

MEMORIA DEL TRABAJO FIN DE GRADO

Pobreza y nivel educativo en Canarias: una propuesta de curso-taller para la gestión de la economía doméstica.

Poverty and educational level in the Canary Islands: a course-workshop proposal for the domestic economy management.

Autor/a:

D^a Carolina China Báez (54063449-V)

D^a Laura De La Santa Cruz Sauce (79074572-C)

D^a Liliana Domínguez Alfonso (45897575-V)

Tutor/a:

D. Francisco José Ledesma Rodríguez

D^a Rosa María Lorenzo Alegría

Grado en ADMINISTRACIÓN Y DIRECCIÓN DE EMPRESAS

FACULTAD DE ECONOMÍA, EMPRESA Y TURISMO

Curso Académico 2016 / 2017

En San Cristóbal de La Laguna, a 9 junio de 2017

RESUMEN

El análisis del contexto socioeconómico de Canarias de forma comparativa con España y la Unión Europea pone de manifiesto un mayor riesgo de pobreza y una mayor desigualdad en una parte importante de los hogares canarios. Asimismo, la población en Canarias presenta mayores restricciones presupuestarias y suele tener menor formación educativa, respecto al resto de las Comunidades Autónomas. Estos hechos unidos a las escasas referencias previas sobre el tema, impulsan el interés de realizar una propuesta novedosa de mecanismos de ahorro y el diseño de un curso orientado a la gestión de la economía del hogar siendo éstos, los principales objetivos de este Trabajo Fin de Grado. Dada la importancia de las conclusiones obtenidas tras el análisis, se ha implementado un curso piloto de gestión de la economía familiar, impartido en un barrio que cumple con el perfil socioeconómico detallado con anterioridad.

Palabras claves: necesidad, ahorro, economía doméstica, pobreza

ABSTRACT

The comparative analysis of the socio-economic context of the Canary Islands against Spain and the European Union shows an increased risk of poverty and inequality in a significant part of the households in Canary Islands. Likewise, the analyzed population presents greater budgetary restrictions and less educational training than the rest of the regions of Spain. These facts, together with the few previous references on the subject, stimulate the interest in creating a new proposal of saving mechanisms and the design of a course oriented to the domestic economy management. These are the main objectives of this project. Due to the importance of the conclusions obtained from the analysis, a pilot course was implemented around domestic economy, to be presented in a neighbourhood which is designed to the aforementioned socioeconomic context.

Keywords: need, saving, domestic economy, poverty

ÍNDICE DEL TRABAJO

1. Introducción.....	5
2. Pobreza y desigualdad.....	5
2.1. Ingresos medios.....	5
2.2. Desigualdad en renta.....	7
2.3. Pobreza.....	8
2.3.1. Tasa de riesgo de pobreza.....	8
2.3.2. Carencias materiales.....	9
2.3.3. AROPE.....	10
2.4. Educación y formación.....	10
3. Mecanismos de ahorro de la economía familiar.....	13
3.1. Necesidad del cambio.....	14
3.2. Diagnóstico	14
3.3. Planificación	15
3.3.1. Gasto en alimentos.....	16
3.3.2. Gasto en suministros de electricidad y agua.....	19
3.3.3. Gastos en servicios de telefonía/TV.....	20
3.3.4. Gasto en vivienda.....	21
3.3.5. Gasto en educación	22
3.3.6. Gasto en salud.....	24
3.3.7. Gasto en transporte.....	25
3.4. Implantación.....	26
3.5. Control y evaluación	27
4. Gestión de la economía familiar: propuesta de una guía didáctica para un curso de gestión para la economía en el hogar.....	27
4.1. Guía didáctica.....	28
4.1.1. Tema.....	28
4.1.2. Contextualización: Presentación y justificación de la acción formativa.....	28
4.1.3. Identificación de la población objetivo.....	29
4.1.4. Área de intervención y adaptación familiar.....	29
4.1.5. Objetivos	29
4.1.5.1. Objetivos generales.....	29
4.1.5.2. Objetivos específicos.....	29
4.1.6. Contenidos.....	30

4.1.7. Metodología.....	30
4.1.8. Secuencia de las actividades.....	32
4.1.9. Recursos.....	36
4.1.10. Evaluación.....	36
4.1.11. Cronograma.....	37
4.2. Memoria.....	37
5. Conclusiones.....	39
Bibliografía.....	41
Anexo.....	45

ÍNDICE DE TABLAS Y GRÁFICOS

Gráfico 2.1. Evolución de los ingresos medios por hogar en Canarias y España.....	6
Gráfico 2.2. Evolución de los ingresos medios por persona en Canarias y España.....	7
Gráfico 2.3. Desigualdad de la distribución de la renta: Índice de Gini y Curva de Lorenz. Canarias.....	7
Gráfico 2.4. Tasa de riesgo de pobreza.....	8
Gráfico 2.5. % Población con carencia material severa.....	9
Gráfico 2.6. Indicador AROPE. % Población incluida en la menos uno de los tres criterios del riesgo de pobreza o exclusión social por complementos.....	10
Gráfico 2.7. Nivel de formación alcanzado por la población adulta.....	11
Gráfico 2.8. Tasas de paro por nivel de formación alcanzado. España. Año 2016.....	12
Gráfico 2.9. Tasa de abandono escolar prematuro por región en España.....	12
Tabla 3.1. Recomendaciones alimentarias basadas en los nutrientes necesarios.....	17
Figura 3.1. Pirámide Alimentaria 2017.....	18
Gráfico 4.2.1. Nivel de estudios.....	37
Gráfico 4.2.2. Nivel de ingresos.....	38
Gráfico 4.2.3. % de entendimiento y/o aprendizaje de los conceptos impartidos.....	39
Tabla 4.2.1. Media de la valoración general del curso.....	39

1. INTRODUCCIÓN

Las familias con restricciones presupuestarias severas se encuentran con el desafío de generar recursos para cubrir gastos básicos, por lo que para ellas, el ahorro se convierte en algo indispensable.

Martin y Hill (2015) ponen de manifiesto en su investigación cómo la situación financiera y, especialmente el ahorro, es fundamental para las sociedades empobrecidas. A través de su estudio demuestran que existe una relación directa entre el ahorro y el bienestar: el aumento de la capacidad de ahorro del individuo, se traduce en el incremento de su bienestar. Este hallazgo significativo, obtenido a través de una muestra mundial, sugiere que el comportamiento financiero representa un poderoso camino para el bienestar en condiciones de pobreza. Como resultado proponen que las familias que cuentan con escasos recursos económicos pueden implementar estrategias que les permitan reducir el consumo y, por consiguiente, ahorrar.

Por su parte, Boza y Zabaleta (2012) sugieren que los pobres son capaces de ahorrar y de hecho, lo hacen continuamente. Cuando las familias interactúan y comparten sus experiencias, se produce el efecto de aprendizaje, lo que pone de manifiesto la necesidad de apostar por la educación financiera como herramienta para la superación de la pobreza.

Por todo ello, el objetivo de esta memoria es doble: por un lado, proponer mecanismos de ahorro para familias que presentan restricciones presupuestarias severas y que cuentan con un bajo nivel educativo y, por otro, proponer un diseño de curso orientado a la gestión de la economía familiar, que se ha impartido mediante un curso piloto en un barrio situado en el municipio de San Cristóbal de La Laguna el 29 de mayo de 2017.

Para la proposición de los mecanismos de ahorro se han tomado como referencia las herramientas de gestión aplicadas en las empresas que forman parte del camino curricular del grado en Administración y Dirección de Empresas. Por su parte, para el diseño de la guía didáctica y la puesta en práctica del curso piloto, se ha tomado como referencia la metodología docente propuesta por la Consejería de Educación del Gobierno de Canarias.

En cuanto a la estructura del trabajo de fin de grado se inicia en la sección 2 con un estudio previo sobre la situación de pobreza y desigualdad existente en Canarias. En la tercera sección se sugieren algunos mecanismos de ahorro para la economía familiar, atendiendo principalmente a las necesidades básicas que presentan los individuos. A continuación, se propone un diseño de guía didáctica para la gestión de la economía doméstica, incluyendo una memoria resumen de la prueba piloto puesta en práctica a través de un curso-taller. Por último, se detallan las conclusiones.

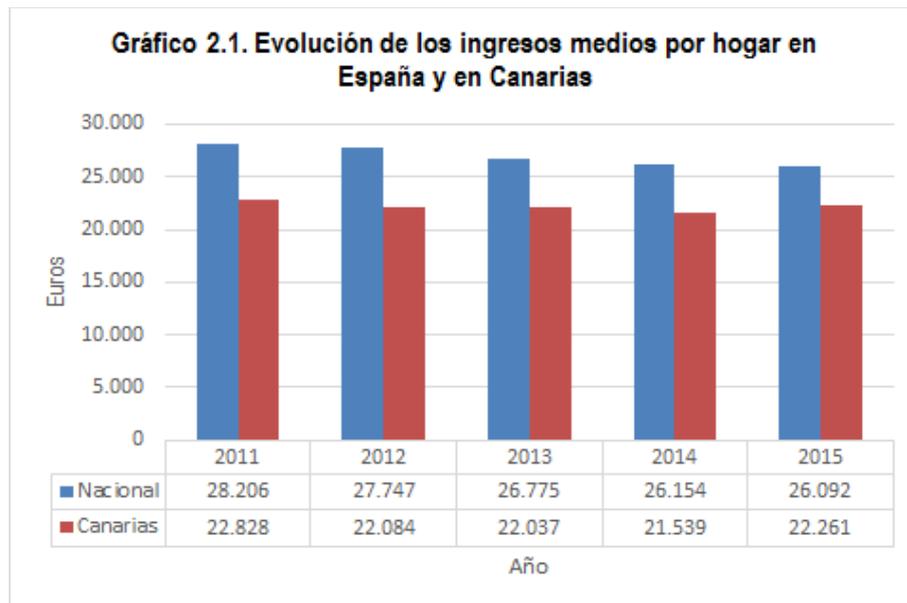
2. POBREZA Y DESIGUALDAD

En esta sección se van a analizar cuatro indicadores con el fin de obtener una visión general de la situación de pobreza y desigualdad en Canarias. Para poder analizar la posición en la que encuentra esta región y tomando como referencia al Consejo Económico y Social de Canarias (2016), se va a llevar a cabo una comparación con España y la Unión Europea -28 países-.

2.1. INGRESOS MEDIOS

Según el Instituto Nacional de Estadística (INE), los ingresos medios netos son los percibidos durante el año anterior al de la entrevista por los miembros del hogar. Estos ingresos se componen de los ingresos del trabajo por cuenta ajena, beneficios/ pérdidas del trabajo por cuenta propia, prestaciones sociales, rentas procedentes de esquemas privados de pensiones no relacionados con el

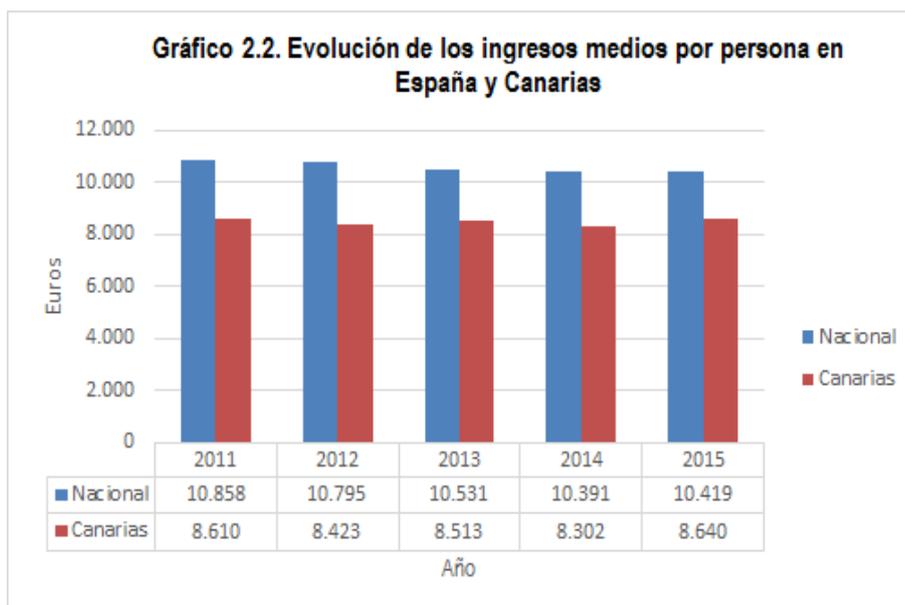
trabajo, rentas del capital y de la propiedad, transferencias entre hogares, ingresos percibidos por menores y el resultado de la declaración por el IRPF. No se incluyen los componentes no monetarios, salvo el coche de empresa.



Fuente: elaboración propia a partir de datos proporcionados por el INE (2015)

Según los datos proporcionados por la Encuesta de Condiciones de Vida (ECV) realizada por el INE en el año 2015 y como puede observarse en el Gráfico 2.1., los ingresos medios por hogar en Canarias y en España experimentan una ligera disminución año tras año. Cabe destacar, que el gráfico 2.2. muestra que los ingresos medios por persona han seguido la misma pauta, excepto en el año 2015 que presentan un ligero incremento. La diferencia experimentada en el año 2015 entre el aumento del ingreso por persona y la disminución del ingreso por hogar, puede explicarse por la reducción en el tamaño medio del hogar.

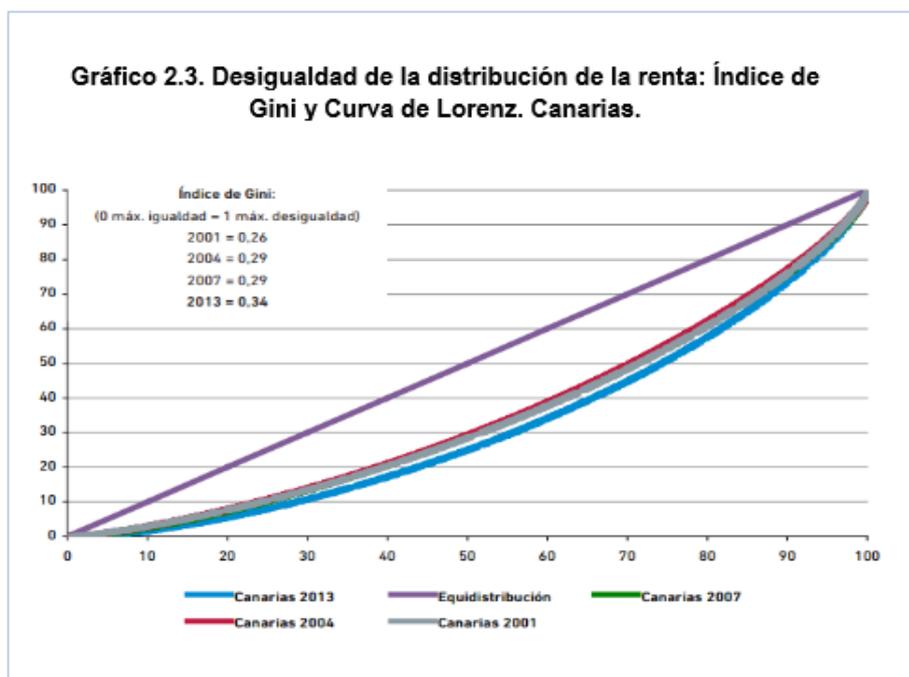
Canarias tiene una renta media por hogar inferior a la registrada para el conjunto nacional (un 15% por debajo de la media nacional en 2015), siguiendo la misma tendencia de disminución en los últimos años. Asimismo, su ingreso medio por persona se sitúa en un 17% por debajo de la media nacional en el año 2015.



Fuente: elaboración propia a partir de datos proporcionados por el INE (2015)

2.2. DESIGUALDAD EN RENTA

La desigualdad en renta expresa la forma en la que se reparten los recursos materiales fruto de la actividad económica en los distintos estratos socio-económicos de una región/país. Uno de los indicadores más utilizados para medir la desigualdad en renta de una región es el coeficiente de Gini y su representación gráfica a partir de la curva de Lorenz. El valor del coeficiente de Gini oscila entre 0 y 1 indicando el valor de 1 la máxima desigualdad.



Fuente: ISTAC

Como se observa en el Gráfico 2.3., el coeficiente de Gini ha ido en aumento en los últimos años, elevándose notablemente el índice en el año 2013, lo que significa que ha aumentado la desigualdad en renta entre la población canaria. Este aumento puede percibirse también, a través de la curva de Lorenz donde se constata cómo en 2013 la curva se aleja considerablemente de la recta de equidistribución.

Comparando los datos del coeficiente de Gini del año 2013 proporcionados por el Eurostat, se contempla que Canarias y España presentan una desigualdad en renta muy similar, ya que los índices del coeficiente son 0.34 y 0.337, respectivamente. Sin embargo, estos datos distan de los registrados en la Unión Europea para este mismo año (0.305), donde la renta se encuentra mejor distribuida.

2.3. POBREZA

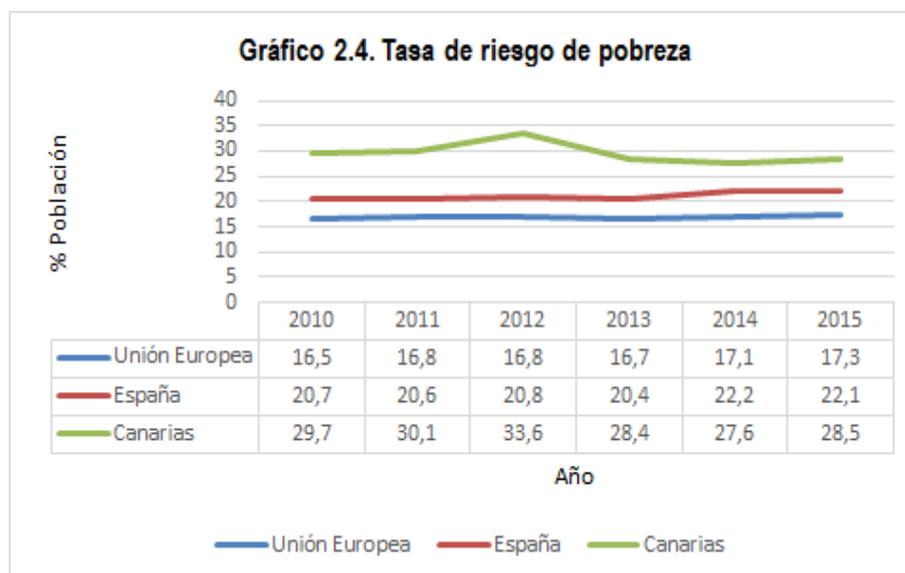
En este apartado se presentan datos relativos a tres indicadores de pobreza, comparando para ello Canarias con España y la Unión Europea. Para la elaboración de este epígrafe se ha tomado como referencia a Padrón, et al (2016).

2.3.1. Tasa de riesgo de pobreza

Según el INE, la tasa de riesgo de pobreza es el porcentaje de personas que está por debajo del umbral de pobreza. El umbral de pobreza depende de la distribución de los ingresos por unidad de consumo de las personas. Se fija este umbral en el 60% de la mediana de los ingresos por unidad de consumo. Conviene destacar que la tasa de riesgo de pobreza no es una medición absoluta, sino que es un indicador relativo de la desigualdad, ya que mide cuántas personas tienen ingresos bajos en relación al conjunto de la población.

A través de los datos proporcionados por el INE y el Eurostat, Canarias terminó el año 2015 con el 28.5% de la población en riesgo de pobreza superando en 6,4 puntos a la tasa nacional, y en 11,2 puntos a la media europea (17.3%), tal y como se observa en el Gráfico 2.4..

La Comisión Europea (2017), expone que las razones que justifican los datos anteriormente señalados para España son diversas: beneficios sociales "limitados" en relación a otros países, la "falta de coordinación" entre los servicios de empleo y los servicios sociales, un apoyo a las familias relativamente bajo respecto a los estándares europeos y, sobre todo, una tasa de temporalidad en el empleo.



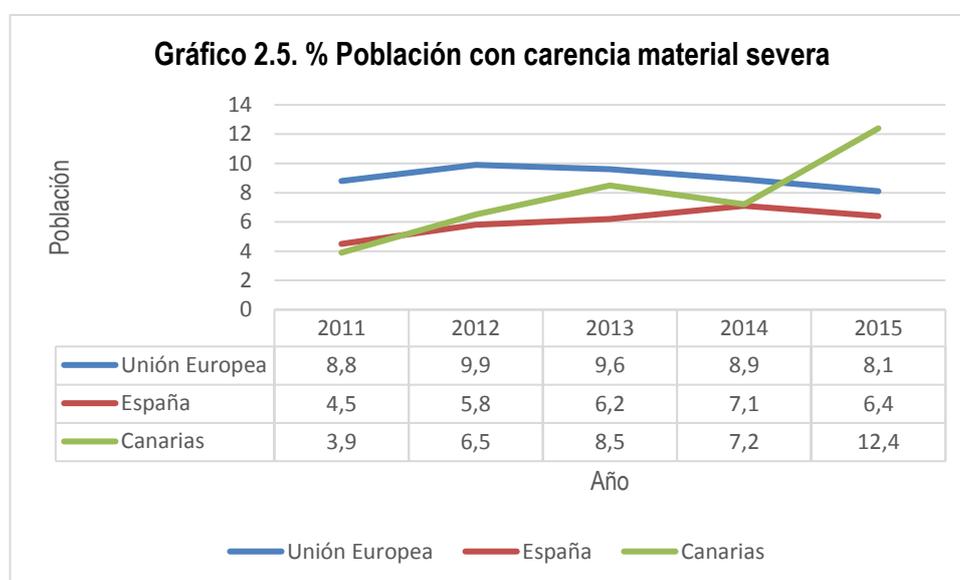
Fuente: elaboración propia a partir de datos proporcionados por INE y Eurostat

2.3.2. Carencias materiales

Según el INE (2015) la carencia material severa es definida como la carencia de al menos cuatro conceptos de los nueve de la lista siguiente:

1. No puede permitirse ir de vacaciones al menos una semana al año.
2. No puede permitirse una comida de carne, pollo o pescado al menos cada dos días.
3. No puede permitirse mantener la vivienda con una temperatura adecuada.
4. No tiene capacidad para afrontar gastos imprevistos (de 650 euros).
5. Ha tenido retrasos en el pago de gastos relacionados con la vivienda principal (hipoteca o alquiler, recibos de gas, comunidad...) o en compras a plazos en los últimos 12 meses.
6. No puede permitirse disponer de un automóvil.
7. No puede permitirse disponer de teléfono.
8. No puede permitirse disponer de un televisor.
9. No puede permitirse disponer de una lavadora.

Por lo tanto, cuando una persona declara carencias en cuatro o más ítems, pasaría a formar parte de la “población con carencia material severa”.



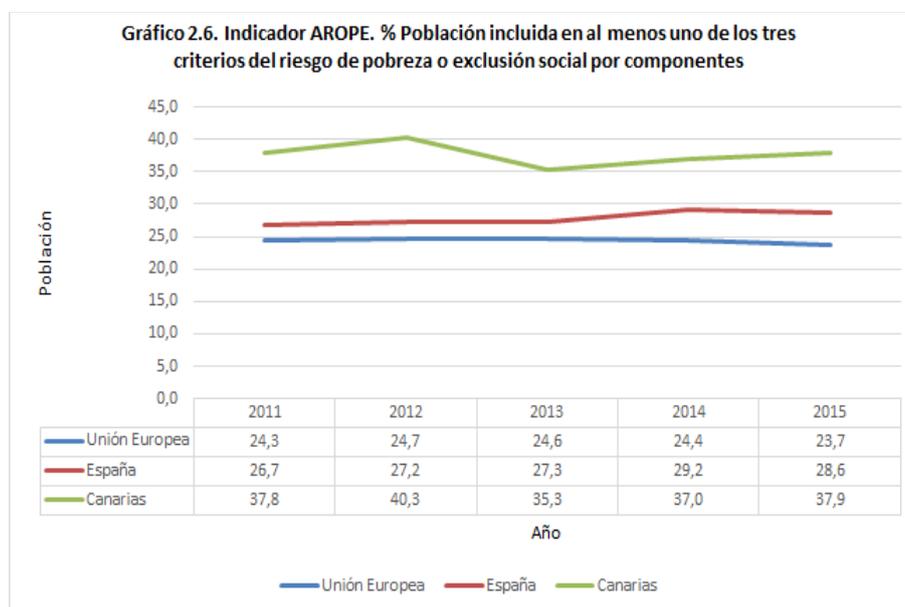
Fuente: elaboración propia a partir de datos proporcionados por INE y Eurostat

A lo largo del periodo de análisis observado en el Gráfico 2.5., en España y en la Unión Europea el porcentaje de población con carencia material severa aumentó en los años 2013 y 2014, reduciéndose posteriormente.

Canarias parte en el año 2011 con el menor resultado de carencia material severa mientras que en el año 2015, este porcentaje se ve triplicado. Los datos más relevantes que explican este aumento son: el 67.7% de los hogares canarios no tienen capacidad para poder afrontar gastos imprevistos, el 57.9% no puede irse de vacaciones al menos una vez al año y el 34.9% tiene mucha dificultad para poder llegar a fin de mes -tal y como reflejan los datos proporcionados por el INE-.

2.3.3. AROPE

Para medir el riesgo de pobreza y exclusión social habitualmente se utiliza un indicador propuesto por la Unión Europea. El indicador AROPE (At Risk Of Poverty and Exclusion) hace referencia al porcentaje de la población que se encuentra en riesgo de pobreza y/o exclusión social. Por tanto, se trata de un indicador sintético que integra los presentados en los apartados 2.3.1. y 2.3.2. Esta referencia consta de tres variables: la carencia material severa, la baja intensidad en el empleo y el riesgo de pobreza.



Fuente: elaboración propia a partir de datos proporcionados por INE y Eurostat

La Comisión Europea (2013) expone que entre los grandes retos que afronta España se encuentra la desigualdad, el riesgo de pobreza y la exclusión social. Es evidente que este país ha progresado en los últimos años de expansión, pero ello no se traduce en una mejora automática de los indicadores sociales.

Como se observa en el Gráfico 2.6., España -a pesar de haber sufrido un incremento en el periodo 2013-2015- mantiene una tendencia constante en el indicador AROPE, situándose ligeramente por encima de los valores registrados en la Unión Europea. Por el contrario, Canarias presenta unos porcentajes muy superiores a la media nacional y europea (un 60% por encima de la Unión Europea y un 40% por encima de España).

2.4. EDUCACIÓN Y FORMACIÓN

La educación es uno de los factores más determinantes en el avance y progreso de las personas y de la sociedad en general, y se reconoce como un factor clave en el crecimiento sostenido de una economía en el largo plazo, tal y como muestran Lucas (1988) y Uzawa (1965).

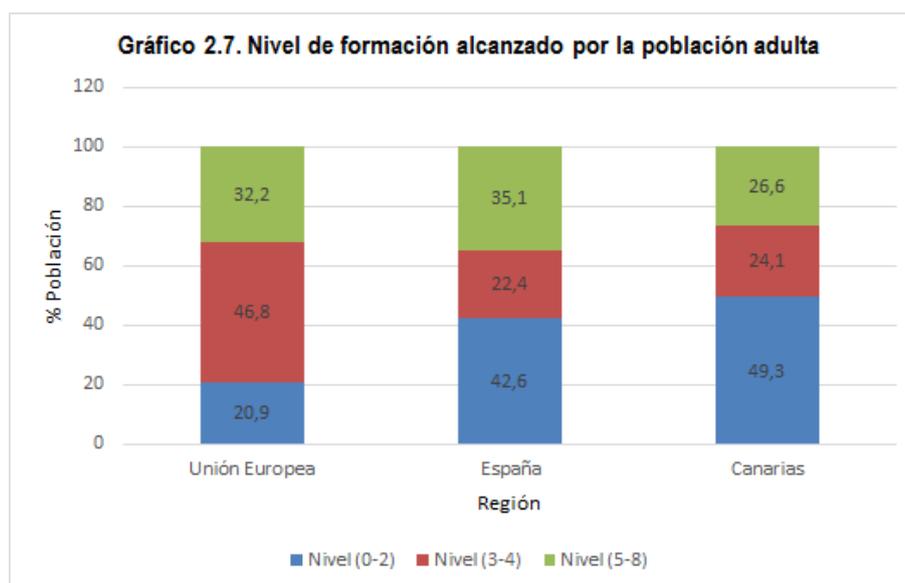
De acuerdo con los estudios realizados por Schultz (1959) y Becker (1964), gran parte del crecimiento económico de las sociedades occidentales se puede explicar introduciendo la variable del capital humano¹.

¹ Según La Organización para el Comercio y el Desarrollo Económico (1998), el capital humano es "...el conocimiento, las competencias y otros atributos que poseen los individuos y que resultan relevantes a la actividad económica...".

De hecho, la teoría del capital humano reconoce que para poder explicar ciertos hechos macroeconómicos, es necesario incluir el conjunto de habilidades y capacidades de los trabajadores – además de los factores capital y trabajo-.

El nivel de formación de la población adulta (de 25 a 64 años) es un indicador relacionado con el desarrollo y los niveles de empleo de la sociedad actual y futura. La Comisión Europea (2013), señala como objetivo alcanzar el desarrollo de una sociedad con alto nivel de empleo, sostenible y con cohesión social.

Este objetivo de crecimiento integrador se propone garantizar el acceso y las oportunidades para todos en la sociedad de los próximos años, utilizando plenamente el potencial laboral a través del fomento de la cualificación de la población.

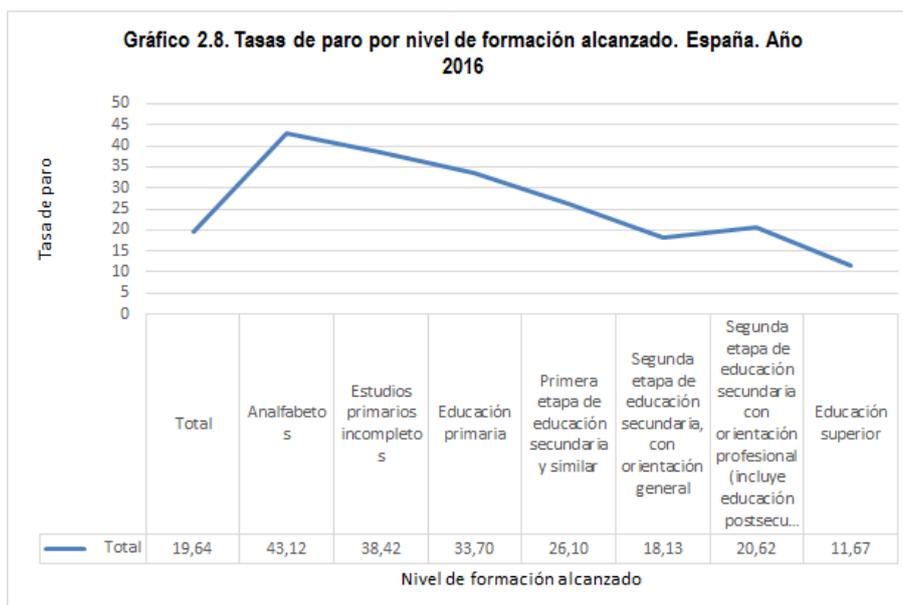


Fuente: elaboración propia a partir de datos proporcionados por INE y OCDE (2015).

Como puede observarse en el Gráfico 2.7. en España y en Canarias en el año 2015, el porcentaje más alto corresponde a la población con un nivel de formación inferior a la 2ª etapa de educación secundaria y educación postsecundaria no superior (nivel 0-2). Estos valores duplican a los de la UE, donde dicho nivel ocupa el porcentaje más bajo de población. Según los datos que proporciona el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte (2017) es preciso destacar que la mitad de la población adulta en Canarias no completaron los estudios de secundaria.

Los niveles de educación elevados se relacionan con diversas consecuencias positivas, tanto para las personas como para la sociedad en su conjunto. El Instituto Nacional de Evaluación Educativa (2016), ha permitido constatar que las personas que alcanzan niveles educativos altos suelen tener una mayor participación social, unas tasas de empleo e ingresos relativos más elevados y una mejor salud.

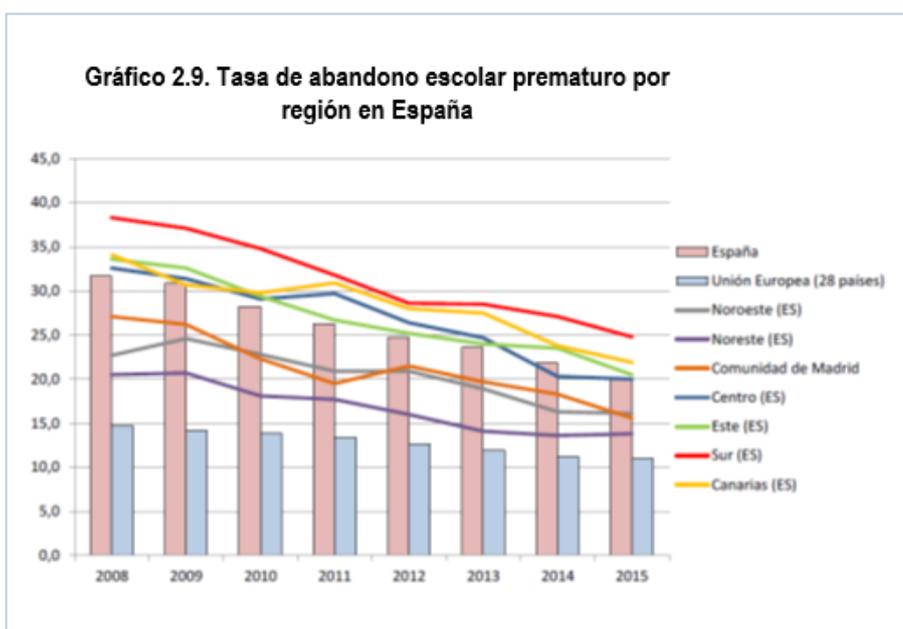
Según los datos de la Encuesta de Población Activa (EPA) del INE (2015), el porcentaje de la población ocupada aumenta con el nivel de formación, variando desde el 36.8% para los que solo tienen la educación primaria o inferior, hasta el 78.5% para los que alcanzan la educación superior. Como se observa en el Gráfico 2.8., la tasa de paro en España va disminuyendo según se incrementa el nivel de formación alcanzado.



Fuente: elaboración propia a partir de datos proporcionados por el INE

Lo mismo ocurre si se atiende a los salarios percibidos y el nivel de formación alcanzado. Los salarios de los titulados superiores superan a la media en un 23.2%, como señala la EPA del año 2015.

La tasa de abandono escolar prematuro² en España continúa siendo la más elevada de la Unión Europea, a pesar de la disminución experimentada en los últimos años, superando el objetivo nacional de Europa 2020, fijado en un 15%. Asimismo, en Canarias esta tasa se encuentra en el año 2015 por encima del 20 %.



Fuente: Eurostat

² Según INE, el abandono temprano de la educación-formación es el porcentaje de personas de 18 a 24 años que no ha completado la educación secundaria de segunda etapa y no sigue ningún tipo de estudio-formación en las cuatro semanas anteriores a la de la entrevista.

Como se puede observar en el Gráfico 2.9., Canarias ha mantenido un alto abandono escolar prematuro en todos los años, notablemente por encima de la media nacional. Ello se debe a factores como: el género, el origen nacional y la situación económica de la familia, tal y como señala la Comisión Europea (2016). Hacer frente a este abandono escolar prematuro es fundamental para que España y en concreto Canarias, puedan reducir sus carencias de educación y aumenten su competitividad.

Los indicadores estudiados anteriormente demuestran que Canarias, en comparación con España y la Unión Europea, se encuentra en una posición desfavorable en cuanto a pobreza y desigualdad. Los datos mostrados anteriormente no son buenos y ponen de manifiesto la necesidad de implantar medidas e instrumentos para mejorarlos.

El estudio realizado pone de manifiesto que la población que presenta restricciones presupuestarias severas, suele tener una formación educativa menor, impulsando así la necesidad de que reciban formación en muchos ámbitos y, en especial, referido a la gestión de su economía familiar.

3. MECANISMOS DE AHORRO DE LA ECONOMÍA FAMILIAR

En esta sección se presentan una serie de recomendaciones para la gestión de la economía del hogar. Para ello, se ha tomado como referencia la estructura básica de un programa de Dirección Estratégica -materia propia del grado de Administración y Dirección de Empresas- donde se muestra la gestión interna que realizan las empresas. Asimismo, se han considerado una serie de “posibles mecanismos de ahorro” aplicables en el hogar, tanto generales como específicos.

Cabe destacar que no se conocen trabajos académicos rigurosos sobre el tema, ya que al realizar las búsquedas simultáneas en “ISI WEB OF SCIENCE”, solamente se han encontrado dos salidas para la combinación *saving tools-household*, una para *saving tools-household-mechanism* y, ninguna para *saving tools-household-systems*. Por lo tanto, debido a la escasez bibliográfica sobre el tema y pese a la relevancia que el mismo tiene -tal y como ha quedado patente en la sección 2- se ha procedido a realizar un análisis propio sobre la gestión de una economía familiar, y sus posibles mecanismos de ahorro.

El artículo de Martin y Hill (2012), analiza la relación que existe entre la pobreza social y la satisfacción con la vida. Para ello, se utilizan variables como el empobrecimiento social, la autodeterminación, la autonomía, el ingreso, la edad, etc. El principal objetivo de este artículo radica en conocer cuáles son las satisfacciones de las necesidades psicológicas de los individuos utilizando para ello la teoría de la autodeterminación y las características del entorno que se manifiestan ante el empobrecimiento. Los resultados encontrados a partir de esta investigación, muestran que las personas que viven en condiciones de extrema pobreza son menos propensas a experimentar efectos de mejora con el cumplimiento de las necesidades psicológicas y básicas. Además, la carencia material conlleva una situación de desesperanza absoluta de las personas que viven con una pobreza extrema. Asimismo, en el estudio realizado se demuestra que a pesar de las privaciones educativas, nutricionales y de vida que caracterizan sus situaciones, la capacidad de tener voz en su destino puede suavizar el impacto de la pobreza. A raíz de esta situación, los autores se reafirman en la existencia de unas necesidades básicas que todo individuo debe tener cubiertas, las cuales son: alimentación, bebida, vivienda, salud, vestido, transporte y educación.

Por eso, a partir de esta pequeña “lista” de necesidades a las que todo hogar debería poder acceder, el objetivo es conocer algunos de los mecanismos o métodos de ahorro existentes para economizar los gastos generados por un hogar.

En la materia propia de los estudios de Administración y Dirección de Empresas denominada *Dirección Estratégica* y según Oreja (2000), se recomienda seguir una serie de pasos ante un cambio a partir de un shock externo en la empresa:

- A. **Necesidad del cambio.** Se detecta un problema que indica que se debe realizar un cambio en la gestión interna de la empresa.
- B. **Diagnóstico.** Una vez identificada la necesidad de cambio y establecidas las líneas generales sobre cuál debe ser la situación después del cambio, es fundamental tener la máxima información posible sobre cuál es la situación actual antes de iniciar el proceso de cambio.
- C. **Planificación.** La planificación implica la organización y materialización de las necesidades observadas en objetivos específicos para áreas concretas de la empresa.
- D. **Implantación.** La implantación del cambio implica el llevar a cabo todas y cada una de las actuaciones programadas en la fase de planificación.
- E. **Control y evaluación.** La evaluación y control del cambio consiste en valorar el grado de cumplimiento de los objetivos cuantitativos y cualitativos previstos. Y, si no son los esperados, se deberán analizar las causas que provocan que no se cumpla lo previsto, y a partir de ahí, rediseñar las estrategias y los procedimientos de mejora para llegar a la situación deseada.

A la hora de establecer una guía para el ahorro en el hogar, se puede hacer uso de las fases mencionadas anteriormente para una empresa, adaptándolas a una economía familiar. Por esta razón, esta sección 3 se organiza en torno a los pasos mencionados con anterioridad y que podrían ser seguidos y/o aplicados por parte de los hogares.

3.1. NECESIDAD DEL CAMBIO

El primer paso es la detección de la necesidad de cambio para que cada una de las familias tome conciencia de su situación económica. La familia localiza la necesidad de ahorrar en gastos en su hogar debido a un shock externo, como puede ser la pérdida de trabajo, reducción del sueldo, etc.

Los datos analizados en la sección 2 de este trabajo de fin de grado, ponen de manifiesto el alcance de la crisis en Canarias y la relevancia que tiene este hecho para impulsar el cambio en los hogares canarios que presenten una situación de carencia material severa.

Según Martin y Hill (2012), algunos motivos por el que gran parte de la población mundial vive bajo condiciones intolerables se deben, en parte, a importantes fuentes que limitan la autonomía, la tiranía gubernamental, las oportunidades económicas inadecuadas, la privación social y el descuido de infraestructuras públicas.

3.2. DIAGNÓSTICO

Una vez detectada la necesidad de cambio, se debe evaluar la situación económica familiar con la máxima información disponible, para posteriormente, poner en práctica las diferentes opciones generales de ahorro.

Según la Comisión Nacional del Mercado de Valores (CNMV) y el Banco de España (2010), la mejor evaluación posible de la situación económica familiar, se realiza a través de un presupuesto. Ambos organismos, reconocen que los beneficios de la elaboración de un presupuesto son múltiples, entre los que destacan:

- Conocer el destino del dinero.
- Priorizar los gastos.
- Reducir o eliminar las deudas.
- Apartar alguna cantidad todos los meses para ahorrar.
- Hacer previsiones de futuro.
- Llevar un seguimiento y control para no desviarse.

Para la elaboración de un presupuesto familiar, es conveniente tener identificados los ingresos y los gastos en los que incurre una familia. Para ello se puede comenzar por listar todas las entradas de dinero (nóminas, pensiones, percepciones de sistemas de previsión social, etc.). A continuación, se recogen todas las salidas actuales de dinero, desde los grandes desembolsos –como puede ser el alquiler o la hipoteca de la vivienda- hasta los pequeños gastos diarios.

Es destacable que para que la elaboración se realice con éxito, los ingresos y los gastos deben de corresponder al mismo periodo de tiempo. Realizando esta identificación, se obtendrá una estimación fiable de la situación financiera del hogar.

3.3. PLANIFICACIÓN

A continuación, una vez realizado el diagnóstico, se llevará a cabo la planificación de cada una de las medidas de ahorro que se decida por parte de la unidad familiar, analizando para ello diferentes opciones generales de ahorro como pueden ser:

- Que todos los miembros de la unidad familiar conozcan cuál es la situación económica del hogar. De esta forma, se propiciará la motivación y predisposición para colaborar con las decisiones que tenga que asumir cada familia en cuanto a la racionalización del gasto³.
- Elaborar un presupuesto mensual atendiendo a los gastos reales que se llevan a cabo por la familia y visualizarlo al menos una o dos veces por semana para ser consciente de en qué se gasta el dinero y cómo mejorar la situación económica reduciendo gasto en aquellas cosas que se consideren “menos importantes” para la familia. La elaboración del mismo se podría llevar a cabo mediante una hoja de cálculo Excel o incluso en papel, para de tal forma hacerlo más visual y controlar correctamente los ingresos que se perciben en el hogar. Además, sería adecuado incluir un margen de dinero para posibles imprevistos.
- Elaborar una lista cerrada para hacer la compra con el objetivo de minimizar las compras realizadas por impulso⁴. Para facilitar su elaboración es deseable hacerse con folletos de supermercados, analizarlos y comparar calidad-precios de los productos para así conocer cuáles son las opciones que más benefician a la familia. Además, esto permite conocer qué ofertas o promociones existen en cada establecimiento y buscar productos que presenten la misma calidad que otros, pero con un precio inferior. Además, resulta de interés usar comparadores online para buscar seguros de hogar, de vida, de telefonía móvil y de Internet adaptados a cada economía familiar.

³ En la materia de Diseños Organizativos de los estudios de Administración y Dirección de Empresas se indica que se puede establecer un mecanismo interno para ahorrar en costes en la empresa, basado en la implicación del personal, que en este caso, serían los componentes de la unidad familiar.

⁴ En la materia de Diseños Organizativos se establece la planificación del proceso de compras y la optimización de recursos como mecanismos para ahorrar en costes en la empresa, lo que se puede trasladar al hogar, tal y como se indica en este punto.

A su vez, en cuanto a las opciones de ahorro específicas se han tomado como referencia las necesidades básicas de los individuos señaladas al inicio de esta sección por Martin y Hill (2012).

Atendiendo a cada necesidad básica y su propio concepto de gasto, algunos mecanismos específicos de ahorro pueden ser:

3.3.1. Gasto en alimentos

Dada la relevancia directa de los alimentos para la salud y tomando como referencia a La Fundación Española de Nutrición (2013), en esta categoría se proponen una serie de recomendaciones que consideran tanto el ahorro como la promoción de una alimentación saludable.

En este sentido conviene mencionar que La Sociedad Española de Salud Pública y Administración Sanitaria (SESPAS - 2014)⁵ pone de manifiesto que una situación de crisis económica, tiene importantes consecuencias en la alimentación, modificando el comportamiento alimentario. Las familias con restricciones presupuestarias disminuyen el gasto en alimentación, lo que va acompañado de hábitos alimentarios poco saludables, ya que se favorece la compra de productos menos nutritivos, altamente procesados y ricos en calorías.

Esta sociedad afirma que la crisis vulnera el derecho a una alimentación sana y saludable reconocido por el Pacto Internacional para los Derechos Económicos Sociales y Culturales de las Naciones Unidas (1966). De aquí la importancia de que la población tome conciencia de ello, y que reciba una formación adecuada para poder conseguirlo.

Para poder economizar en el gasto alimenticio y, a su vez, llevar a cabo una alimentación saludable, en este trabajo de fin de grado se propone la elaboración de un plan de consumo de alimentos basado en los nutrientes, tal y como recomiendan la FAO y OMS (2003).

Es destacable que en este apartado del trabajo, la alimentación saludable no solo se entiende como aquella que permite alcanzar una nutrición sana, sino también segura, es decir, exenta de riesgos para la salud.

El objetivo de este plan es que la población objeto de estudio se alimente mejor y sin riesgos, consiguiendo con ello un beneficio en la calidad de vida y en la salud. Para ello, se va a proceder a realizar una serie de recomendaciones alimentarias y una guía para la compra inteligente y saludable.

I. Recomendaciones alimentarias:

Para alcanzar un estado nutricional adecuado es necesario incorporar una amplia variedad de alimentos a nuestra dieta, ya que no existe un solo alimento que contenga todos los nutrientes esenciales que necesita el organismo. Los diferentes alimentos deben consumirse en una cantidad determinada para poder conseguir una dieta equilibrada.

En la Tabla 3.1., se presenta un resumen a partir de las recomendaciones proporcionadas por FAO⁶, OMS⁷ y la SENC⁸ en su guía de alimentación saludable (2004) –donde se recogen los diferentes tipos de alimentos a consumir, las cantidades recomendadas y los beneficios que aportan cada uno de ellos.

⁵ La Sociedad Española de Salud Pública y Administración Sanitaria es una entidad con personalidad jurídica propia que tiene como misión contribuir a la mejora de la salud y de los servicios de atención sanitaria de la población en España. Es una asociación científica que en 2016 cuenta con 3.614 socios que están integrados a través de 12 sociedades científicas, siete temáticas y cinco territoriales, destacando la Asociación de la Economía de la Salud (AES), Asociación de Enfermería Comunitaria (AEC) y Asociación Juristas de la Salud (AJS); entre otras.

⁶ <http://www.fao.org/docrep/014/am401s/am401s02.pdf>

⁷ <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs394/es/>

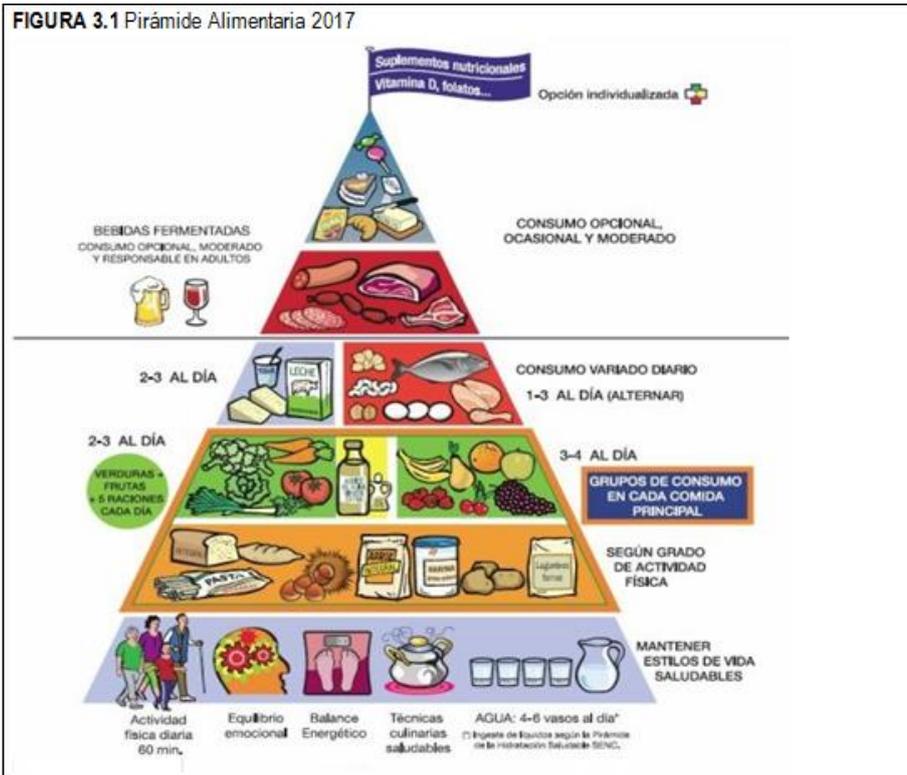
⁸ La Sociedad Española Nutrición Comunitaria está constituida por profesionales y académicos de las ciencias de la salud.

Tabla 3.1. Recomendaciones alimentarias basadas en los nutrientes necesarios		
ALIMENTOS	BENEFICIOS	CANTIDAD RECOMENDADA
FRUTAS	Aportan azúcares, vitaminas, minerales y fibra.	Diario (3 o + al día)
VERDURAS Y HORTALIZAS	Aportan vitaminas, minerales, fibra y antioxidantes.	Diario (300 g diarios)
LECHE Y DERIVADOS	Aportan proteínas, vitaminas y calcio.	Diario (2-4 raciones)
CEREALES (Pan, pasta, arroz, papas,...)	Aportan fibra, vitaminas y minerales.	Diario (4-6 raciones) Se recomienda los cereales integrales.
CARNES Y EMBUTIDOS	Aportan proteínas, vitaminas, hierro, potasio, fósforo y zinc.	Semanal (3-4 raciones)
PESCADOS	Aportan proteínas, vitaminas, yodo y ácidos grasos.	Semanal (3-4 raciones)
HUEVOS	Aportan proteína, vitaminas y minerales.	Semanal (3-4 raciones)
LEGUMBRES	Aportan hidratos de carbono, fibra, vitaminas y minerales	Semanal (2-4 raciones)
FRUTOS SECOS	Aporta proteínas, ácidos insaturados, fibra	Semanal (3-7 raciones)
AZÚCARES Y DULCES	Aportan energía.	Ocasional (consumo moderado)
ACEITE	Aportan energía. Intervienen en la composición de las membranas celulares y estructuras nucleares.	Consumo con moderación por su elevado aporte calórico. El consumo de aceite de oliva si es recomendable (3-6 raciones al día)

Fuente: elaboración propia a partir de las recomendaciones proporcionadas por la FAO, OMS y la SENC

Conviene resalta que el consumo de agua es imprescindible para el mantenimiento de la vida y además, un consumo adecuado ayuda al tránsito intestinal. Según SENC (2004) el consumo recomendado es de 1-2 litros al día.

Como se muestra a continuación, Aranceta y Varela (2017) añaden el equilibrio emocional, el balance energético o las técnicas culinarias como base de la nueva pirámide de alimentación saludable.



Fuente: SENC

En cuanto a su estructura, esta pirámide alimentaria, mantiene un consumo principal de hidratos de carbono (arroz, cereales, pasta...), además de las cinco raciones de fruta y verdura y aceite de oliva virgen extra, que se engloban en lo que se conoce como “dieta mediterránea” y que debería constituir un 70% de nuestra alimentación. Asimismo, se recomienda realizar cinco comidas al día en pequeñas raciones, cocinando los alimentos preferentemente al vapor o a la plancha y en las que no se abuse de la sal.

A estos alimentos le siguen el consumo diario y variado de lácteos, pescados y carne blanca, mientras que la carne roja y los embutidos deberían ingerirse moderadamente. De manera ocasional, la bollería industrial, el pan blanco, las golosinas y los untables (como los patés), puesto que suelen tener muchas grasas saturadas.

II. Guía para la compra inteligente y saludable:

La compra de alimentos es el momento donde las personas deben reconocer la importancia de su elección, ya que de esta depende el logro de una alimentación saludable y económica. Se debe elegir con inteligencia las opciones más nutritivas al margen, en algunos casos, de las ofertas y promociones.

SENC (2016) aconseja seguir una serie de pasos, muchos de los cuales ya aparecen recogidos en la sección 3.2.:

- Planificar anticipadamente el menú diario o semanal, incorporando variedad de alimentos y atendiendo a las raciones recomendadas. Antes de elaborar la compra se debe analizar cuáles son los productos imprescindibles para, de esta forma, economizar el gasto alimenticio llevando a cabo una dieta basada en nutrientes.

- Repasar la despensa de su cocina y confeccionar una lista de alimentos. Se debe comprar las cantidades que realmente sean necesarias atendiendo al número de individuos que forman la unidad familiar, sobre todo en el caso de productos perecederos o de caducidad temprana.
- Leer las etiquetas de los alimentos cuando los vamos a comprar (fecha de caducidad, etc) es una práctica inteligente.
- Prestar atención a ofertas o listas de precios de alimentos. Es muy útil para el ahorro, hacerse con folletos de supermercados, analizarlos y comparar calidad-precios de los productos para así conocer cuáles son las opciones que más benefician a la familia. Además, esto permite conocer qué ofertas o promociones existen en cada establecimiento y buscar productos que presenten la misma calidad que otros pero con un precio inferior.
- Consumir productos de temporada ya que facilita el ahorro y promueve una alimentación saludable.

3.3 2. Gasto en suministro de electricidad y de agua

Las facturas de electricidad y agua poseen una parte variable y otra fija. En cuanto a la parte variable, son los miembros del hogar los que deben controlar este gasto, ya que depende de cuánto se consume y de la franja horaria en la que se hace el consumo.

Algunas recomendaciones para el ahorro serían:

- Según OCU (2014)⁹, se debería utilizar bombillas y electrodomésticos más eficientes y de bajo consumo. Ya que, siguiendo algunas técnicas de ahorro propuestas por Leroy Merlin (2016)¹⁰ las bombillas led, en comparación con las bombillas incandescentes y halógenas, permiten un ahorro de entre 72 y 280 euros al año y entre 45 y 112 euros al año respectivamente.
- Según El País (2014)¹¹ el método más económico para secar la ropa es hacer uso del sol y del aire. Ya que siguiendo al IDAE, la secadora supone un aumento del consumo eléctrico en el hogar en un 3.3%.
- Según OCU (2016)¹² y Endesa¹³ (2015) se podría apostar por la discriminación horaria. Esta tarifa se basa en la aplicación de un precio distinto sobre el consumo de luz dependiendo de las horas en las que se realice, es decir, que el precio de la electricidad varía en función de la hora. Los horarios para los que se ofrece este servicio -que supone un ahorro en la factura de luz- atienden a la estacionalidad; siendo en invierno (octubre- marzo) de 22:00 horas a 12:00 horas y en verano (marzo-octubre) de 23:00 horas a 13:00 horas.
- Según Galeano (2009)¹⁴ se debería apagar los aparatos que estén en stand-by, ya que pueden suponer un ahorro de 10% sobre el consumo total. Para paliar este despilfarro, se recomienda enchufar los aparatos a un enchufe múltiple con interruptor.
- Según recomendaciones de los fabricantes de frigoríficos (Bosch, Samsung...)¹⁵, se debe mantener la temperatura de los mismos a 7 grados y la del congelador a -18 grados, ya que de

⁹ <https://www.ocu.org/organizacion/prensa/notas-de-prensa/2014/ahorroluz10consejos>

¹⁰ http://www.leroymerlin.es/ideasYConsejos/led/led_ahorro.html

¹¹ http://economia.elpais.com/economia/2014/11/27/actualidad/1417097760_013040.html

¹² <https://www.ocu.org/vivienda-y-energia/gas-luz/noticias/10-razones-tarifa-discriminacion-horaria>

¹³ <https://www.endesaclientes.com/hogares/atencion-cliente.html>

¹⁴ http://www.mapama.gob.es/es/ceneam/programas-de-educacion-ambiental/hogares-verdes/Manual_did%C3%A1ctico_Peque%C3%B1os_gestos_para_reducir_nuestra_Huella_Ambiental_tcm7-359774.pdf

¹⁵ <http://innovacionparatuvida.bosch-home.es/cual-es-la-temperatura-ideal-del-frigorifico-y-del-congelador/>

este modo se conservan en óptimas condiciones todo tipo de alimentos y permite ahorrar energía.

- Según OCU (2012)¹⁶ es recomendable cerrar el grifo del agua mientras se realizan tareas básicas (cepillarse los dientes, fregar la losa, enjabonarse en la ducha...).
- Según el IDAE (Instituto para la diversificación y ahorro de la energía) hay que ducharse con agua tibia en vez de con agua muy caliente.
- Según OCU (2012)¹⁷, es recomendable poner la lavadora con carga completa. De esta manera, se reduce el consumo de agua, detergente y energía y permite, además, alargar la vida útil del aparato.
- Según OCU (2017)¹⁸ se debe revisar las facturas de agua y luz para, en cualquier caso, ajustar la potencia porque quizás se tenga contratada más de la que es necesaria.
- Según la OCU (2012)¹⁹, no se debería dejar gotear los grifos del agua, ya que, un grifo que gotea puede suponer una pérdida de 30 litros y por lo tanto un mayor consumo que se realiza de forma innecesaria.
- Según OCU (2014)²⁰ hay que revisar las facturas de luz y agua. De hecho algunas compañías permiten conocer el consumo en tiempo real mediante una consulta online en su página web.
- Galeano (2009)²¹, el 80% del consumo energético de una lavadora se invierte en calentar el agua. Por lo que la forma de ahorrar en este electrodoméstico sería, lavar la ropa con ciclos de lavados que utilicen agua fría, ya que puede suponer un ahorro del 40% en energía y un 70% de ahorro en agua.
- Por último, el Ministerio de Energía, Turismo y Agenda Digital (2017)²² recomienda que a la hora de comprar un electrodoméstico, se debe considerar su eficiencia energética. Para llevar a cabo esta acción, es necesario conocer la etiqueta energética de los mismos. Esta etiqueta se clasifica por letras y colores que van desde la A, A+, A++ Y A+++ (color verde) que representa aquellos equipos más eficientes hasta la D (color rojo) para los equipos menos eficientes. Según la Asociación Nacional de Fabricantes e Importadores de Electrodomésticos (ANFEL)²³ el ahorro medio anual que se puede conseguir invirtiendo en un electrodoméstico de eficiencia energética alta, como puede ser el frigorífico -considerando una antigüedad de 10 años- puede ser de 49.12 euros.

3.3.3. Gasto en servicios de telefonía/TV

Según Medina (2014), la sociedad actual está sufriendo cambios en los sistemas y reglas de comunicación, produciéndose un avance basado fundamentalmente en el desarrollo de las TICs. El acceso masivo a la información está cambiando el papel de los interlocutores en el proceso de comunicación así como al acceso a la información y el uso que se hace de la misma. Todo este proceso ha provocado una revolución en los sistemas de comunicación masivos y en los procesos de

¹⁶ <https://www.ocu.org/alimentacion/agua/noticias/dia-medio-ambiente-ahorrar-agua>

¹⁷ OP.CIT.16

¹⁸ <https://www.ocu.org/vivienda-y-energia/gas-luz/consejos/trucos-ahorrar-energia>

¹⁹ OP.CIT.16

²⁰ OP.CIT 9

²¹ OP.CIT.14

²² <http://www.controlastuenergia.gob.es/Paginas/index.aspx>

²³ http://www.controlastuenergia.gob.es/consumo-inteligente/Documents/ANFEL-Ahorros_medios_anuales.pdf

interacción entre los miembros de la sociedad. Esto permite un acceso instantáneo, así como una respuesta inmediata en los procesos comunicativos.

De ahí que los teléfonos móviles y el acceso a Internet se hayan convertido en bienes y servicios de uso generalizado. Es por ello, que debe realizarse un análisis sobre cuáles son las tarifas mas recomendables o adaptadas a las necesidades de cada miembro del hogar.

En relación con la tarifa de móvil que escoger, el comparador web "Rastreator"²⁴ sugiere que el usuario se plantee las siguientes cuestiones, y en base a ellas elegir la tarifa que mejor se adapte a las necesidades:

- Tipo de usuario: particular/ autónomo.
- Modalidades de pago: tarjeta/contrato.
- Uso del teléfono.
- Tarifa deseable.
- Cambio de compañía.

Una vez que se tengan claras las respuestas a estas cuestiones, para facilitar la búsqueda de la tarifa idónea, existen comparadores que permiten consultar distintas ofertas, así como, packs que combinan tarifas móviles con ADSL, Fijo y TV, lo que permite un mayor ahorro frente a contratar los servicios por separado.

3.3.4. Gasto en vivienda

La decisión de comprar o alquilar una vivienda conlleva considerar determinados aspectos como: el tiempo que se va a residir en la casa, los miembros del hogar, los ingresos y, sobre todo, los gastos que conlleva la adquisición/alquiler de un inmueble.

Para conocer los distintos gastos relacionados con el inmueble es necesario comenzar describiendo los tres tipos de viviendas que existen, tomando como referencia al Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad (2016):

- Viviendas de alquiler social: están destinadas a la población con escasos medios económicos. Se les otorga en régimen de alquiler en función de la renta de las familias, teniendo en cuenta que, cuanto mayor sea el número de miembros y menor su nivel de ingresos, podrán obtener más puntuación para ser beneficiarios de estas viviendas y a su vez, pagar un menor alquiler.
- Viviendas de protección oficial (VPO): son un tipo de vivienda que cuentan con un precio limitado y suelen estar parcialmente subvencionadas por la Administración Pública española.
- Viviendas libres: son un tipo de vivienda que pueden ser transmitidas sin que se tenga que cumplir ningún requisito específico y sin contar con limitaciones en el precio de venta.

Según el Real Decreto 135/2009 del 20 de octubre por el que se regulan las actuaciones del Plan de Viviendas de Canarias para el período 2009-2012, los dos últimos tipos de vivienda pueden ser alquilables. Pero, en el caso de una vivienda de protección oficial (VPO), se debe tener en cuenta el régimen legal de protección, que se extenderá mientras no se proceda a su enajenación.

Ahora bien, la vivienda no siempre conlleva los mismos gastos, por lo que resulta conveniente distinguirlos en función de si el inmueble es alquilado o comprado, tal y como indica BBVA (2015):

²⁴ <http://www.rastreator.com/telefonía/guías/elegir-tarifa-movil.aspx>

I. Alquiler de viviendas

En relación a los costes relacionados con el alquiler, además del coste mensual del alquiler, se deben tener en cuenta otra serie de gastos incluidos en el contrato de arrendamiento, como es el gasto de comunidad de propietarios.

El Plan mencionado anteriormente, fomenta el alquiler de viviendas destinadas a aquellos sectores de la población con recursos económicos escasos, concediendo ayudas económicas de hasta el 40% de la renta anual que el inquilino tenga que pagar por la vivienda -hasta los 2.400€ anuales por vivienda-. El plazo de esta ayuda es de 12 meses prorrogables a otros 12 meses.

II. Adquisición de viviendas

A la hora de adquirir una vivienda, existen una serie de gastos relacionados directamente con la adquisición. En ellos se incluyen los gastos de la constitución de la hipoteca-los cuales deben pagar los bancos-, gastos de impuestos periódicos (IBI), gastos de seguros de la vivienda y gastos de la comunidad de propietarios.

En base a la CNMV y el Banco de España (2010), un aspecto a tener en cuenta a la hora de acceder a una hipoteca es el tipo de interés, donde se distinguen:

- Tipo de interés fijo: tanto la cuota mensual a pagar como el tipo de interés permanecen constantes durante toda la vida del préstamo. La ventaja es se conoce de antemano cuánto se debe pagar cada mes, sin preocuparse por las subidas y bajadas de tipos.
- Tipo de interés variable: este tipo de interés se revisa periódicamente (anual, semestral o trimestralmente, según cada hipoteca) y se ajusta al valor de algún índice de referencia, generalmente el Euribor. La ventaja con la cuenta esta modalidad es que en el momento de contratación el tipo de interés variable es menor al de las hipotecas a tipo fijo, sin embargo, la cuota variará periódicamente.
- Tipo de interés mixto: se cobra un interés fijo durante un período inicial (de tres a cinco años) que luego pasa a ser variable en relación al índice que se pacte.

El Plan de Viviendas mencionado con anterioridad, también concede ayudas para pagar la hipoteca. Dicha ayuda se descuenta de la cuota mensual de la hipoteca, donde el Ministerio de Fomento la transfiere directamente a la entidad financiera que aplica la cuota hipotecaria.

3.3.5 Gasto en educación

Con la aprobación de la Constitución Española de 1978, la educación y la enseñanza se convierten en derechos constitucionales de todos los españoles.

El artículo 27.1 *“Todos tienen el derecho a la educación. Se reconoce la libertad de enseñanza”*, da libertad a los padres para elegir la educación de sus hijos, y reconoce el derecho a que estos reciban una educación.

Asimismo, la Constitución establece la gratuidad de la educación básica (primaria y secundaria) -así como su obligatoriedad-. Es destacable que la educación pública preuniversitaria (bachillerato) en la práctica, tampoco tiene coste alguno para el alumno.

Realizando un análisis con mayor profundidad, y tomando como base la información proporcionada por el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte²⁵, se observa que en el Sistema Educativo Español se distinguen los siguientes niveles educativos:

- La educación infantil (entre los 0 y los 6 años), es de carácter no obligatorio y se reparte en dos ciclos (de 0-3 años y de 3-6 años). El primer ciclo de la educación preescolar no es gratuito, aunque hay programas de ayudas para familias necesitadas como es el caso de las guarderías financiadas por los ayuntamientos.
- La educación primaria y la educación secundaria, tienen carácter obligatorio (y, por tanto, es gratuita en instituciones públicas, a excepción de la compra de libros y materiales educativos).
- La educación secundaria post-obligatorias –el bachillerato y la formación profesional de grado medio-, en principio no es gratuita aunque en la actualidad no supone ningún coste para el alumno, si se realiza en instituciones públicas.
- La educación superior –universidad y la formación profesional de grado superior es de pago pero el Estado financia una parte de las matrículas.
- Las enseñanzas de régimen especial son la de idiomas, las artísticas y las deportivas.

Es destacable que aunque se hable del carácter gratuito o no de los estudios, en el Sistema Educativo Español existen tres tipos de modalidades de centros educativos por origen de financiación, tal y como recoge el artículo 108 de La Ley Orgánica de Educación 2/2006²⁶. Cada una de ellas supone un coste diferente, por lo que resulta conveniente conocer algo más sobre cada modalidad: las escuelas públicas, colegios concertados y colegios privados.

- Las escuelas públicas son gratuitas ya que están directamente financiadas y gestionadas por el gobierno central y las administraciones locales.
- Los colegios concertados son centros de estudios privados que reciben subvenciones de la administración. Este tipo de colegios no son gratuitos sino que se combina su financiación entre las aportaciones monetarias de las familias de los alumnos y las subvenciones que reciben.
- Los colegios privados, como su nombre indica, son centros privados de educación. Su financiación depende de manera exclusiva de las aportaciones monetarias de las familias de los alumnos.

En la actualidad, los altos costes educativos implican hacer un plan con antelación para poder hacer frente a estos gastos. Aunque la educación no universitaria en las escuelas públicas es gratuita -siempre que se curse en centros públicos-, los padres deben hacer frente a gastos como libros y materiales, por lo que resulta conveniente que estudien la posibilidad de:

- Abrir una cuenta especial en un banco o institución donde el dinero depositado se destine exclusivamente para este fin.
- Administrar los recursos disponibles y concienciar a los hijos de la importancia de ahorrar para tal fin. De esta forma, cuando tenga que hacer frente a los pagos no les supondrá un gran impacto.

²⁵ http://www.mecd.gob.es/educacion-mecd/areas_educacion/estudiantes/portada.html;jsessionid=4A23572385A9DDB9BE4F3935EDBEDAD3

²⁶ <https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2006-7899&tn=1&p=20150729#a108>

- Utilizar libros de las bibliotecas y reutilizar el material didáctico que se pueda conseguir a través de otras personas.
- Solicitar becas y ayudas para el estudio. Con el objetivo de ayudar a solventar los gastos educativos en las familias con mayor necesidad económica, en nuestro país se otorgan diferentes tipos de ayudas y becas.

El Ministerio de Educación, Cultura y Deporte²⁷ realiza anualmente varias convocatorias de becas y ayudas al estudio para iniciar o proseguir enseñanzas –obligatorias, postobligatorias y universitarias- que conducen a la obtención de un título o certificado de carácter oficial con validez en todo el territorio nacional.

Asimismo, y en el caso de nuestro Archipiélago, el Gobierno de Canarias y los diferentes Cabildos²⁸, también otorga becas y ayudas para estudios superiores y universitarios.

También existen otro tipo de ayudas, como por ejemplo, prestaciones económicas para hacer frente a los gastos de libros y material didáctico, ayudas por desplazamientos, etc.

3.3.6. Gasto en salud

Actualmente en España, existe la posibilidad de acceder tanto a la sanidad pública como a la sanidad privada.

En la sanidad pública, los gastos que suponen para los pacientes no suelen ser elevados ya que este tipo de sanidad se financia a través de las cotizaciones de los contribuyentes, que únicamente tendrían que hacer un desembolso en medicamentos cuando fuera preciso.

Entre los mecanismos de ahorro cabe mencionar los siguientes:

- Prevención de la salud: cuidar la alimentación, beber agua, hacer deporte, dormir adecuadamente... permite un ahorro en sanidad para las arcas públicas y para las familias, ya que no habría que acudir al médico con mucha frecuencia. Por lo tanto, si se lleva una vida sana y equilibrada, no sería necesario gastar en medicamentos.
- PADICAN²⁹, es un Programa de Atención Dental para la población infantil y juvenil residente en Canarias (de 6 a 14 años). Su finalidad es lograr una buena salud oral mediante la educación sanitaria, la aplicación de las medidas preventivas y de los tratamientos necesarios. Este programa ofrece tanto servicios básicos como especializados (Obturaciones de la dentición permanente, extracciones de dientes temporales y permanentes, reconstrucción en grupo incisivo-canino por fractura o malformación, prevención de enfermedades de las encías, extracciones de dientes supernumerarios erupcionados, etc.).
- Ahorrar en medicamentos comparando precios en farmacias. Los medicamentos recetados por los médicos tienen precios establecidos por el gobierno. Pero hay medicamentos que ya no están financiados por la Seguridad Social y que en algún momento pueden hacer falta al paciente, y entonces, hay que realizar comparativas entre farmacias ya que las diferencias de precios pueden ser notorias. Según la OCU (2014)³⁰, pueden existir diferencias entre farmacias

²⁷ <http://www.mecd.gob.es/servicios-al-ciudadano-mecd/dms/mecd/servicios-al-ciudadano-mecd/estadisticas/educacion/indicadores-publicaciones-sintesis/datos-cifras/Datosycifras1617esp.pdf>

²⁸ <http://www.mecd.gob.es/eeuu/convocatorias-programas/becas-ayudas.html>

²⁹ <http://www3.gobiernodecanarias.org/sanidad/scs/content/f4dd7e0a-1fdb-11e0-964e-f5f3323ccc4d/PreguntasFrecuentesPadican.pdf>

³⁰ <https://www.ocu.org/organizacion/prensa/notas-de-prensa/2014/encuesta-farmacias>

que pueden permitir al paciente un ahorro de hasta un 66% si realiza comparativas de precios entre farmacias.

A la sanidad privada, se puede acceder acudiendo directamente a un centro privado y pagando un precio o contratando un seguro médico privado donde, por lo general, se pagan unas cuotas mensuales y se puede acceder a los servicios que hayan sido contratados con la aseguradora.

Actualmente, las modalidades que ofrecen algunas aseguradoras para disfrutar de la sanidad privada pueden ser:

- **Cuadro médico sin copagos:** sin pagar nada por cada visita o consulta, se puede elegir entre todos los centros médicos o profesionales que tienen acuerdos con la aseguradora.
- **Cuadro médico con copagos:** pagando un precio por cada visita o consulta, se puede elegir entre todos los centros médicos o profesionales que tienen acuerdos con la aseguradora.
- **Cuadro médico + Reembolso:** se tiene libre elección de médicos, independientemente de si tienen o no acuerdos con la aseguradora, pero se debe pagar por adelantado a aquellos que no se encuentran incluidos en el cuadro médico. Después la aseguradora reembolsará parte de este coste a los asegurados.
- **Producto médico sin hospitalización:** se paga una mensualidad reducida y se puede acceder a un cuadro médico con precios pactados para cada servicio que se utilice sin posibilidad de hospitalización.
- **Dental:** incluye exclusivamente tratamientos y servicios dentales.

Dependiendo del servicio que se quiera disfrutar, supondrá un mayor o menor gasto para una familia, que puede variar dependiendo de: la edad, el copago, el estar sano, menos coberturas...

Algunas recomendaciones para encontrar un seguro médico que cubra todas las necesidades y al mejor precio podrían ser:

- Elegir un buen buscador de seguros médicos (rastreator, kelisto.es, acierto.com...).
- Investigar las opciones de cada aseguradora.
- Personalizar la cobertura a los servicios que de verdad se necesiten.
- Leer bien la letra pequeña con las condiciones de las aseguradoras y de los servicios que se ofrecen.

3.3.7. Gasto en transporte

En la actualidad, el transporte y la capacidad de movimiento constituyen una de las necesidades básicas para el desarrollo económico, puesto que gran parte de las personas dependen de sistemas de transporte y de movilidad eficientes para poder desarrollar sus actividades diarias, como puede ser acudir a su puesto de trabajo.

El modelo de transporte actual -basado en el individualismo y en el uso particular de vehículos- hace que aumente la emisión de gases contaminantes a la atmósfera y el nivel de ruido. A su vez, el transporte debe contribuir al desarrollo y a la sostenibilidad del sistema económico y social por lo que existe la necesidad de cambiar las pautas de movilidad, tal y como indica el Ministerio de Fomento del Gobierno de España (s.f.).

Existen dos tipos de transporte que las personas pueden utilizar, el transporte privado y el transporte público, donde cada uno de ellos conlleva unos costes explícitos diferentes.

- Los costes del transporte privado están asociados principalmente al gasto en combustible, seguro del vehículo, así como, al mantenimiento del mismo. Para disminuir estos gastos se pueden seguir una serie de recomendaciones:

En cuanto al combustible, existen varias aplicaciones y páginas webs que informan sobre las gasolineras más cercanas, lo que permitirá comparar los distintos precios ofertados. Como puede ser la aplicación móvil “GasAll”³¹ que localiza las diferentes gasolineras hasta un máximo de 50 kilómetros y las ordena por precio.

En lo que respecta al seguro del automóvil, se debe seleccionar aquel que mejor se adapte a las necesidades del conductor y pagar solo por aquello que se use realmente. Es por ello, que se aconseja revisar el contrato y, además, cada dos años comparar precios con otras compañías-para saber si es justa la cantidad que se paga-, tal y como aconseja el comparador web “Rastreator”.

Para reducir los gastos relacionados con el mantenimiento del vehículo, se debe hacer una revisión periódica para poder detectar a tiempo posibles averías. Como pueden ser: cambio de aceite, revisión de neumáticos, etc.

- Los costes del transporte público están directamente relacionados con la compra del billete de viaje. Algunas recomendaciones podrían ser:

En el caso del transporte en Tenerife, las personas pueden comprar los bonos de viajes para guagua/tranvía, en lugar de comprar un billete en cada viaje, lo que permitirá ahorrar hasta un 50%. Además, con el uso de esta forma de pago se podrá acceder a la opción de trasbordo si se realizan dos viajes seguidos en guagua/tranvía.

Existen distintos tipos de bonos que ofrece la empresa Metropolitano de Tenerife, de los que pueden beneficiarse las familias, y que a su vez dependiendo de las condiciones que presenten les permitirán ahorrar en mayor o menor medida.

Por último, debe resaltarse que caminar y/o desplazarse en bicicleta es sano, económico y ecológico, por lo que no debe desecharse esta modalidad de desplazamiento. Además, IDAE³² (Instituto para la Diversificación y Ahorro de la Energía) indica que el transporte público por pasajero, ocupa 50 veces menos espacio y emite un 70% menos de CO₂ que un vehículo privado, por lo que con el uso de medios de transporte públicos se conseguirá ser más eficiente y sostenible en los desplazamientos.

Gutiérrez-Domènech (2008), en las dos modalidades de transporte anteriores, destaca el coste implícito “no tangible”: el tiempo. En su investigación concluye que en España, el coste de tiempo de desplazarse del hogar al trabajo representa el 3,5% del PIB en 2007, siendo un 3,9% en Canarias.

3.4. IMPLANTACIÓN

Una vez que la familia estudia los diferentes mecanismos de ahorro específicos que mejor se adapten a sus circunstancias, se lleva cabo el proceso de adaptación de los mismos a su hogar.

Esta fase consiste en implantar las medidas y/o acciones que permitan corregir o mejorar la situación detectada inicialmente. Se trata de instaurar las soluciones más eficientes, eficaces, factibles

³¹ <http://www.autopista.es/trucos-y-consejos/todos-los-trucos-y-consejos/articulo/10-diez-apps-aplicaciones-gasolina-mas-barata-100761>

³² <http://www.idae.es/index.php/id.95/mod.imagenes/mem.popup>

y aceptadas para cada caso, permitiendo con su implementación, una mejor gestión de la economía familiar.

3.5. CONTROL Y EVALUACIÓN

Con la elaboración del presupuesto, se puede llevar a cabo el control de los ingresos y gastos en los que incurren las familias -tal y como se señaló al inicio de esta sección-. Este control permite a cada hogar recapacitar sobre cómo están gestionando sus recursos y cuál es la capacidad de ahorro que están obteniendo aplicando las distintas técnicas propuestas.

Además, el presupuesto, les permite conocer si han cumplido los objetivos que se habían propuesto inicialmente, entender los errores que se pudieran haber cometido en las técnicas y buscar soluciones para hacer frente a nuevos retos en la economía familiar. Este presupuesto, se puede elaborar a partir de una hoja de cálculo Excel o en papel, para así poder hacer visible y reales los ingresos y gastos y gestionar los recursos de forma eficaz.

A través de la evaluación, se mide el grado de consecución de los objetivos de ahorro que se había propuesto la familia. Si no se ha alcanzado la meta propuesta inicialmente, los objetivos tendrán que replantearse así como el plazo para conseguirlos para así poder mejorar los procedimientos de ahorro implantados.

4. GESTIÓN DE LA ECONOMÍA FAMILIAR: PROPUESTA DE UNA GUIA DIDÁCTICA PARA UN CURSO DE GESTIÓN DE LA ECONOMIA EN EL HOGAR

En esta sección se propone un curso de formación en gestión de la economía familiar, dirigido a un segmento de población que presenta mayor riesgo de pobreza y/o exclusión social y, que además, posea niveles bajos de formación educativa. Este proyecto ha sido motivado a raíz de la petición formulada por La Asociación sin ánimo de lucro “Proyecto Mi Barrio”, que tiene como fin social el desarrollo socio-cultural de los barrios de La Laguna.

En particular, este curso-taller va destinado a las familias pertenecientes al barrio de Los Olivos que se encuentra en el municipio de San Cristóbal de La Laguna. Hernández, et al (2016)³³ destaca que esta urbanización, situada entre los barrios de El Gramal y El Hurón, cuenta con 479 viviendas (viviendas especiales y generales) de promoción pública construidas en el año 2008 destinadas para el alquiler social. Asimismo, indican que para acceder a la modalidad de vivienda social tienen preferencia, entre otros: mujeres víctimas de malos tratos, unidades familiares en las que alguno de los miembros se encuentre en situación de limitación, movilidad o comunicación reducida, emigrantes retornados.

Tras haber analizado en la sección 2 cuál es la situación en la que se encuentra Canarias en cuanto a pobreza, exclusión social, carencia material, educación, formación, desigualdad en renta e ingresos medios, se ha concluido que las circunstancias socioeconómicas de una parte de los hogares canarios son desfavorables.

Con el objetivo de proporcionar estrategias de ahorro -especialmente en familias que poseen bajos niveles de ingresos-, se pretende formar y/o orientar a las familias en algunas herramientas para la gestión del hogar a través de la impartición del curso-taller. Para ello, se sugieren una serie de recomendaciones de ahorro, algunas de ellas sugeridas en la sección 3, que pueden facilitar su día a día. Además, se presenta un ejemplo de menú semanal basado en nutrientes y se ha diseñado una

³³ Trabajo de fin de grado “Monedas complementarias: aplicación práctica en una urbanización de San Cristóbal de La Laguna” presentado en el curso académico 2015/2016, donde se propone una moneda para el barrio Los Olivos.

propuesta de hoja dinámica³⁴, construida a partir de la herramienta Excel, con la finalidad de que las familias puedan incorporarla en su vida cotidiana y así, facilitar el aprendizaje de la gestión de la economía familiar.

El diseño de esta guía toma como base la satisfacción de las necesidades básicas indicadas en la sección 3: alimentación, suministros (electricidad y agua), telefonía/TV, vivienda, educación, salud y transporte. El hecho de considerar estas necesidades básicas como indispensables para el desarrollo del ser humano, motiva la necesidad de considerar adicionalmente en la guía la relación directa entre el consumo responsable y el bienestar.

4.1. GUÍA DIDÁCTICA

Para la elaboración de la guía se han seguido las orientaciones proporcionadas por Rodríguez, et al (2010) publicado por el Ministerio de Educación del Gobierno de Canarias³⁵. Adicionalmente, se ha utilizado como referencia otras unidades y guías didácticas³⁶.

4.1.1. Tema

El tema de la Unidad Didáctica que se presenta a continuación es: “Gestión de la economía del hogar: El presupuesto”.

4.1.2. Contextualización: Presentación y justificación de la acción formativa

La puesta en marcha de este recurso se fundamenta en la existencia de unidades familiares que presentan dificultades para ejercer adecuadamente la gestión de su economía familiar. Es por ello que, además de la intervención a través de la impartición del presente curso-taller, se pretende crear un espacio donde las familias estimulen sus capacidades en cuestiones de gestión económica y reciban modelos de referencia adecuados para poder alcanzar una gestión óptima de sus recursos.

La organización y el funcionamiento del curso-taller se regirá por los siguientes criterios:

- a) Disponer de un proyecto educativo de carácter general y prestar, en los casos que sean necesarios, medidas alternativas de apoyo o ampliación de conceptos.
- b) Fomentar las relaciones entre los asistentes, para favorecer al desarrollo integral de las ideas y conocimientos que poseen las familias.
- c) Llevar a cabo las aclaraciones que resulten precisas para procurar que el grado de entendimiento de los conceptos impartidos sea el máximo posible.

Conseguir una gestión óptima de la economía familiar, es una meta básica y primordial para el desarrollo de la vida cotidiana de las unidades familiares. Con esta guía, se pretende que las familias adquieran una serie de conocimientos y hábitos, que puedan implantar en el desarrollo de sus actividades diarias.

³⁴ Véase Anexo 1

³⁵ http://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/campus/doc/htmls/metodologias/pdfs/El_Disenyo_Programaci%C3%B3n_Didactica_en_fp.pdf

³⁶ Entre ellas destacan: Rigau i Domingo et al (2012), Buendía Abril et al (2012) y Cabrera de León et al (2010)

4.1.3. Identificación de la población objetivo

El curso-taller va dirigido principalmente a unidades familiares que presentan restricciones presupuestarias severas que precisan de ayuda para poder realizar una gestión óptima de la economía familiar, y con formación educativa limitada.

Este curso está orientado a todas aquellas personas que:

- Quieren encontrar una forma efectiva de organizar y gestionar su economía doméstica.
- Desean suplir la falta de educación financiera en el sistema tradicional de enseñanza.
- Buscan solucionar sus problemas económicos.

4.1.4. Área de intervención y adaptación familiar

En este ámbito, se lleva a cabo la realización de actividades individuales y grupales a través de las cuales se oferta información y asesoramiento acorde a los conocimientos previos de cada asistente.

Para el desarrollo del curso-taller, es importante que las familias asistentes adquieran el firme compromiso de asistir a las actividades programadas y facilitar el desarrollo de las orientaciones del personal del servicio.

De forma específica, y cuando la situación lo requiera, tanto a instancia de la familia como de los educadores que impartirán el curso-taller, se desarrollarán sesiones de discusión y análisis de los conceptos impartidos en el curso a los efectos de poder dar respuesta a posibles preguntas y/o ampliar los conceptos.

4.1.5. Objetivos

Los objetivos didácticos que se presentan a continuación establecen lo que se pretende conseguir durante el desarrollo de esta propuesta didáctica, es decir, la meta a lograr.

4.1.5.1. *Objetivos generales*

1. Presentar nociones básicas de conceptos económicos esenciales para la gestión de la economía doméstica.
2. Sensibilizar a las familias con necesidades económicas para que adquieran una cultura del ahorro y lo empleen como una estrategia o forma de vida.
3. Enseñar a elaborar un presupuesto económico mensual del hogar.
4. Enseñar a evaluar la situación de la economía familiar.

4.1.5.2. *Objetivos específicos*

1. Proporcionar recomendaciones y/o consejos para el ahorro en el consumo.
2. Intercambiar experiencias entre las familias.
3. Fomentar el consumo de alimentos basado en nutrientes.
4. Instruir a administrar los recursos en base a un presupuesto y a las necesidades básicas de la familia.

4.1.6. Contenidos

Los contenidos tratados en esta unidad didáctica hacen referencia tanto a conceptos como a procedimientos y actitudes. Los contenidos que se abordaran a lo largo de la presente unidad didáctica son:

0. Actividad 1. Cuestionario preliminar.

1. Conceptos básicos

1.1. Ingresos

- Concepto
- Tipos de ingresos
- Actividad práctica 3

1.2. Gastos

- Concepto
- Tipos de gastos
- Actividad práctica 3

2. Economía familiar

- Concepto
- Funciones en economía

3. Presupuesto

- Concepto
- ¿Para qué sirve un presupuesto familiar?
- ¿Cómo elaborar un presupuesto?
- Consejos prácticos
- Actividades 2 y 3

4. Ahorro

- Concepto
- Tipos de ahorro
- Actividades prácticas 3, 4 y 5

4.1. Recomendaciones y/o consejos para el ahorro (alimentación, suministro de agua y luz, servicios de telefonía, vivienda, educación, salud y transporte).

4.1.7. Metodología

Respecto a la metodología y tomando como referencia al Gobierno de Canarias (2010) se emplea el modelo constructivista -que es el marco de referencia de los planteamientos educativos en España- como forma de dirigir el proceso de enseñanza-aprendizaje. Este modelo enfatiza el papel activo del aprendiz en la construcción de la comprensión y en darle sentido a las unidades que se presentan. Para ello, se impartirán talleres donde se presentan los conceptos básicos de la economía,

haciendo partícipes en todo momento a las familias, para que de este modo, enfatizen la comprensión y den sentido a la información.

En algunas partes del presente curso-taller también se emplea una metodología socioconstructivista, entendida como el aprendizaje colocado en un contexto social en el que los asistentes aprovechan los resultados generados por el aprendizaje conjunto. Para ello, y basándose en la simulación de la realidad, se proponen casos prácticos y/o debates, que ayuden a comprender mejor las unidades didácticas impartidas.

Es destacable que la impartición del curso-taller se estructura atendiendo a la educación formal y no formal. Por un lado, se destina una fracción de tiempo para el apoyo académico y, por el otro, a la intervención grupal o individual -según proceda-.

La organización del trabajo combina:

- Tiempo de explicación a través de una clase magistral, aplicando la metodología expositiva donde los educadores suministran la información de forma organizada y explicada.
- Tiempo de trabajo individual a través de realización de la Actividad 1, donde se aplica una metodología de enseñanza no directiva en la cual los educadores no intervienen sino que, los asistentes son libres para decidir sus respuestas y tomar decisiones.
- Tiempo de motivación a través de la realización de la Actividad 2, donde se aplica una metodología de simulación para que los asistentes entrenen sus habilidades.
- Tiempo de trabajo grupal a través de la realización de las Actividades 3, 4 y 5 donde se aplica una metodología de enseñanza directiva y de simulación.

A su vez, y tomando como referencia el decreto 183/2008 de 29 de Julio³⁷, se proponen los siguientes principios metodológicos para el desarrollo e implantación del presente curso-taller:

- La atención a los aspectos relacionales y afectivos. Es imprescindible que exista un clima de seguridad, respeto y confianza en el que se favorezcan las relaciones y en el que, al mismo tiempo, se establezcan los límites necesarios para que se pueda producir el crecimiento personal.
- La importancia de los casos prácticos, ya que son el medio para que se produzca la actividad cognitiva, aprendizaje y desarrollo.
- La globalización de las situaciones de aprendizaje. La visión del conjunto de las familias favorece el aprendizaje cooperativo.
- La atención a las diferencias de conocimiento de los asistentes y la respuesta a las necesidades específicas de apoyo educativo. Desde la planificación del curso-taller hay que implantar un diseño que suponga propuestas diversificadas y ajustadas a las diferentes necesidades y conocimientos previos de cada unidad familiar.
- La socialización como contexto de desarrollo. Las familias se sienten mucho más predispuestas y animadas a realizar actividades, si tienen la oportunidad de relacionarse con los demás, intercambiar puntos de vista, ponerse de acuerdo, buscar soluciones a sus problemas y conflictos y realizar sus propios proyectos de gestión.
- La participación de las familias en la tarea educativa y la educación como tarea compartida en equipo.

³⁷ <http://sid.usal.es/idsocs/F3/LYN13136/3-13136.pdf>

4.1.8. Secuencia de las actividades

Las actividades de la unidad didáctica permiten llevar a cabo de manera activa las experiencias de aprendizaje. Su adecuado desarrollo constituye un elemento esencial para la consecución de los objetivos y la asimilación de los contenidos.

Las actividades que se presentan recogen diversos contenidos de naturaleza económica y regulan las acciones, los comportamientos y las relaciones entre los educadores que imparten el curso-taller y las familias; y las de las familias entre sí -en el desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje-.

Como criterio para seleccionar y diseñar las actividades se han considerado:

- La adaptación de la unidad didáctica al nivel de conocimiento de las familias.
- Su coherencia con los objetivos, los contenidos y la metodología.
- Que sean motivadoras y variadas.
- La prevención del tiempo para su realización.
- El uso de recursos y métodos diversos.

Las actividades que se realizan en el presente curso taller son:

1. ACTIVIDAD DE RECOGIDA DE CONOCIMIENTOS PREVIOS. Con el objeto de conocer los conocimientos previos de los asistentes del curso-taller sobre la unidad que se presenta, y posibilitar que se produzcan aprendizajes significativos, se realizará un cuestionario inicial partiendo de una actividad motivadora: “¿Qué sabemos?”. El fin último de esta actividad es observar y explorar los conocimientos previos de cada concepto que poseen los asistentes, para así, poder emplear un lenguaje adecuado a sus características e ir ajustando los contenidos a impartir.

ACTIVIDAD N°1: ¿Qué sabemos?			
AGRUPAMIENTO: Trabajo individual	TIEMPO ESTIMADO: 15 minutos	TIPO DE ACTIVIDAD: Motivadora	UBICACIÓN: Aula taller
		METODOLOGÍA: Enseñanza no directiva	
OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD:			
<ul style="list-style-type: none"> - Evaluación inicial de los conocimientos previos de los asistentes al curso taller. - Conocer que ideas y sentido asocian a los contenidos de la unidad. - Adaptar el contenido que se va a impartir. - Conocer la situación económica de los asistentes. - Reflexión sobre las diferencias conceptuales que puedan existir. 			
RECURSOS:			
<ul style="list-style-type: none"> - Lápices, bolígrafos y folios. 			
SECUENCIA/DESARROLLO	-Reflexión individual sobre los conocimientos que poseen sobre los contenidos que se presentan.		5m
	-Discusión y análisis de las diferencias conceptuales que existan entre los asistentes.		10m

SEGUIMIENTO: Se reparte un cuestionario³⁸ a los asistentes para que puedan reflexionar sobre los conocimientos que tienen acerca del concepto que se les presenta en el momento de la inscripción al curso. A continuación, se otorga un tiempo de reflexión individual y, seguidamente, se abre una ronda de debate para que los asistentes puedan interactuar y comentar las diferencias conceptuales que existen entre ellos.

2. ACTIVIDAD INTRODUCTORIA Y MOTIVADORA. A través de la proyección del vídeo “¿Qué es el presupuesto?”³⁹, se pretende que los asistentes obtengan una visión más amplia del concepto del presupuesto pero desde una perspectiva diferente, que no sea la exposición directa del mismo a través de los educadores.

ACTIVIDAD N°2: Vídeo ¿Qué es el presupuesto?			
AGRUPAMIENTO: Grupo clase	TIEMPO ESTIMADO:	TIPO DE ACTIVIDAD: Motivadora, refuerzo y ampliación de contenidos	UBICACIÓN: Aula taller
	7:20 minutos	METODOLOGIA: Simulación	
OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD:			
<ul style="list-style-type: none"> - Presentación del concepto de presupuesto a través de un vídeo. - Conocer el concepto desde otra perspectiva que no sea la presentación de los mismos por parte de los educadores. - Motivar a los asistentes a reflexionar el concepto y la necesidad de llevarlo a cabo en sus hogares. 			
RECURSOS:			
<ul style="list-style-type: none"> - PC, pantalla y cañón de proyecciones. 			
SECUENCIA/DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none"> -Se proyectan un vídeo explicativo donde se expone uno de los conceptos tratados en la unidad: El Presupuesto. - Reflexión individual sobre los conocimientos que poseen sobre el concepto que se presenta y puesta en común por parte de los educadores y los asistentes sobre la necesidad de elaboración de un presupuesto. 		2:20 min 5 min
SEGUIMIENTO: Se proyecta un video a los asistentes donde se explica uno de los principales conceptos económicos tratados en la unidad: El presupuesto. Una vez reproducido, los educadores preguntan el grado de acuerdo de los asistentes sobre los contenidos que se han presentado para que puedan mostrar su opinión y conocimientos.			

³⁸ Véase Anexo 2

³⁹ <https://www.youtube.com/watch?v=6IjzEI9FYAA>

3. ACTIVIDAD DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE. Ejercicio práctico de economía básica. A través de la realización de un presupuesto utilizando la herramienta Excel, se pretende que los asistentes aprendan a realizar un presupuesto y así, aumentar su sentimiento de autoconfianza y su capacidad de iniciativa. Para ello, se ha diseñado una herramienta de hojas dinámicas que pueden incorporar en su vida cotidiana para la gestión de la economía familiar.

ACTIVIDAD N° 3: Elaboración de un presupuesto			
AGRUPAMIENTO: Grupo clase	TIEMPO ESTIMADO: 25 min	TIPO DE ACTIVIDAD: Enseñanza - aprendizaje	UBICACIÓN: Aula taller
		METODOLOGIA: Enseñanza directiva y simulación.	
OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD:			
<ul style="list-style-type: none"> - Puesta en práctica de los conceptos tratados en la unidad (ingresos, gastos, presupuesto y ahorro). - Utilizar adecuadamente el vocabulario económico que se ha establecido con anterioridad. - Conocer e identificar las habilidades de los asistentes para la gestión de la economía familiar. - Adquirir práctica y destrezas para la gestión de la economía familiar. 			
RECURSOS:			
<ul style="list-style-type: none"> - PC, pantalla y cañón de proyecciones. - Lápices, bolígrafos y folios. 			
SECUENCIA/DESARROLLO	-Presentación y explicación de la actividad práctica	5 min	
	-Realización en grupo de la práctica (simulación)	10 min	
	-Discusión y análisis de los resultados obtenidos	5 min	
	-Resumen de lo aprendido	5 min	
SEGUIMIENTO: Una vez que los educadores han realizado la exposición previa de los contenidos de la unidad, se presenta una actividad, donde los asistentes podrán poner en práctica los conceptos presentados. Finalizada la actividad, los educadores abrirán una ronda debate donde los asistentes puedan discutir los resultados que se han obtenido. Por último, se hará un resumen de lo aprendido, haciendo hincapié en la necesidad de implantar la herramienta de la elaboración del presupuesto en sus vidas cotidianas.			

4. ACTIVIDAD DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE. Ejercicio explicativo de un ejemplo de menú semanal tomando como referencia las recomendaciones de la FAO, la OMS y el Servicio Canario de Salud, con el objetivo de que los asistentes aprendan a elaborar un menú saludable basado en nutrientes.

ACTIVIDAD N° 4: Ejemplo de un menú semanal			
AGRUPAMIENTO:	TIEMPO ESTIMADO:	TIPO DE ACTIVIDAD: Enseñanza - aprendizaje	UBICACIÓN:

Grupo clase	18 min	METODOLOGIA: Enseñanza directiva y simulación.	Aula taller
OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD:			
- Enseñar un ejemplo de menú semanal basado en nutrientes.			
RECURSOS:			
- PC, pantalla y cañón de proyecciones.			
- Lápices, bolígrafos y folios.			
SECUENCIA/DESARROLLO	-Presentación y explicación de la actividad.	2 min	
	-Explicación detallada de las partes que componen el menú semanal ⁴⁰ .	10 min	
	-Discusión y análisis de la práctica.	5 min	
SEGUIMIENTO: Una vez presentada la actividad los educadores exponen el ejemplo de menú semanal, haciendo hincapié en los nutrientes que aportan los alimentos que se incluyen en el mismo.			

5. ACTIVIDAD DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE. Ejercicio explicativo tomando como referencia una factura de luz real. Se realiza con el objetivo de que los asistentes aprendan a identificar cada una de las partes de la que consta una factura y así, ser más consciente del gasto en suministro eléctrico y conocer aquellos ítems en los que se puede ahorrar.

ACTIVIDAD N° 4: Explicación de una factura de luz			
AGRUPAMIENTO:	TIEMPO ESTIMADO:	TIPO DE ACTIVIDAD: Enseñanza – aprendizaje	UBICACIÓN:
Grupo clase	18 min	METODOLOGIA: Enseñanza directiva y simulación.	Aula taller
OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD:			
- Enseñar a entender una factura de luz.			
RECURSOS:			
- PC, pantalla y cañón de proyecciones.			
- Lápices, bolígrafos y folios.			
SECUENCIA/DESARROLLO	-Presentación y explicación de la actividad práctica.	2 min	
	-Realización de la actividad.	10 min	
	-Discusión y análisis de la práctica.	5 min	

⁴⁰ Véase Anexo 3

SEGUIMIENTO: Una vez presentada la actividad los educadores exponen cuáles son los ítems de los que se compone una factura de luz. Haciendo hincapié en aquellos que permitan disminuir el importe total de la factura, y por consiguiente permitir un mayor ahorro familiar.

4.1.9. Recursos

A. Materiales: Generales y específicos.

- Espacio físico, que se destinará de forma exclusiva para la realización del curso-taller.
- Material informático e interactivo: Ordenadores de mesa. Con posibilidad de tener a disposición equipos de sonido, portátiles, cañón e Internet.
- Material escolar (bolígrafos, lápices, gomas, folios, etc.) para que las unidades familiares puedan anotar lo que deseen.
- Mobiliario: mesas, sillas, etc.
- Documentos para la educación práctica (recibo de agua, luz, bancarios...).

B. Humanos:

- Educadores que impartirán el curso-taller.

4.1.10. Evaluación

Una vez desarrollado el curso, se lleva a cabo el proceso de evaluación mediante un conjunto de actividades programadas para recoger la información de los asistentes sobre los contenidos y sobre el aprovechamiento y la necesidad del curso. En el presente curso-taller, se lleva a cabo una evaluación integrada en el proceso, que aporte información, facilite la toma de decisiones y que oriente a los instructores del curso para introducir los cambios necesarios. De esta forma, la evaluación será un elemento regulador y orientador de la labor de enseñanza.

Este modelo de evaluación permitirá:

- 1) Comprobar el grado de aprendizaje que se va produciendo en las familias mediante un cuestionario anónimo al finalizar el curso-taller. Este cuestionario a su vez va a permitir recoger y contrastar información que ayude a realizar correcciones y tomar decisiones.
- 2) Garantizar la consecución de los objetivos generales.
- 3) Detectar quiénes precisan medidas alternativas, de apoyo o de ampliación.

Evaluación de las unidades familiares:

Una vez finalizado el curso, se realiza un cuestionario⁴¹ que cuenta con una doble finalidad: Por un lado, conocer si se han conseguido los objetivos tanto generales como específicos y, por otro, obtener una valoración del curso.

⁴¹ Véase Anexo 4

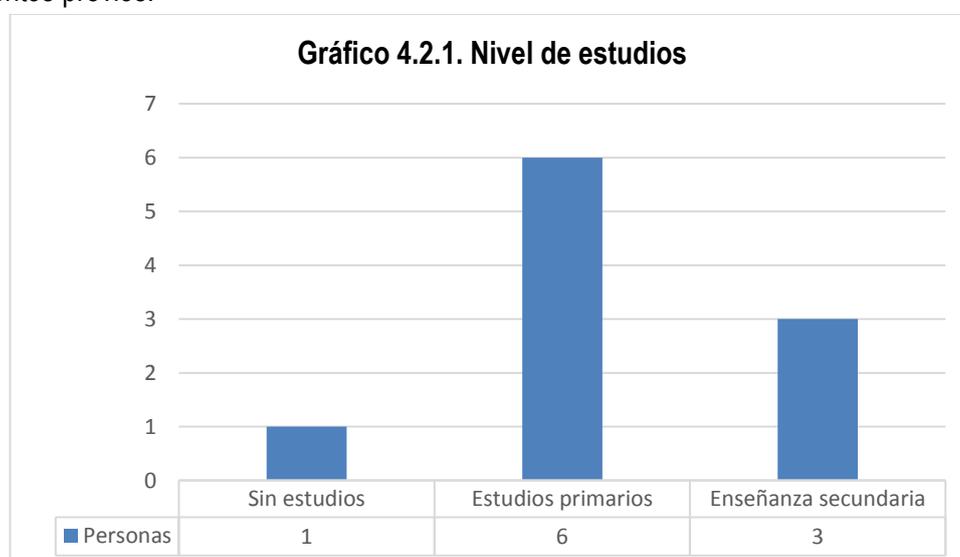
4.1.11. Cronograma

Contenidos	Actividades de enseñanza / aprendizaje	Tiempo estimado
Presentación del curso-taller	Actividad 1	15 minutos
Economía familiar	Clase teórica	5 minutos
Presupuesto	Clase teórica-práctica	20 minutos
	Actividad 2	7:20 minutos
	Actividad 3	25 minutos
Ingresos	Clase teórica-práctica	5 minutos
	Actividad 3	
Gastos	Clase teórica-práctica	5 minutos
	Actividad 3	
Ahorro	Clase teórica-práctica	30 minutos
	Actividad 4	18 minutos
	Actividad 5	18 minutos
Evaluación	Cuestionario final	20 minutos
Total tiempo estimado		3 horas aproximadamente

4.2. MEMORIA DEL CURSO

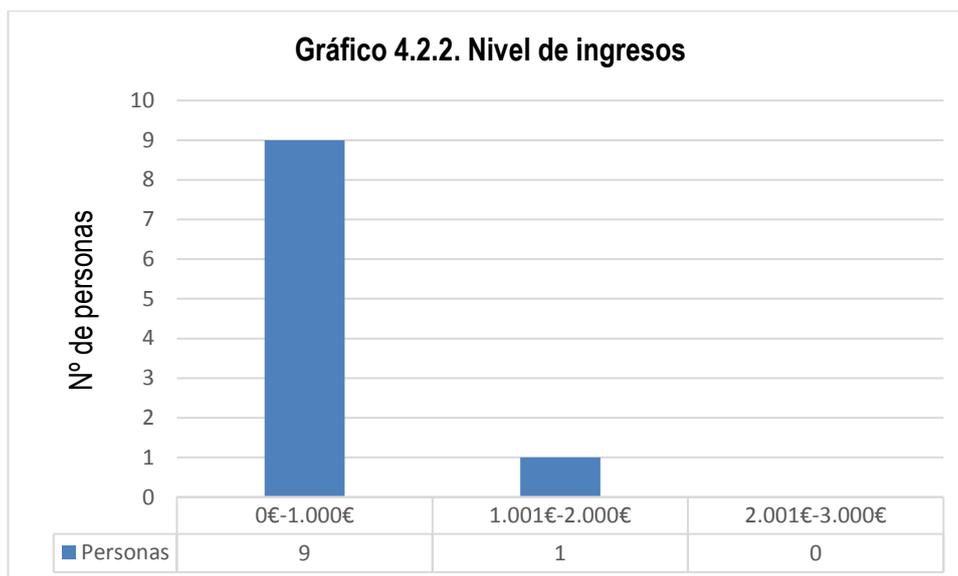
El curso-taller “Gestión de la economía familiar: El presupuesto”, propuesto en esta guía didáctica se ha impartido a modo de prueba piloto⁴² en la Asociación “Proyecto Mi Barrio” situado en el Barrio de Los Olivos, perteneciente al municipio de San Cristóbal de La Laguna. El curso se realizó el día 29 de mayo de 2017 en una sesión con una duración aproximada de 3 horas, donde se presentaron los contenidos redactados en la guía didáctica así como las actividades propuestas en la misma.

Para la realización de este curso y previo a su impartición, se llevó a cabo un cuestionario preliminar (Actividad 1 de la sección 4.1.8), que sirvió para conocer el perfil de los asistentes y sus conocimientos previos.



Fuente: elaboración propia a través de las respuestas obtenidas en el cuestionario preliminar.

⁴² Véase Anexo 5 y 6

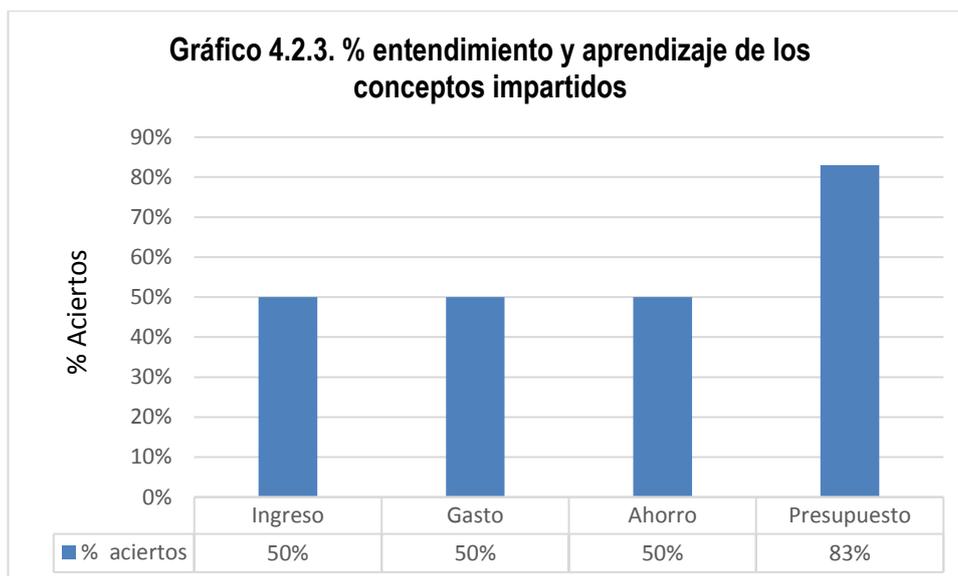


Fuente: elaboración propia a través de las respuestas obtenidas en el cuestionario preliminar

Es destacable que se tuvo que adaptar el contenido y vocabulario utilizado, dado que el 60% de los asistentes presentaban estudios primarios o equivalentes. Además, el cuestionario puso de manifiesto la importancia de la impartición de este curso, ya que el 60% de los individuos no aplica mecanismos de ahorro en su hogar y el 90% de los encuestados desconocían qué es un presupuesto.

La sesión se dividió en tres partes:

- En primer lugar, se llevó a cabo un debate interactivo a modo de introducción, basado en los conceptos recogidos en el cuestionario preliminar, con el fin de conseguir la interacción de los asistentes y crear un ambiente positivo y motivador. Seguidamente, se expusieron los conceptos básicos de ingreso, gasto y economía familiar. A continuación, se proyectó un video introductorio y motivador sobre el presupuesto para proseguir con la explicación del concepto del presupuesto, sus beneficios, su elaboración y los consejos prácticos (Actividad 2 de la sección 4.1.8). Adicionalmente, se presentó y se explicó una propuesta de hoja dinámica de Excel (Actividad 3 de la sección 4.1.8) diseñada para la elaboración y gestión del presupuesto familiar. Esta hoja, se elaboró exclusivamente para su utilización por parte de las unidades familiares que participaron en el curso-taller piloto.
- Tras una pequeña pausa, y en segundo lugar, se presentó el concepto de ahorro así como posibles mecanismos que pueden aplicar las familias en su vida cotidiana. Asimismo, se detalló a modo de ejemplo un menú semanal basado en nutrientes que los asistentes pueden aplicar en sus hogares (Actividad 4 de la sección 4.1.8). Esta actividad fue motivada y elaborada tras la realización del cuestionario preliminar, dado que el 70% de los encuestados no conocían ninguna dieta basada en nutrientes. También, se explicó y detalló cada uno de los ítems que componen la factura de la luz, apoyándose en material visual de una factura real (Actividad 5 de la sección 4.1.8).
- Por último, se llevó a cabo un cuestionario evaluativo con el fin de conocer el grado de entendimiento y/o aprendizaje de los conceptos impartidos y la valoración general del curso, obteniéndose los resultados recogidos en el gráfico 4.2.3. y en la tabla 4.2.1..



Fuente: elaboración propia a través de las respuestas obtenidas en el cuestionario de evaluación final

Tabla 4.2.1.	
Media de la valoración global del curso (máximo 5 puntos)	4,67

Fuente: elaboración propia a través de las respuestas obtenidas en el cuestionario de evaluación final

La realización del curso-taller ha permitido sensibilizar a los asistentes para que adquieran una cultura de ahorro a través de la aplicación de los mecanismos de ahorro presentados en su vida cotidiana. Las personas que acudieron al curso mostraron interés hacia la aplicación Excel para la elaboración de un presupuesto que permite la gestión de la economía del hogar, puesto que la misma puede ser utilizada tanto por los adultos como por los menores que integran la unidad familiar. Además, algunos de los participantes manifestaron su desconocimiento hacia algunos de ítems propuestos como por ejemplo: las tarifas de discriminación horaria que ofrecen las compañías eléctricas y la posibilidad de implementar una alimentación basada en nutrientes.

Finalmente, y para la impartición de futuros cursos se propone ampliar el contenido de algunas de las secciones que permitan realizar un análisis con mayor profundidad en aspectos como: la explicación de una factura de agua, la explicación de los recibos bancarios y la realización de la traducción en euros de algunos de los mecanismos de ahorro propuestos.

5. CONCLUSIONES

El estudio realizado inicialmente sobre la situación socioeconómica de Canarias a partir de una serie de indicadores de pobreza y desigualdad, pone de manifiesto que el hogar medio del archipiélago canario presenta mayores restricciones presupuestarias que el conjunto nacional y el europeo. A su vez, este segmento de la población, suele presentar un nivel educativo menor. Todo ello motiva la realización de un estudio en profundidad sobre posibles mecanismos de ahorro que los hogares pueden aplicar. Realizando este estudio, se descubrió que existe una gran variedad de acciones de ahorro que los hogares canarios pueden utilizar fácilmente para la gestión de la economía familiar, lo

que impulsó la propuesta de una guía didáctica sobre un curso-taller como instrumento para el ahorro, donde se emplean recursos docentes.

Dada las escasas referencias previas sobre el tema propuesto en este trabajo de fin de grado, y para comprobar la importancia del mismo, se decidió poner en práctica la guía didáctica mediante la realización de una prueba piloto sobre el curso-taller “Gestión de la economía familiar: el presupuesto” en un barrio del municipio de San Cristóbal de La Laguna, que cumple con las características socioeconómicas mencionadas anteriormente.

La exposición y la evaluación llevada a cabo en el curso-taller, permitieron confirmar la necesidad de la impartición de este tipo de curso en poblaciones con restricciones presupuestarias severas, debido a que una parte de los asistentes no conocía alguno/s de los mecanismos de ahorro presentados o sí los conocían pero no sabían cómo aplicarlos a su economía doméstica.

BIBLIOGRAFÍA

BBVA (2015). *Gastos en el alquiler o en la compra de vivienda*. Obtenido de <https://www.bbva.com/es/detalle-los-gastos-alquiler-compra-vivienda/>

Becker, Gary S. (1964). *Human Capital*, 1st ed. New York. Columbia University Press for the National Bureau of Economic Research.

Boza, J., y Zabaleta, J. (2012). *La riqueza de los pobres. Los Microahorros*. Revista Atlántica de Economía, Vol 1. Obtenido de http://www.unagaliciamoderna.com/eawp/coldata/upload/v1_12_microahorro_publicar.pdf

Buendía Abril, P., & Palazón Romero, F. (2012). *El agua: un recurso escaso*. Madrid: Gobierno de España. Obtenido de <http://www.mecd.gob.es/dms-static/6c2a2849-d4c6-49dc-8fab-b8c328fc622d/2012-unidad-didactica-interactiva-pdf.pdf>

Cabrera de León, J. F., & Rodríguez Pérez, A. J. (2010). *El Diseño de la Programación Didáctica*. Gobierno de Canarias. Obtenido de http://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/campus/doc/htmls/metodologias/pdfs/El_Disenyo_Programaci%C3%B3n_Didactica_en_fp.pdf

Comisión Europea (2013). *Europa 2020: La estrategia europea de crecimiento: Serie comprender las políticas de la Unión Europea*. Bruselas. Obtenido de <http://www.lamoncloa.gob.es/espana/eh15/politicasocial/Documents/Europa-2020-la-estrategia-europea-de-crecimientoA.pdf>.

Comisión Europea (2016). *Monitor de la Educación y la Formación de 2016: España*. Luxemburgo. Obtenido de http://ec.europa.eu/education/sites/education/files/monitor2016-es_es.pdf

Comisión Europea (2017). *Informe España*. Bruselas. Obtenido de <https://ec.europa.eu/info/sites/info/files/2017-european-semester-country-report-spain-es.pdf>

Comisión Nacional del Mercado de Valores & Banco de España (2010). *Cómo llegar a fin de mes: El presupuesto personal*. Plan de Educación Financiera. Obtenido de <http://www.finanzasparatodos.es/es/comollegarfindemes/presupuestopersonal/>

Comisión Nacional del Mercado de Valores & Banco de España (2010). *La economía en las etapas de la vida. Comprando una vivienda: El préstamo hipotecario*. Plan de Educación Financiera. Obtenido de <http://www.finanzasparatodos.es/es/economiavida/comprandovivienda/prestamohipotecario.html>

Consejería de Bienestar Social, Juventud y Vivienda (2009). *Plan de vivienda de Canarias 2009-2012*. Gobierno de Canarias. Obtenido de http://www.gobiernodecanarias.org/cmsgobcan/export/sites/vivienda/galerias/docs/Informacion/plan_vivienda_canarias_2009_2012.pdf

Consejo Económico y Social de Canarias (2016). *Capítulo 3: El panorama social de Canarias. Informe anual 14-15*. Obtenido de http://www.cescanarias.org/ces_ia_14-15/archivos/capitulo_03.pdf

FAO, & OMS (2003). *Dieta, Nutrición y Prevención de Enfermedades Crónicas*. Ginebra. Obtenido de <http://www.fao.org/3/a-ac911s.pdf>

Fundación Española de la Nutrición (FEN) (2013). *Libro blanco de la nutrición en España*. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Obtenido de http://www.seedo.es/images/site/documentacionConsenso/Libro_Blanco_Nutricion_Esp-2013.pdf

Gutiérrez-Domènech, M. (2008). *¿Cuánto cuesta ir al trabajo? El coste en tiempo y en dinero*. Barcelona: La Caixa. Obtenido de http://www.caixabankresearch.com/documents/10180/51459/de11_esp.pdf

Instituto Canario de Estadística (ISTAC) (2013). *Encuesta de ingresos y condiciones de vida de los hogares canarios 2013*. Gobierno de Canarias. Obtenido de <http://www.gobiernodecanarias.org/istac/galerias/documentos/C00034B/EICV-HC-2013-PrincipalesResultados.pdf>

Instituto Nacional de Estadística (INE) (2016). *Encuestas de Condiciones de Vida (ECV): Año 2015*. Obtenido de <http://www.ine.es/prensa/np969.pdf>

Instituto Nacional de Evaluación Educativa (2016): *Panorama de la educación: Indicadores de la OCDE 2016*. Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Obtenido de <http://www.mecd.gob.es/dctm/inee/eag/panorama2016okkk.pdf?documentId=0901e72b82236f2b>

Lucas, R. (1988): *On the mechanics of economic development*, Journal of Monetary Economics, Vol 22: 3-42.

Martin, K., & Hill, R. P. (2012): *Life Satisfaction, Self-Determination, and Consumption Adequacy at the Bottom of the Pyramid*. Journal of Consumer Research, Vol 38: 1155-1168.

Martin, K., y Hill, R. P. (2015). *Saving and Well-Being at the Base of the Pyramid: Implications for Transformative Financial Services Delivery*. Journal of Service Research, Vol 18: 405-421.

Medina, A. (2014): *La comunicación en la sociedad actual: redes sociales y nuevas tecnologías*. Jaén.

Ministerio de Educación, Cultura y Deporte (2017). *Las cifras de la educación en España: Principales resultados*. Gobierno de España. Obtenido de <https://www.mecd.gob.es/dms/mecd/servicios-al-ciudadano-mecd/estadisticas/educacion/indicadores-publicaciones-sintesis/cifras-educacion-espana/2014-15/prin-resultados.pdf>

Ministerio de Fomento. (s.f.): *El transporte en España, un sector estratégico*. Obtenido de https://www.fomento.gob.es/NR/rdonlyres/BE3C23F7-3743-43AE-9D44-DEAB45616099/19599/Resumen_ejec.pdf

Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad (MSSSI) (2016): *Guía de ayudas sociales y servicios para las familias*. Gobierno de España. Obtenido de https://www.msssi.gob.es/ssi/familiasInfancia/docs/2016_GUIA_FAMILIAS.pdf

OECD. (1998). *Measuring what people know: Human capital for the knowledge economy*. Francia: OECD Publications.

Oreja, J.R. (2000): *Dirección estratégica de la empresa: una aproximación práctica*. IUDE Universidad de La Laguna - Ediciones Xerach. La Laguna. Tenerife.

Padrón Marrero, D., Martínez García, J. S., Gutiérrez Hernández, P., Godenau, D., Hernández Guerra, A. M., Rocío Calvo, C., y González Padilla, D. (2016). *Desigualdad, pobreza y cohesión social en canarias. análisis de su incidencia y distribución entre la población canaria*. La Laguna. Obtenido de <http://www.gobiernodecanarias.org/cmmsgobcan/export/sites/presidencia/INFORMES/INFORME-DESIGUALDAD-Y-POBREZA.pdf>

Rigau i Domingo, J., & López Roura, S. (2012). *KitCaixa economía*. Barcelona: Obra Social "la Caixa". Obtenido de <https://www.educaixa.com/documents/10180/93149/Guia.pdf/7ee31817-9321-4aa7-aaeb-3241f5f9b795>,

Schultz, Theodore W. (1960). *Capital formation by education*. The journal of political economy, Vol.68:571-583.

Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC) (2004). *Guía de la alimentación saludable*. Madrid. Obtenido de <http://www.nutricioncomunitaria.org/es/noticia-documento/19>

Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (2016). *Guías alimentarias para la población española: la nueva pirámide de la alimentación saludable*. Nutrición Hospitalaria, Vol 33: 1-48. Obtenido de <http://revista.nutricionhospitalaria.net/index.php/nh/article/view/827/449>

Sociedad Española de Salud Pública (SESPAS) (2014). *Informe SESPAS 2014: Crisis económico-financiera y salud en España. Evidencia y perspectiva*. Gaceta Sanitaria, Vol 28. Obtenido de <http://gacetasanitaria.org/es/impacto-crisis-el-derecho-una/articulo/S0213911114001010/#aff0010>

Uzawa, H. (1965): *Optimal technical change in an aggregative model of economic growth*, International Economic Review, Vol 6: 18-31.

Recursos webs:

INE: <http://www.ine.es/>

EUROSTAT: <http://ec.europa.eu/eurostat/data/database>

OMS: <http://www.who.int/es/>

FAO: <http://www.fao.org/home/es/>

OCU: <https://www.ocu.org/>

CONCEPTOS							
GRUPOS	Tiendas	Gastos_Fijos	Ocio	Transporte	Vivienda	Salud_Bienestar	Seguros
Tiendas_Super	Alimentación	Agua	Vacaciones	Coche	Muebles	Médicos	Vivienda
Gastos_Fijos	Limpieza	Luz	"Excursiones"	Taller	Electrodomestic	Farmacia	Vida
Ocio	Perfumería	Gas	Deporte	Combustible	Reparaciones	Cuidado Personal (Peluquería..)	
Transporte	Hogar y Mena	Teléfono	Restaurantes	Seguros	Contribución		
Vivienda	Ropa	Comunidad	"Tomar algo"	Multas	Alquiler		
Salud_Bienestar	Calzado	Móviles	Otros	Impuestos	Otros		
Seguros	Regalos	Otros		Guagua/transporte			
	Otros			Taxis			
				Otros			

Anexo 2. Cuestionario de evaluación preliminar del curso-taller

CUESTIONARIO PRELIMINAR

1-Sexo:

- Masculino.
- Femenino.

3-¿Cuál es su nivel de estudios?

- Sin estudios
- Estudios primarios o equivalentes
- Enseñanza secundaria o profesionales superiores

2-¿Cuál es el nivel medio de ingresos mensual en su hogar?

- 0 € -1000 €
- 1001 €-2000 €
- 2001 €-3000 €

3-¿Cree usted que puede ofrecer a su familia una alimentación adecuada?

- No.
- Sí, pero no todo lo que me gustaría.
- Sí.

4-¿Conoce alguna dieta basada en nutrientes?

- No.
- Sí.

5-¿Conoce algún método de ahorro que pueda aplicar en su hogar?

- No.
- Sí

En caso afirmativo, indique cuál _____

6-¿Aplica algún método de ahorro en su hogar?

- No.
- Sí.

En caso afirmativo, indique cuál _____

7- ¿Cuál es el gasto que más le preocupa?

- a. Alimentación
- b. Hipoteca
- c. Suministros

8-Defina brevemente los siguientes conceptos:

- a. Ingreso:
- b. Gasto:
- c. Ahorro:
- d. Presupuesto:

Anexo 3. Propuesta de menú semanal basado en nutrientes

MENÚ SEMANAL	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
DESAYUNO	Pan tostado con tomate y una fruta	Leche y gofio	2 yogures con 4 galletas	Pan tostado con queso de burgos	Bocadillo de atún	Yogurt con cereales	Pan tostado con jamón
MEDIA MAÑANA	Bocadillo de queso	Fruta de temporada	Bocadillo de jamón	Fruta de temporada	Pan tostado con jamón y tomate	Fruta de temporada	Fruta de temporada
ALMUERZO	Paella de carne conejo	Arroz a la cubana	Potaje de judías y jurel a la plancha	Papas con carne	Carne conejo compuesta	Lentejas con chorizo	Macarrones a la boloñesa
MERIENDA	Fruta de temporada y jamón	Fruta de temporada y leche	Pan tostado y tortilla francesa	Compota de frutas	Fruta de temporada y yogurt	Fruta de temporada y queso de burgos	Fruta de temporada y dos galletas
CENA	Sardinas asadas con verduras de temporada	Tortilla de espinacas y queso	Filete de pollo con ensalada	Caballas con tomate natural	Crema de calabacín y tortilla francesa	Hamburguesa de pescado	Ensalada de pasta

CUESTIONARIO DE EVALUCIÓN FINAL DEL CURSO

Título del Curso: "Gestión De la economía del hogar: EL PRESUPUESTO"

Su opinión de manera anónima sobre el curso realizado nos permitirá mejorar las actividades de formación en el futuro. Por favor, conteste a todas las preguntas. Gracias

VALORACIÓN SOBRE LO APRENDIDO

A-CONCEPTOS

1-¿Qué es un ingreso?

- a. Salida de dinero.
- b. Diferencia entre ingresos y gastos.
- c. Entrada de dinero.
- d. Herramienta útil para gestionar la economía del hogar.

2-¿Qué es un gasto?

- a. Diferencia entre ingresos y gastos.
- b. Salida de dinero.
- c. Entrada de dinero.
- d. Herramienta útil para gestionar la economía del hogar.

3-¿Qué es el ahorro?

- a. Herramienta útil para gestionar la economía del hogar.
- b. Salida de dinero.
- c. Entrada de dinero.
- d. Diferencia entre ingresos y gastos.

4-¿Qué es un presupuesto?

- a. Entrada de dinero.
- b. Salida de dinero.
- c. Herramienta útil para gestionar la economía del hogar.
- d. Diferencia entre ingresos y gastos.

VALORACIÓN DEL CURSO

B-OBJETIVOS

1(Muy poco adecuada) - 5(Muy adecuada)	1	2	3	4	5
1. Claridad en los objetivos del curso.					
2. Consecución de los objetivos iniciales.					
3. Satisfacción de las expectativas personales.					

C-CONTENIDOS/METODOLOGÍA

1(Muy poco adecuada) - 5(Muy adecuada)	1	2	3	4	5
1. Selección de contenidos.					
2. Profundidad en el tratamiento de los contenidos (claridad).					
3. Metodología práctica utilizada.					
4. Calidad en la presentación de los contenidos.					
5. Utilización de recursos.					
6.El material del curso le ha resultado útil.					
7.Posibilidad de aplicación práctica					

D-ORGANIZACIÓN/ADAPTACIÓN

1(Muy poco adecuada) - 5(Muy adecuada)	1	2	3	4	5
1. Instalaciones del lugar de realización.					
3. Metodología práctica utilizada.					
4. La duración del curso ha sido.					
5. El horario del curso ha sido					

E-PERSONAL

1(Muy poco adecuada) - 5(Muy adecuada)	1	2	3	4	5
1. Claridad expositiva					
2. Capacidad de motivación					
3. Dominio del contenido					
4. Capacidad para fomentar el trabajo en grupo, dar instrucciones claras, facilitar el trabajo.					
5. Facilidad para mantener relaciones interpersonales, apertura, saber escuchar					

6. Claridad en instrucciones para realizar las tareas					
7. Apoyo y disponibilidad dispensados por el personal.					

F- VALORACIÓN GLOBAL

1(Muy poco adecuada) - 5(Muy adecuada)	1	2	3	4	5
Valoración general del curso					

OBSERVACIONES:

Muchas gracias por su colaboración.

Anexo 5. Cartel informativo de la impartición del curso-taller



**“APRENDE A GESTIONAR
TU ECONOMÍA FAMILIAR”**

**Apúntate a nuestro curso-taller y te daremos
las claves para llevar una correcta gestión en
la economía de tu hogar**

DENOMINACIÓN DEL CURSO-TALLER
“Gestión de la economía del hogar: El presupuesto”.

LUGAR DE REALIZACIÓN
Asociación “PROYECTO MI BARRIO”

FECHA
29 de mayo de 2017

HORARIO
10:00-13:00

CORREO ELECTRÓNICO PARA INSCRIPCIÓN
gestioneeconomia domestica@gmail.com

Anexo 6. Power point elaborado para la impartición del curso taller



Gestión de la economía del hogar: "El presupuesto"



ÍNDICE

1. ¿QUÉ SABEMOS?
2. CONCEPTOS BÁSICOS
 - 2.1. EL INGRESO
 - 2.2. EL GASTO
3. ECONOMÍA FAMILIAR
4. EL PRESUPUESTO
5. EL AHORRO

1. ¿QUÉ SABEMOS?



1.¿Qué sabemos?

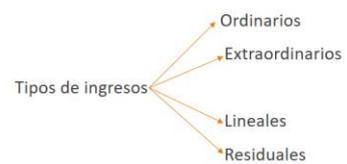
ACTIVIDAD 1

2.CONCEPTOS BÁSICOS



2.1.EL INGRESO

“Todas las entradas de dinero que recibe familia utilizadas para satisfacer sus necesidades básicas y gastos con los que normalmente cuentan”



2.2.EL GASTO

“Consumos efectuados por una persona o grupo familiar en la vida cotidiana”

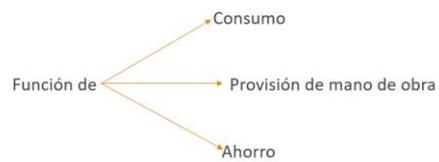


3.ECONOMÍA FAMILIAR



3.ECONOMÍA FAMILIAR

“Gestionar de forma adecuada los ingresos y los gastos de la unidad familiar”



4.EL PRESUPUESTO

ACTIVIDAD 2

<https://www.youtube.com/watch?v=6IjzEI9FYAA>

4.EL PRESUPUESTO



4.EL PRESUPUESTO

“Documento que recoge de maneja conjunta y ordenada, los ingresos y los gastos de una familia a lo largo de un determinado periodo”



4.EL PRESUPUESTO

➤ ¿Para qué sirve?

- Saber en qué se nos va el dinero.
- Priorizar y ajustar gastos.
- Controlar el gasto
- Identificar deudas.
- Planificar el ahorro.
- Hacer previsiones para el futuro.
- Ajustar nuestro nivel de vida.



4.EL PRESUPUESTO

➤ ¿Cómo elaborarlo?

- Identificación de ingresos y gastos.
- Evaluación de los gastos y realización de ajustes.
- Aplicar el nuevo presupuesto y hacer un seguimiento.
- Revisar el presupuesto y hacer los ajustes necesarios.



4.EL PRESUPUESTO

➤ Consejos prácticos

- Conocer bien todos sus gastos
- Priorizar los gastos y eliminar aquellos que no mejoren su calidad de vida.
- Recortar los gastos discrecionales y reducir en lo posible los variables hasta que la totalidad de sus desembolsos no supere el 90% de los ingresos.
- Utilizar dinero en efectivo para sus gastos diarios.
- Eliminar deudas por las que paga un interés alto
- Apartar alguna cantidad todos los meses para ahorrar.



4.EL PRESUPUESTO

ACTIVIDAD 3

5.EL AHORRO



5.EL AHORRO

“Diferencia entre el ingreso disponible de una familia y su consumo”



5.EL AHORRO

➤ Consejos de ahorro

- Alimentación
- Suministro en electricidad y agua
- Servicios de telefonía/TV
- Vivienda
- Educación
- Salud
- Transporte

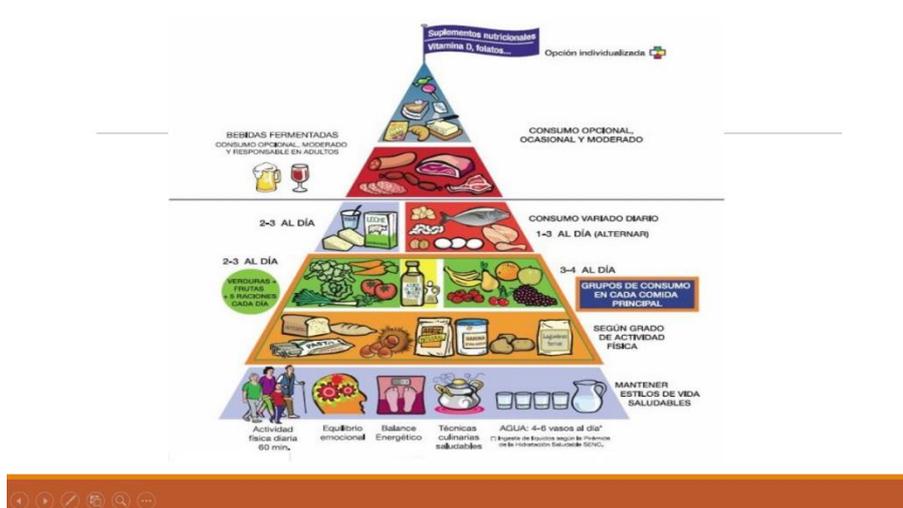
5.EL AHORRO

➤ Consejos de ahorro

○ Alimentación

- Suministro en electricidad y agua
- Servicios de telefonía/TV
- Vivienda
- Educación
- Salud
- Transporte

ALIMENTOS	BENEFICIOS	CANTIDAD RECOMENDADA
FRUTAS	Aportan azúcares, vitaminas, minerales y fibra.	Diario (3 o + al día)
VERDURAS Y HORTALIZAS	Aportan vitaminas, minerales, fibra y antioxidantes.	Diario (300 g diarios)
LECHE Y DERIVADOS	Aportan proteínas, vitaminas y calcio.	Diario (2-4 raciones)
CEREALES (Pan, pasta, arroz, papas...)	Aportan fibra, vitaminas y minerales.	Diario (4-6 raciones) Se recomienda los cereales integrales.
CARNES Y EMBUTIDOS	Aportan proteínas, vitaminas, hierro, potasio, fósforo y zinc.	Semanal (3-4 raciones)
PESCADOS	Aportan proteínas, vitaminas, yodo y ácidos grasos.	Semanal (3-4 raciones)
HUEVOS	Aportan proteína, vitaminas y minerales.	Semanal (3-4 raciones)
LÉGUMBRES	Aportan hidratos de carbono, fibra, vitaminas y minerales	Semanal (2-4 raciones)
FRUTOS SECOS	Aportan proteínas, ácidos insaturados, fibra	Semanal (3-7 raciones)
AZÚCARES Y DULCES	Aportan energía.	Ocasional (consumo moderado)
ACEITE	Aportan energía. Intervienen en la composición de las membranas celulares y estructuras nucleares.	Consumo con moderación por su elevado aporte calórico. El consumo de aceite de oliva sí es recomendable (3-6 raciones al día)



5.EL AHORRO

➤ Consejos de ahorro

- Alimentación
- Suministro en electricidad y agua
- Servicios de telefonía/TV
 - Vivienda
 - Educación
 - Salud
 - Transporte

5.EL AHORRO

ACTIVIDAD 4

ACTIVIDAD 4

MENÚ SEMANAL	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
DESAYUNO	Pan tostado con tomate y una fruta	Leche y gofio	2 yogures con 4 galletas	Pan tostado con queso de burgos	Bocadillo de atún	Yogurt con cereales	Pan tostado con jamón
MEDIA MAÑANA	Bocadillo de queso	Fruta de temporada	Bocadillo de jamón	Fruta de temporada	Pan tostado con jamón y tomate	Fruta de temporada	Fruta de temporada
ALMUERZO	Paella de carne conejo	Arroz a la cubana	Potaje de judías y jurel a la plancha	Papas con carne	Carne conejo compuesta	Lentejas con chorizo	Macarrones a la boloñesa
MERIENDA	Fruta de temporada y jamón	Fruta de temporada y leche	Pan tostado y tortilla francesa	Compota de frutas	Fruta de temporada y yogurt	Fruta de temporada y queso de burgos	Fruta de temporada y dos galletas
CENA	Sardinas asadas con verduras de temporada	Tortilla de espinacas y queso	Filete de pollo con ensalada	Caballas con tomate natural	Crema de calabacín y tortilla francesa	Hamburguesa de pescado	Ensalada de pasta

5. EL AHORRO

ACTIVIDAD 5



DETALLE DE LA FACTURA

9

Reserva gratuita con cancelación anticipada:
Paseo por la ciudad

Facturación por período consumido:
 Entrada por el monumento de 10€ + zona de visita de 10€ = 20€

Facturación por energía consumida:
 Energía por el monumento de 10€ + zona de visita de 10€ = 20€

Facturación por transporte y energía: 20€

Otros conceptos:
 Alquiler de silla de ruedas y control por el día: 10€

Subtotal otros conceptos: 10€

Importe total: 30€

TOTAL MONEDA FACTURA: 30€

DETALLE DEL IMPORTE DE LA FACTURA

El importe del importe de la factura, 30€ se divide en el siguiente:

10

30€ Inversión a las energías renovables, investigación y desarrollo.
 10€ Coste de medios de transporte y distribución.
 10€ Otros costes operativos (Excluido la energía del edificio)

11

INFORMACIÓN DE SU PRODUCTO

12

RESERVACIONES

Reserva gratuita con cancelación anticipada de 10 días antes de la fecha de inicio de la actividad. No obstante, la contratación de un producto con las condiciones de reserva de 10 días antes de la fecha de inicio de la actividad garantiza la disponibilidad del producto en la fecha de reserva. Para más información puede llamar al número de atención al cliente o consultar nuestra web.



MUCHAS GRACIAS POR SU ATENCIÓN