

La Junta de protección al consumidor del estado de Nueva York está de su LADO
ÚNASE a nuestro Esfuerzo para Estirar Su Dinero:



CONSEJOS para comprar víveres

Las siguientes sugerencias han sido recibidas hasta ahora de parte de los consumidores. Agregue sus propias sugerencias enviando un correo electrónico a noticias@consumer.state.ny.us.

ANTES DE COMPRAR:

- CREE ideas de comida para la siguiente semana en base a lo que está en oferta. Tenga en mente los días que tendrá tiempo para cocinar desde el principio y los días que estará presionado por el tiempo.
 - HAGA una lista de víveres y sígala al pie de la letra. Esto disminuirá la posibilidad de comprar más de lo que necesita.
 - VISITE sitios web de tiendas para comparar precios, encontrar ofertas e imprimir cupones electrónicos. Algunas cadenas de tiendas le enviarán notificaciones por correo electrónico respecto de las ventas. Otras pueden permitirle que encargue por adelantado la compra y la recogida.
 - INSCRÍBASE en los bonos o tarjetas de descuento de la tienda de víveres, farmacia y mercado para recibir ahorros adicionales. Estos descuentos con el tiempo ofrecen ahorros enormes a los consumidores y también les brindan promociones y cupones que no se publican. Asegúrese de que sus datos se mantendrán en forma privada. ORGANICE los cupones y busque oportunidades para duplicar los cupones del fabricante. Consejo: las bibliotecas públicas a menudo ponen a disposición del cliente intercambios de cupones, que puede ser especialmente útil para consumidores que no compran periódicos.
 - COMBINE los cupones de fabricantes y de tiendas para obtener ahorros adicionales.
 - SIGA los anuncios publicitarios y compre productos que verdaderamente estén en oferta, ya que algunos productos publicados están en venta pero al precio normal o el de todos los días, en lugar de un precio de venta más bajo. Donde sea posible, compre un producto de venta básico que dure 12 semanas, que es el ciclo de venta típico.
 - NO vaya al supermercado con el estómago vacío; tendrá la tentación de comprar de más.
 - TENGA un refrigerador (cooler) en el auto en la época de calor para guardar los productos lácteos y los congelados cuando los traslade del supermercado a la casa.
- Nuevo en julio:*
- DURANTE EL VERANO, busque puestos de granjas locales o mercado y compre frutas y vegetales frescos a precios más bajos.

La Junta de protección al consumidor del estado de Nueva York está de su LADO
ÚNASE a nuestro Esfuerzo para Estirar Su Dinero:



- PLANIFIQUE CON ANTICIPACIÓN para que no compre víveres más de una vez a la semana. Esto le ahorrará tiempo y dinero en gasolina, así como en víveres que pueden comprarse por cantidad.
- HABLE CON AMIGOS O FAMILIARES acerca de lo que pueden necesitar de la tienda, y luego, si ve gangas o cupones extras, compre productos para ellos también.
- **¡Agregue su propio consejo!**

EN LA TIENDA DE VÍVERES:

- SIGA AL PIE DE LA LETRA SU LISTA. Cuando compre, no lo haga por impulso.
- COMPRE COMIDA SALUDABLE. Por el mismo precio que el de los «chips» y las galletas, es probable que pueda comprar manzanas, bananas, zanahorias, papas, pimientos y otros alimentos más saludables que lo llenarían e incluso es probable que hasta coma menos.
- BUSQUE Y PRUEBE marcas de la tienda. Tenga en cuenta que las marcas más costosas a menudo se ubican a la altura de la vista. Las marcas de la tienda pueden ser más baratas, igual de buenas y a menudo se ubican más arriba o más abajo en los estantes de la tienda.
- COMPARE precios entre las diferentes marcas. Podría haber una venta de productos diferentes del mismo valor y calidad. Busque ventas que le ofrezcan comprar uno y llevarse uno o dos gratis.
- BUSQUE el precio unitario para comparar alimentos similares; e indica el costo por onza, libra o pinta, para que sepa cuál es la marca o medida que conviene más comprar. La mayoría de las tiendas muestran el precio unitario en la etiqueta del estante que aparece debajo del producto.
- MIRE el precio de los productos y busque productos con precios rebajados a la venta, ya que algunos vegetales y frutas pueden cocinarse aunque su apariencia exterior esté un poco maltratada.
- VERIFIQUE las fechas de vencimiento de los alimentos y otros productos. Compre productos que le ofrezcan la mejor vida de almacenamiento o vida útil.
- COMPRE el pollo completo, por ejemplo, y córtelo en piezas en casa o pídale al carnicero que lo corte, en vez de comprar pollo previamente cortado que puede ser más caro.
- COMPRE leche (sin grasa o baja en grasas) en envases grandes (galón o medio galón), ya que generalmente cuesta menos que en cuartos. La leche vendida en tiendas de autoservicio de “24 horas” generalmente cuesta más que la que se vende en los supermercados (la leche en polvo sin grasa es la más económica).
- COMPRE frutas y vegetales de estación.

La Junta de protección al consumidor del estado de Nueva York está de su LADO
ÚNASE a nuestro Esfuerzo para Estirar Su Dinero:



- NO se deje engañar por las estrategia de mercadeo, las tiendas tienden a utilizar cualquier cosa, desde sonidos hasta la ubicación del producto en la tienda, para hacer que gaste el dinero que ganó con el sudor de su frente.
 - ABASTÉZCASE de productos que estén en oferta y que pueda usar oportunamente, guardar o congelar. Por ejemplo, a menudo los refrescos en lata y el papel absorbente pueden comprarse más económicos por cantidad y guardarse durante períodos largos. Compre en cantidad para obtener calidad y precios bajos, pero sirva porciones más pequeñas y saludables.
 - LLEVE sus propias bolsas o vuelva a utilizar las bolsas de tienda de una compra anterior. Algunas tiendas le darán dinero (por ejemplo, 2 ó 3 centavos por unidad) por devolver las bolsas plásticas. También es bueno para el medio ambiente.
 - COMPRE en días de descuento para personas de la tercera edad u otros días de promociones especiales para aprovechar los descuentos.
 - USE una tarjeta de crédito para comprar víveres con la cual recibiría puntos de beneficio o dinero **Si** paga la cuenta en su totalidad todos los meses.
 - PIDA VALES si la tienda no tiene el producto en venta que usted necesite.
- Nuevo en julio*
- REVISE LA POLÍTICA DE DEVOLUCIÓN DE LA TIENDA y si encuentra que el producto está dañado o no puede usarse una vez que llegue a casa, devuélvalo. Algunas tiendas ofrecen duplicar el dinero que se le reintegra por dichos productos.
-
- **¡Agregue su propio consejo!**