busque ayuda médica profesional. No olvide mantener informado a su círculo más cercano.



RECURSOS Y BENEFICIOS

- Según el tipo de empleo que tenga, podría haber fondos de investigación a su disposición.
- En su comunidad, condado o estado podría haber disponibles otros recursos financieros adicionales. Visite los sitios web de su gobierno local y configure alertas de Google para recibir notificaciones cuando actualicen la información sobre estos recursos.
- Si no necesita renegociar los plazos de pago de sus deudas, cumpla puntualmente con todos los vencimientos para reducir la tasa de interés a futuro y conservar una buena calificación crediticia. Considere programar recordatorios de vencimientos de pago con su banco o pida que le habiliten la función de débito automático. Tómese el tiempo de informarse para estar mejor preparado de producirse emergencias en el futuro.



SIGUIENTES PASOS

- ¡Haga su mejor esfuerzo y sea optimista! No es fácil atravesar un momento complicado, pero enfóquese en los aspectos positivos más que en los negativos.
- No gaste de más ni acumule demasiados artículos. Siga las recomendaciones del CDC para estar preparado y piense en lo que querría tener a mano durante un par de semanas si se enferma (té de hierbas, pañuelos descartables, pastillas para la tos, artículos de limpieza).
- Considere hacer una limpieza profunda de su casa. Restrinja la cantidad de gente que visita su hogar y desinfecte las áreas de uso compartido como la zona del microondas o el baño.
- Póngase en contacto con sus familiares que sea vean impedidos de salir de la casa.
- Tómese el tiempo de informarse para estar mejor preparado de producirse emergencias en el futuro.