Tech Consulting

CONSULTORÍA, CAPACITACIÓN E IMPLEMENTACIÓN.

GUÍA PRÁCTICA · HERRAMIENTAS CON IA

Consumo de tokens

Qué es un token, cómo se consume, cómo mide Claude tu uso, cuánto cuestan los planes y cómo aprovecharlos mejor. En lenguaje simple.

C Tech Consulting — Curso Claude Básico a Intermedio
Lección 09 · Consumo de tokens · Nivel básico-intermedio

Qué vas a aprender y por qué

Cuando Claude te dice “llegaste a tu límite”, conviene entender qué pasó. Esta guía te explica, sin tecnicismos, cómo se gasta tu uso, cuánto cuesta cada plan y qué hábitos te ayudan a rendirlo.

IDEA CENTRAL Un token es una pieza de texto. Tu plan no te da una bolsa fija de tokens: te da dos “tanques” de uso, uno que se rellena cada 5 horas y otro cada semana.

Contenido

1. Glosario simple
2. Qué hace subir el consumo
3. Cómo mide Claude tu uso
4. Planes y costos por día
5. Cuánto vale un token cuando pagas por uso
6. Quiz con respuestas
7. ¿Qué plan te conviene?
8. 8 hábitos para gastar menos
9. Herramientas para medir y ampliar
10. Tu plan de ahorro de 7 días

1 · Glosario simple

Término	Qué significa
Token	Una pieza de texto: una palabra, parte de una palabra o un signo. Ejemplo oficial: “The tokenizer rocks.” son 5 tokens. No hay una equivalencia exacta entre palabras y tokens: depende del idioma y del modelo.
Entrada	Lo que Claude lee: tu mensaje, tus archivos y la conversación anterior.
Salida	Lo que Claude escribe: su respuesta, archivos o código.
Ventana de contexto	La “mesa de trabajo” de Claude: todo lo que tiene enfrente en una conversación. En los modelos más recientes, hasta 1 millón de tokens (200 mil tokens son unas 500 páginas de texto).
Límite de sesión	Tu uso disponible en una ventana de 5 horas. Se rellena cada 5 horas.
Límite semanal	Tu uso disponible en la semana, en todos los modelos.
Créditos de uso	Uso extra que pagas solo si lo necesitas, a tarifa de API, con tope mensual.
API	La forma de usar Claude pagando exactamente por los tokens que consumes. Se usa para automatizaciones.

Las imágenes también cuentan: una imagen de 1000 × 1000 píxeles equivale a unos 1,296 tokens.

2 · Qué hace subir el consumo

- **Conversaciones largas:** en cada mensaje nuevo, Claude vuelve a tomar en cuenta toda la conversación anterior.
- **Archivos e imágenes** que adjuntas.
- **Herramientas y conectores** (buscar en internet, leer tu correo): consumen muchos tokens.
- **El modelo** que eliges y el **nivel de esfuerzo**.
- **Tareas de varios pasos** y artefactos.

Chat

La forma más ligera de usar Claude.

Cowork y Claude Code

Consumen más: trabajan con archivos, usan herramientas y hacen tareas de varios pasos.

3 · Cómo mide Claude tu uso

LA VERDAD Anthropic no publica un número de tokens ni de mensajes por plan. El uso se mide con dos límites.

Tanque de 5 horas
Límite por sesión que se reinicia cada cinco horas.

Tanque semanal
Límite que se reinicia cada semana.

El chat, Cowork y Claude Code comparten los mismos límites: lo que gastas en uno ya no lo tienes en el otro. Con preguntas cortas te alcanza para mucho; con tareas largas, archivos y herramientas, se vacía más rápido.

Dónde verlo: en la aplicación, en Configuración › Uso (Settings › Usage). En Claude Code, con `/usage`.

4 · Planes y costos por día

Plan	Precio	Uso	Costo por día*
Gratis	0 USD	Pro da al menos 5 veces más por sesión	—
Pro	20 USD/mes · 17 USD/mes con pago anual (200 USD)	Base. Incluye chat, Cowork y Claude Code	0.67 USD (anual: 0.55)
Max 5x	100 USD/mes	5 veces el uso por sesión de Pro	3.33 USD
Max 20x	200 USD/mes	20 veces el uso por sesión de Pro	6.67 USD
Team Standard	25 USD/persona/mes · 20 con pago anual	Más que Pro	0.83 USD por persona
Team Premium	125 USD/persona/mes · 100 con pago anual	5 veces Standard	4.17 USD por persona
Enterprise	20 USD/asiento/mes, anual, mínimo 20 asientos	Más el uso a tarifa de API	—

* Cálculo: precio mensual ÷ 30 días (anual: 200 ÷ 365). Precios en USD sin impuestos; en algunos países se cobra en moneda local. Fuente: claude.com/pricing, 23 oct 2026.

5 · Cuánto vale un token cuando pagas por uso

Esto aplica a los **créditos de uso** y a la **API**. Precio por millón de tokens:

Modelo	Entrada	Salida
Haiku 5.5	0.10 USD (hasta 100 mil) · 0.50 USD (más de 100 mil)	0.50 · 2.50 USD
Sonnet 5.5	2 USD	10 USD
Opus 5.5	4 USD	20 USD
Fable 5.1	10 USD	50 USD

Procesamiento por lotes: 50 % de ahorro. Fuente: claude.com/pricing, 23 oct 2026.

EJEMPLO ILUSTRATIVO Con Sonnet 5.5, una pregunta de 2,000 tokens con una respuesta de 1,000 cuesta 0.004 + 0.010 = **0.014 USD**. Con 0.67 USD (un día de Pro) alcanzaría para unos **47 intercambios así** si pagaras por uso. Es una referencia para entender el valor de un token, **no** lo que incluye tu plan.

6 · Quiz: ¿qué consume más?

#	A	B	Respuesta
1	Una pregunta en una conversación nueva	La misma pregunta al final de una conversación de 2 horas	**B**
2	Resumir un texto que pegaste	Buscar en internet y leer tu correo	**B**
3	Esfuerzo bajo	Esfuerzo alto	**B**
4	Una pregunta en el chat	Una tarea de Cowork que crea 5 archivos	**B**

7 · ¿Qué plan te conviene?

Si llegas al límite...	Opción
Casi nunca	Pro
Algunas veces al mes	Pro + créditos de uso con tope mensual
Varias veces por semana	Max 5x
Todos los días, con tareas largas o Claude Code	Max 20x
Son varias personas	Team

Recomendación de C Tech. Revisa tu uso real antes de cambiar de plan.

8 · 8 hábitos para gastar menos

Hábito	En la práctica
1 · Junta tus preguntas	Un mensaje con todo lo relacionado, no cinco sueltos.
2 · Sé específico	Da el contexto desde el inicio: cada aclaración es una vuelta más.
3 · Usa Proyectos	Sube ahí lo que repites (información de tu negocio). Se guarda en caché y cuenta menos al reutilizarlo; la caché expira tras un tiempo sin uso.
4 · Tema nuevo, conversación nueva	No cargues con todo lo anterior.
5 · Modelo correcto	Sonnet para el trabajo diario, Opus para lo complejo, Haiku para tareas simples.
6 · Ajusta el esfuerzo	Un esfuerzo menor usa menos tokens. Súbelo solo para tareas difíciles.
7 · Solo los conectores necesarios	Las herramientas y conectores consumen mucho.
8 · En Claude Code	`/clear` al cambiar de tarea, `/compact` para resumir una sesión larga, modo plan antes de tareas grandes, CLAUDE.md de menos de 200 líneas.

9 · Herramientas para medir y ampliar

Medir · aplicación

Configuración › Uso: tu límite de 5 horas y el semanal.

Medir · Claude Code

`/usage`: barras y recomendaciones para ahorrar. `/context`: qué ocupa espacio.

Ampliar · créditos de uso

Se activan en Configuración › Uso. Prepago, con tope mensual y recarga automática opcional.

Pagar por consumo · API

Para automatizar: modelos económicos como Haiku y procesamiento por lotes con 50 % de ahorro.

10 · Tu plan de ahorro de 7 días

1. Hoy: abre Configuración › Uso y anota tu porcentaje de 5 horas y el semanal.
2. Elige 3 de los 8 hábitos y aplícalos toda la semana.
3. En 7 días, compara: ¿llegaste menos al límite?

Día	% límite de 5 horas	% límite semanal	Hábitos aplicados
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			

Fuentes

Consultadas el 23 de octubre de 2026: Planes y precios · Límites de uso · Buenas prácticas de uso · Plan Pro · Plan Max · Créditos de uso · Ventana de contexto · Glosario · Claude Academy: tokens · Claude Code: costos.