

PLANILLA 18 ELABORACIÓN DE UN PRESUPUESTO

www.LLS.org/manual-del-cuidador

Paso 1. Tener previsto los gastos mensuales

Mes: _____

Para preparar un presupuesto mensual, complete la siguiente planilla. A medida que se paguen las facturas, llene los montos reales.

Gastos mensuales	Previstos	Reales
Prima del seguro médico y otros gastos médicos previstos		
Alquiler/hipoteca		
Servicios públicos (electricidad, gas, agua)		
Comestibles/comidas		
Teléfono/celular		
Cable/Internet/servicios de emisión en continuo		
Transporte (pago del automóvil, combustible, pasaje de autobús)		
Pago de deudas (tarjetas de crédito/préstamos)		
Primas de otros seguros (automóvil/vida)		
Limpieza del hogar/mantenimiento del césped		
Cuidado infantil		
Otros gastos		
Total de gastos mensuales		

Cambios de los gastos a considerar

- Transporte y alojamiento para el cuidador y el paciente, si el centro de tratamiento está lejos de la casa
- Gastos médicos adicionales, tales como suplementos nutricionales, medicamentos de venta libre, productos para la higiene, peluca, etc.
- Cuidado infantil y/o de mascotas para cuando están fuera de casa para el tratamiento o las citas médicas

Consejos para reducir los gastos

- Comparar los precios de diferentes planes telefónicos/de cable o de seguros del hogar.
- Pedir ayuda a sus familiares y amigos para el cuidado infantil o de mascotas.
- Usar cupones para la compra de comestibles y comer en casa en lugar de restaurantes.
- Enviar solicitudes a los programas de asistencia económica ofrecidos por el gobierno o las organizaciones sin fines de lucro.
 - Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria (SNAP, en inglés) para cupones de alimentos: www.fns.usda.gov/snap/
 - Programa de Asistencia para Energía para Hogares de Bajos Recursos (LIHEAP, en inglés): www.liheap.org

- Programas de asistencia para medicamentos recetados
- Programas de asistencia para copagos
- Despensas comunitarias o bancos de alimentos
- Tarifas reducidas en hoteles o casas de hospitalidad cerca de centros médicos
- Asistencia con los costos de viajes para recibir tratamiento o programas de transporte compartido



Para obtener más información sobre los programas de asistencia económica que están disponibles, visite www.LLS.org/asuntos-financieros o comuníquese con un Especialista en Información de la Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma al **(800) 955-4572**.

Paso 2. Determinar los ingresos

Ingresos mensuales y sus fuentes	Previstos	Reales
Sueldo (ingreso neto*)		
Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI)/Seguro por Incapacidad del Seguro Social (SSDI)		
Beneficios laborales: discapacidad (a corto o largo plazo)		
Ingreso de jubilación del sector privado o de la Administración del Seguro Social (SSA)		
Asistencia económica		
Otras formas de ingresos		
Total de ingresos mensuales		

* El ingreso neto es el salario en mano después de los impuestos y otras deducciones salariales.

Cambios de los ingresos a considerar. Cuando determine los ingresos, recuerde considerar la pérdida de ingresos debido a los períodos de licencia del trabajo para el tratamiento.

Consejos para complementar los ingresos. Si el paciente no puede trabajar debido al tratamiento, considere solicitar el Seguro por Incapacidad del Seguro Social u otras opciones de seguro por discapacidad para reponer el ingreso perdido.

Paso 3. Finalizar el presupuesto

	Previsto	Real
Total de ingresos mensuales		
Total de gastos mensuales		
Total después de los gastos (total de ingresos menos el total de gastos)		