

CONSEJOS DE AHORRO PARA PADRES PRIMERIZOS

Cómo criar a un bebé sin arruinar sus finanzas



Consejos de ahorro dinero para padres primerizos

Consejos para criar un bebé sin arruinarse económicamente

Los niños son regalos que no tienen precio, pero también pueden ser costosos. El [Departamento de Agricultura de los Estados Unidos](#) (en inglés) nos dice que criar a un niño hasta la edad de 17 años le costará a la familia promedio de clase media \$233,610. Si añadimos la inflación prevista, se dispara a \$284,570.

Tan sólo el primer año puede ser una sorpresa. Entre los pañales, la leche de fórmula, asiento para el automóvil, materiales para la guardería, niñeras y ropa, puede que se pregunte cómo va a poder criar a su hijo hasta la edad adulta. El lado positivo es que, si establece un presupuesto realista y le da prioridad a la planificación financiera, se puede sobrevivir a los primeros años de paternidad o maternidad. La clave está en encontrar formas inteligentes de gastar y mantener los costos bajos.

He aquí algunas estrategias para ahorrar dinero que le ayudarán a pasar los primeros años de vida de su hijo.

Ropa

Es fácil excederse en las compras de ropa para el recién nacido. ¿Qué padre o madre no quiere ver a su pequeño con la ropa más bonita que ofrecen las tiendas de bebés? Dicho esto, tenga en cuenta que es posible que su bebé no se ponga esa ropa más de una vez. Entre aquellas sorpresas desagradables y el rápido crecimiento, se dará cuenta que la mayoría de las prendas no valen lo que cuestan.

Aunque su hijo se merece lucir como una superestrella, no tiene que gastar demasiado para conseguirlo. Aquí tiene

algunas formas inteligentes de comprar ropa de calidad sin salirse de su presupuesto.

Compre ropa de segunda mano

Cuando se trata de ropa de bebé, lo nuevo no siempre significa lo mejor. No tenga reparos en comprar ropa de segunda mano y aceptar prendas usadas. Hoy en día, puede encontrar ropa de segunda mano, nueva o poco usada, en Internet; ya pasaron los días en los que tenía que entrar en una tienda física para comprar artículos de segunda mano. Para quienes no tengan ni idea de dónde buscar, a continuación varias sugerencias. En estas plataformas se pueden encontrar excelentes prendas de segunda mano a precios asequibles.

- THREDUP
- OfferUp
- Poshmark
- Kidizen

Evite los artículos de precio completo

Aunque es tentador comprar por impulso, intente resistir la tentación. A menudo, puede conseguir artículos similares por menos dinero si compra en las secciones de liquidación y rebajas. Dado que el tiempo es esencial para los nuevos padres y puede que esté demasiado ocupado para estar al tanto de las rebajas, aquí tiene algunos momentos clave para comprar.

- **Rebajas trimestrales de fin de temporada:** primavera, verano, otoño e invierno
- **Días de fiesta:** Rebajas en enero, Semana Santa, "Memorial Day", 4 de julio, regreso a clases, día del Trabajo, "Black Friday", "Small Business Saturday" y "Cyber Monday"
- **Ventas flash:** suscríbase a los boletines de noticias para recibir notificaciones

Cuando compre en rebajas, tenga cuidado de no caer en la trampa de comprar artículos sólo porque son baratos. Utilice

sitios de comparación como Google Shopping o PriceGrabber para comprobar el precio original y ver si realmente está consiguiendo una buena oferta.

Tip de mamá

Si no puede comprar ropa fuera de temporada, por la razón que sea, primero mire en Ebay™. A menudo tienen "artículos nuevos con etiqueta" (NWT, por sus siglas en inglés) de cuando alguien compró de más para su hijo. Yo compré un traje de baño de talla 3T, nuevo, por \$4, que normalmente costaría unos \$20 en temporada. Los "lotes" se refieren a la agrupación de varias prendas de la misma talla y temporada. A menudo son las mejores compras por artículo tanto de ropa nueva como usada en Ebay™.

– Theresa Rezentes, madre de Simone

Vivienda

Muchas parejas piensan que necesitan una casa más grande cuando tienen hijos, pero cambiar a una casa más grande y más cara de inmediato puede ser un error. Un pago mayor de la casa puede dificultar algunas opciones de crianza, como la decisión de no trabajar para quedarse en casa. Además, hay que dejar suficiente margen de maniobra en el presupuesto para hacer frente a los numerosos gastos que conlleva un nuevo bebé. Puede aplicar el mismo principio a la compra de un auto. A menos que el auto esté en las últimas, es mejor esperar.



Alimentos

Como puede imaginar, los bebés que crecen necesitan cada vez más comida, y esto puede hacer que sus facturas aumenten fácilmente. Según el [Servicio de Investigación Económica del](#)

[USDA](#) (en inglés), los estadounidenses gastaron un promedio del 9.7% de su renta disponible en comida, en 2018. Usted, sin embargo, podría gastar menos si busca oportunidades de ahorro en su diario.

Lactancia materna

La lactancia materna se considera la opción más saludable para su hijo, y lo mejor de todo es que es gratis. De hecho, la [Oficina del Cirujano General](#) (en inglés) nos dice que las madres que dan el pecho pueden ahorrar entre \$1,200 y \$1,500 en leche de fórmula infantil sólo durante el primer año.

Además, puede ahorrarse dinero en las facturas del médico, ya que está demostrado que la leche materna mantiene a los bebés más sanos. Si le cansa la idea de dar el pecho a todas horas, obtenga un extractor de leche materna para salvar el día. Por suerte, no debería figurar en su factura, ya que la Ley de Affordable Care (2010) exige que la mayoría de los planes de seguro médico [cubran el costo de estos extractores](#) (en inglés). Tenga en cuenta que, si tiene un plan de salud con derechos adquiridos, es posible que su proveedor de servicios no esté obligado a cubrir ese costo.

Ahorre en leche de fórmula

No todas las madres pueden dar el pecho, y algunas deciden no hacerlo. Si se encuentra en una de estas dos categorías, significa que tendrá que recurrir a la leche de fórmula, la cuál puede ser muy costosa. Para ahorrar dinero, pruebe:

- Registrarse para cupones de leche de fórmula
- Usar Ibotta para obtener recompensas de devolución de dinero
- Encontrar cupones con la extensión del navegador Honey
- Comprar en tiendas de descuento al por mayor
- Comprar leche en polvo en lugar de la que viene preparada

-
- Obtener muestras gratuitas
 - Considerar las marcas genéricas y de la tienda
 - Preguntar a su médico

Tenga cuidado al comprar leche de fórmula, ya que puede necesitar varios intentos para encontrar una marca que funcione para su bebé.

Compruebe si puede devolver la leche de fórmula sin abrir y guarde los recibos.

Alimentos para bebés hechos por su cuenta

Cuando su hijo esté listo para la comida sólida, las comidas preparadas para bebés pueden parecer la mejor opción, sin embargo, hacerlas en casa puede ser más económico, más sano y más divertido. Lo bueno de hacer la comida del bebé es que no toma mucho tiempo. Por ejemplo, puede hacer un puré de frutas y verduras mientras prepara la cena. Una sugerencia para ahorrar tiempo es hacer comida para bebés a granel, colocarla en recipientes y luego meterla en el congelador. Si hace suficiente, puede pasar un mes antes de que necesite preparar otra tanda.

¿No sabe qué hacer? No se preocupe. El Departamento de Agricultura de EE.UU. ofrece [recursos](#) (en inglés) útiles que puede utilizar. Antes de que se dé cuenta, será un profesional de la alimentación infantil y tendrá más dinero en sus bolsillos.

Pañales

Hasta que su bebé esté entrenado para ir al baño, estará gastando pañales a la velocidad de la luz. Esto puede resultar abrumador desde el punto de vista económico para muchas familias, teniendo en cuenta que el 36% tiene [dificultades para proporcionar pañales a sus bebés](#) (en inglés).



¿Cómo se pueden reducir los costos de pañales? Los pañales desechables han evolucionado, ya que ahora llevan incorporadas fundas transpirables e impermeables. Además, están disponibles en varios diseños, colores, estampados y tejidos. También hay que tener en cuenta que su duración depende del uso, por lo que es mejor tener suficientes para poder cambiarlos. Consulte las recomendaciones de la marca que desea comprar en Internet para determinar cuántos necesita. Algunas opciones para ahorrar costos son "ser ecológico" y buscar alternativas.

Ser ecológico

Aunque hoy en día muchos padres odian la idea de lavar los pañales de tela de toda la vida, los ahorros que supone podrían hacerle reconsiderar la idea. En términos de costo, puede gastar entre \$60 y \$350 por un sistema de pañales de tela ajustables que suele incluir 6 cobertores y 12 insertos. Aunque esto supone un mayor costo inicial, evita el costo semanal recurrente de la compra de pañales desechables.

Esta opción no solo le ayuda a ahorrar dinero, sino que también estará salvando el medio ambiente teniendo en cuenta que en 2017, [3,340 toneladas de pañales acabaron en los vertederos](#) (en inglés).

Haga toallitas para bebé

El costo de las toallitas puede parecer insignificante, pero se va acumulando a lo largo de dos o tres años. Para mitigar estos costos, considere la posibilidad de fabricar sus propias toallitas. Los ingredientes son relativamente baratos y no hace falta ser un gurú de las manualidades para hacerlo. Los ingredientes clave son:

- Toallas de papel gruesas
- Agua
- Aloe vera
- Aceites esenciales

- Jabón para bebés

Hacer sus propias toallitas puede ahorrarle una cantidad de dinero considerable a largo plazo. Además, sabrá exactamente lo que pone en la piel de su bebé, lo que puede ser un alivio para los padres. Puede encontrar recetas y vídeos explicativos en Internet.

Pruebe las marcas genéricas

Si tiene que usar pañales desechables, considere las marcas genéricas y de la tienda. Muchos padres creen que las marcas más baratas de la tienda son tan fiables como sus homólogas de marca más caras. También puede comprar insertos económicos que convertirán un pañal normal en una versión más absorbente para la noche.

Suscríbase a un servicio de pañales

Si se registra a una suscripción de pañales de Amazon, puede conseguir hasta 20% de descuento. Sin embargo, necesita tener una suscripción a Amazon Prime antes de poder optar a ella. Asegúrese de prestar atención a la cuota de suscripción anual antes de inscribirse; cuesta \$155.88 al año si paga mensualmente, pero solo \$119 si paga la cuota anual completa por adelantado.

Dicho esto, si no utiliza Amazon con regularidad, puede que suscribirse no sea la opción más rentable. En su lugar, considere una suscripción de pañales como la de Made Of y también obtendrá la entrega gratuita. Asegúrese de sacar cuentas para estar seguro de que la suscripción no cueste más que comprar pañales a su ritmo.

Busque organizaciones sin fines de lucro

A veces, las organizaciones sin fines de lucro regalan pañales a padres con bajos ingresos. Las organizaciones también pueden tener una reserva de muestras que estén dispuestas a ceder. Algunos lugares donde puede encontrar pañales gratis son:

- National Diaper Bank Network
- Consultorio médico
- Muestras de empresas de pañales
- Iglesias locales
- Salvation Army



La plataforma en línea [Need Help Paying Bills](#) (en inglés) también puede indicarle organizaciones de todos los estados que ayudan con los pañales. Algunas reparten artículos adicionales, como accesorios para bebés, juguetes y leche de fórmula. Recuerde que cada pequeño detalle cuenta y que no hay que avergonzarse de pedir ayuda.

Tip de mamá

Cuando mi hija nació, solía comprar Pampers porque es una marca popular. Me gastaba unos \$40 por un paquete de 140 pañales y gastaba casi dos cajas al mes. Una amiga me aconsejó que probara los pañales de tela, ya que reducirían los costos y no tendría que preocuparme por que se acabaran. Acabé comprando dos sistemas de seis paquetes por \$120 en Walmart y, sinceramente, fue una de las mejores decisiones. He ahorrado más de \$800 en un año y el gran valor añadido es que también estoy ayudando al medio ambiente.

– Karen Huenefeldt, madre de Grace y Jackson

Guardería

Los costos de guarderías pueden superar fácilmente un año de matrícula en una universidad pública. El Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU. recomienda no gastar más del 7% de los ingresos totales del hogar en guarderías. Actualmente, las familias gastan aproximadamente \$250 a la semana, lo que equivale a cerca del 10% del promedio de

los ingresos familiares. A pesar de los altos costos, los padres están encontrando formas de hacer que funcione y hemos enumerado algunas soluciones a continuación.

Cuidado de niños no convencional

Si no tiene la suerte de contar con miembros de su familia que le ayuden con el cuidado de su hijo, considere la posibilidad de hacerse amigo de otros padres que quieran intercambiar las tareas de cuidado con usted. Consulte el manual *Smart Mom's Baby-Sitting Co-Op Handbook: How We Solved the Baby-Sitter Puzzle*, de Gary Myers, para saber cómo crear una cooperativa de niños. Otras opciones asequibles son la contratación de una au pair o un acuerdo para compartir niñera.

Acuerdos laborales flexibles

Algunos padres se dan cuenta de que, cuando tienen en cuenta el costo de la guardería, es más barato que uno de los padres se quede en casa a tiempo completo. Otros optan por crear su propia guardería para obtener ingresos extra. Otra opción puede ser reducir el trabajo a tiempo parcial o pedir a su empleador que le ofrezca un horario laboral flexible. Por último, si su pareja trabaja durante el día o está libre los fines de semana, considere un trabajo de fin de semana o de noche para reducir los costos de la guardería.

Opciones no tradicionales

El [cuidado de un bebé en un centro](#) (en inglés) cuesta un \$1,230 al mes, en promedio. Si eso no entra en su presupuesto, considera una guardería a domicilio o establecimientos sin fines de lucro. Suelen tener menos gastos generales y, por tanto, tarifas más bajas. No tenga miedo de preguntar a los proveedores de servicios de guardería si ofrecen tarifas escalonadas (basadas en los ingresos) o descuentos para hermanos, ya que a veces no anuncian estas opciones de ahorro.

Tenga en cuenta que algunos empleadores tienen programas de

red de guarderías, lo que significa que podría obtener mejores tarifas si utiliza un proveedor de su red. Para los superpapás que están criando a sus hijos mientras estudian, comprueben si su colegio o universidad tiene un programa de subvenciones para el cuidado de los niños.

Recursos gubernamentales

Existen iniciativas gubernamentales que pueden facilitar el pago de la guardería, tanto si tiene unos ingresos bajos como si gana demasiado para recibir ayuda. Para acceder a la mayoría de los programas, es necesario tener un trabajo (a tiempo parcial o completo), entre otros requisitos. Algunos de los recursos más comunes son:

- [Crédito tributario por hijos](#)
- [Créditos tributarios para el cuidado de niños y dependientes](#)
- [Cuidado de dependientes \(FSA, en inglés\)](#)
- [Programa estatal de subvenciones para el cuidado de niños](#)
- [Crédito tributario por ingresos del trabajo](#)
- [Head Start y Early Head Start](#)
- [Programas de asistencia financiera de cuidado infantil para las fuerzas armadas](#)

[Child Care Resource and Referral \(CCR&R, por sus siglas en inglés\)](#) es también un recurso útil. Pueden ayudarle a encontrar una guardería de calidad, explorar soluciones creativas para cubrir los costos y ofrecen opciones de asistencia financiera a quienes tienen limitaciones económicas. Hacer uso de cualquier recurso para el que cumpla con los requisitos podría ahorrarle dinero a su familia y darle a su hijo una ventaja competitiva en la vida.

Equipamiento para bebés

Si abre cualquier catálogo de artículos para bebés, encontrará todo tipo de artefactos que prometen hacer a su bebé más feliz

e inteligente, y facilitar la crianza. Aunque algunos artículos pueden ser útiles, otros probablemente no se utilicen en absoluto.

Para ahorrar dinero, pruébelo antes de comprar. Si un amigo le recomienda un artículo que ha utilizado, pregúntele si se lo puede prestar unos días antes de comprarlo. Incluso es posible que algunos de sus amigos con hijos tengan aparatos que ya no necesitan y estén dispuestos a dárselos.

Si está abierto a comprar artículos de segunda mano, puede encontrar artículos de calidad como cochecitos, cunas o portabebés en algunas de estas plataformas:

- Mercari
- Good Buy Gear
- Swap.com
- WEEPEA

Tip de mamá

Diría que alrededor del 50% de las cosas no esenciales que compré para mi hija el primer año fueron una pérdida de dinero: el fular portabebés que ella odiaba y que me mataba la espalda; el cambiador que nunca usamos, el calentador de toallitas para bebés que no utilizamos; el traje de sol que supuestamente la protegía de los rayos UV dañinos (lo usó quizás una vez); y la lista continúa. Mantenga las cosas simples.

– Gerri Detweiler, madre de Sydney

Juguetes

Casi cualquier padre con experiencia le dirá que cuanto más caro es el juguete, menos probable es que su hijo juegue con él. Aunque le parezca que está defraudando a su bebé si no le compra los juguetes más modernos, lo cierto es que su hijo puede arreglárselas con menos, sobre todo hasta que se haga

mayor y empiece a querer lo que tiene todo el mundo. Pruebe estas sugerencias para ahorrar.

Comparta los juguetes

Algo que los padres suelen observar en los niños es que les encanta jugar con los juguetes de otros niños. Puede ser porque son diferentes a los que ven en casa cada día. Compartir juguetes es una excelente manera de rescatar a su hijo del aburrimiento de sus juguetes y ahorrarle dinero. Pruebe a utilizar Toycyle, una plataforma que le pone en contacto con familias locales con las que puede intercambiar juguetes usados gratis o pedirlos prestados. También puede llevar a su pequeño a una [ludoteca](#) (en inglés) si encuentra una cerca.



Además, puede sugerir el intercambio de juguetes a vecinos con hijos o a miembros de grupos de madres. No olvide que las ventas de garaje y las tiendas de segunda mano están llenas de juguetes para que su bebé juegue con ellos.

Suscripción de juguetes

Si se empeña en que sus hijos tengan un suministro regular de juguetes nuevos, puede considerar un servicio de suscripción. Las suscripciones permiten recibir juguetes específicos cada mes y ajustarse a un presupuesto.

Dependiendo de la frecuencia con la que los reciba, puede costar entre \$15 y \$40 al mes. Algunas suscripciones de juguetes comunes son:

- CrateJoy
- Raddish
- Green Pinata Toys
- Toy Library

- Little Passports

Conseguir una caja de juguetes educativos por \$20 puede ser menos costoso que ir a comprar juguetes cada mes. Sin embargo, si no planea comprar juguetes nuevos mensualmente, tal vez pueda omitir la suscripción o ver si tienen una suscripción trimestral.

Tip de mamá

No compre libros ni vídeos, tómelos prestados de la biblioteca. Si su biblioteca no los tiene, consúltelo con sus amigos o cree una "biblioteca" de grupo de madres para que todos puedan compartir el gasto y los libros. La mayoría de los padres sólo necesitan ciertos libros durante un corto período de tiempo.

– Deb Thornton, madre de Faith y Allison

Presupuesto

Lo mejor que pueden hacer los padres primerizos es la planificación financiera. Los niños vienen con muchas sorpresas costosas, así que hay que estar preparados. La creación de un presupuesto realista que incorpore los ahorros garantizará que pueda cubrir cualquier gasto inesperado. Estas son algunas aplicaciones de presupuestación que pueden ayudarle a controlar sus gastos y a manejar el dinero como padre primerizo:

- EveryDollar (gratuita + versión pagada de \$99 al año)
- Mint (gratis)
- Wally (gratis)
- You Need a Budget (cuota de \$7 al mes)