



# FINANZAS SALUDABLES

ORIENTACIÓN FINANCIERA EN TIEMPOS DE PANDEMIA

Sabemos que muchas cosas ocupan tu mente y la estabilidad financiera puede ser una de ellas. En colaboración con Mara Liz Meinhofer, educadora de finanzas personales, te traemos información valiosa que puede servirte de guía para manejar tus finanzas estos momentos. Te incluimos un breve resumen de nuestro primer video.

## ¿CÓMO MANEJAR TUS FINANZAS EN TIEMPOS DE CRISIS?

- ➔ **Apunta tus gastos**
- ➔ **Revisa tu cuenta de banco** por si hay algún gasto que no recordaste, como una membresía que ya no usas.
- ➔ **Identifica cuáles son tus gastos esenciales y no esenciales.**  
Esenciales: Techo, comida, transportación, médico, entretenimiento  
Sí, el entretenimiento es parte de nuestro bienestar emocional.
- ➔ **Llama a tus proveedores de servicios** para ver si puedes negociar alguna tarifa especial
- ➔ **Verifica si puedes acogerte a alguna moratoria**  
Ejemplo de moratorias de hipotecas ofrecidas. En este ejemplo pagas \$1,000 por mes y quieres coger un respiro por 3 meses.
  - Al finalizar los 3 meses debes pagar el balance pendiente de \$3,000 completo.
  - Se añaden 3 meses al término del préstamo por el tiempo que dejaste de pagar.
  - Al completar el término de la hipoteca, debes pagar los \$3,000 completos. Por lo cual el último pago serían los \$1,000 de ese mes + los \$3,000 que debes.
  - Los \$3,000 se dividen entre el tiempo que le queda a la deuda.

➔ **Aplaza gastos grandes programados**

➔ **Apoya al empresario local cuando hagas tus compras esenciales**

➔ **En caso de que pierdas tu plan médico patronal**

- Si tu patrono mantiene 20+ empleados en nómina puedes mantener el mismo plan médico por hasta 18 meses, pero debes pagarlo tú. Esto se conoce como **COBRA**. Cualificas a COBRA si perdiste elegibilidad al plan por reducción de horas de jornada, despido o renuncia. Llama a tu contacto de recursos humanos en tu compañía para que te oriente sobre como solicitar COBRA.
- Puedes adquirir un plan médico directo. Usualmente se hace durante el periodo de suscripción abierto, entre octubre a diciembre. Si necesitas obtener una cubierta nueva fuera de esas fechas, usualmente tienes que esperar 3 meses para poder utilizar los servicios ambulatorios.
- Sin embargo, hay unas **excepciones** las cuales pudieran cualificarte para no tener este periodo de espera, entre ellas: la pérdida de tu cubierta patronal por reducción en las horas de jornada, despido o renuncia. Triple-S tiene una variedad de planes individuales y familiares que pueden ser una buena alternativa. Visita [ssspr.com](http://ssspr.com) o llama al **787-277-6679** para más información.
- Si no tienes la oportunidad de pagar un plan médico, puedes tener otra opción a través de Medicaid, el Plan de Salud del Gobierno. Para saber si eres elegible, debes entrar a Medicaid a través de [www.medicaid.pr.gov](http://www.medicaid.pr.gov). Ahí puedes obtener información de cómo solicitar y los pasos a seguir.

**¡Mira el video para más detalles!**