

Familias destinan entre 300 y 600 dólares mensuales para la canasta básica mensual

Ante la creciente contracción económica que afecta a los consumidores, un estudio realizado por el equipo de *El Impulso* revela que el costo de la canasta básica familiar oscila entre 300 y 600 dólares mensuales, **dependiendo del número de integrantes del hogar y el ingreso disponible de cada núcleo familiar.**

Los ciudadanos consultados manifestaron que la alimentación representa una de las mayores preocupaciones en el presupuesto familiar. Los productos básicos como **arroz, harina, azúcar, aceite y caraoatas** conforman la mayor parte del consumo, mientras que las proteínas animales, principalmente el pollo, siguen siendo la opción más accesible frente al alto costo de la carne roja y el pescado.

Testimonios de familias afectadas

Aura Bravo, una de las encuestadas, señaló que su familia necesita al menos 600 dólares al mes para cubrir lo esencial: “La canasta básica en nuestra casa incluye verduras, frutas y carnes blancas. **El pollo es lo más económico, pero las carnes rojas están bastante costosas**”.

Pedro Rangel, padre de familia, explicó que su presupuesto mensual ronda los 350 a 360 dólares “Tratamos de comprar jugos por paquete para las meriendas, pero también varío con jugos naturales. El pollo es la proteína más accesible, porque la carne roja y el pescado son muy caros”, llevándolo a buscar **diversas fuentes de ingreso para cubrir los gastos mensuales** para una familia de 3 miembros.

Por otra parte, Ángel Camacho, con dos hijos indicó que su gasto mensual en alimentación es de aproximadamente 280 dólares, priorizando productos básicos y **evitando el consumo de proteínas costosas**, si los precios de productos como el arroz, la harina y el aceite se mantienen estables. No obstante, advirtió que cualquier incremento en estos rubros impacta directamente en su capacidad de compra.

Distribución del gasto y alimentación familiar

El estudio determinó que el mayor porcentaje de consumo en la canasta básica alimentaria lo conforman **los granos, las harinas y los vegetales**. La proteína animal más común en los hogares es el pollo, mientras que la carne de res y el pescado **son considerados productos de lujo debido a sus elevados costos**.

Además, muchas familias destinan una parte importante de sus ingresos a las meriendas de sus hijos en edad escolar, asegurando la alimentación de los más pequeños dentro de las limitaciones económicas.

Ante esta realidad, los ciudadanos continúan **ajustando su presupuesto y priorizando productos esenciales para hacer frente al aumento de precios**, en un contexto donde la estabilidad económica sigue siendo incierta.

Con información de El Impulso