



## ESTA SEMANA SANTA SERÁ UN 22% MÁS CARA QUE LA DE 2022

Falta poco para las vacaciones de Semana Santa y las cifras de ocupación ya se sitúan entre el 80% y el 90%. Las habitaciones de hotel son un 8% más caras, y servicios como el de la lavandería o los desayunos también han incrementado el precio. El sector de la hostelería acusa a la inflación y aprovecha este incremento para subir los precios y compensar los costes.

Aunque algunos han cambiado sus planes a última hora para ahorrarse unos euros y optan por "ir a casa de familiares", el trajín de maletas ya se nota a unos días de que comience la Semana Santa. Sólo el alojamiento será de media un 22% más caro que hace un año, lo que se traduce en 30€ más por una noche de habitación. Así, en 2023 el precio medio por noche se situará en los 155 euros, frente a los 127 euros que costaba en 2022.

La subida en los precios de la cesta de la compra eleva el precio de los desayunos. Una subida del IPC en torno a un 5% que también se achaca a la demanda. Algo positivo es que, a más clientes, también mayor empleo. En muchos lugares pasan a incorporar el 30% de sus fijos discontinuos. Aunque habrá que estar alerta porque **si la Semana Santa va a ser cara, dicen los expertos, que el verano lo será aún más.**

REVISTA THADERCONSUMO. NÚMERO 60

### EN MARZO

- Esta semana santa será un 22% más cara que la de 2022.
- Día Mundial del Agua
- ¿Te puedes beneficiar de las ayudas para las hipotecas?
- El consumo regular de eritritol asociado a la aparición de infartos de miocardio e ictus
- Alerta alimentaria por aceite de oliva español contaminado
- Un gran oro, diez medallas de oro y siete medallas de plata en el XVI certamen de calidad de los vinos DOP Bullas
- Cristina Calzón, directora comercial
- Actividades de las Asociaciones de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios
- ¿En qué consiste la generación sándwich?



**Paquita Pastor** presidenta de la Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios del Esparragal presenta la revista nº60 de THADERCONSUMO

*Pincha en la imagen para ver el video*

# DÍA MUNDIAL DEL AGUA



El Día Mundial del Agua se celebra el 22 de marzo de cada año y su principal objetivo es generar conciencia acerca de la importancia de cuidar los recursos de agua en el planeta, un elemento vital para la vida de todas las especies de la Tierra.

Con esta celebración se pretende dar a conocer la crisis mundial del agua y la problemática que afrontan millones de personas que no tienen acceso al suministro de agua potable, así como las medidas urgentes que se deben tomar al respecto.

El Día Mundial del Agua fue proclamado por la Organización de las Naciones Unidas (ONU) en 1992. Ese año se celebró en Río de Janeiro la Conferencia de las Naciones Unidas sobre el Medio Ambiente y el Desarrollo. De allí surgió la propuesta, siendo 1993 el primer año de celebración.

El agua es un bien considerado como el **oro líquido del planeta** y que hace posible que todas las especies terrestres continúen creciendo y desarrollándose cada día. De ahí la importancia de evitar su despilfarro. Es un recurso limitado, en el que hace falta una mayor toma de conciencia para su preservación, porque si algún día llegara a escasear, traería consecuencias irreversibles para la humanidad.

## "SE EL CAMBIO QUE QUIERES VER EN EL MUNDO"

El lema del Día Mundial del Agua 2023 es: "*Acelerar el cambio*" con una llamada a la acción para la sociedad: "*Se el cambio*". Se trata de poner de relieve la necesidad urgente de acelerar el cambio para conseguir que el agua llegue a todos los rincones del planeta, incluso a los más pobres.

Se ha creado una campaña mundial para animar a las personas a tomar medidas para cambiar la forma en la que usan el agua. Con el lema "*Se el cambio que quieres ver en el mundo*" se traslada la responsabilidad de la gestión del agua a cada uno de nosotros.



## EL TEMA DEL AGUA EN LA AGENDA 2030 PARA EL DESARROLLO SOSTENIBLE



Uno de los temas centrales que ha ocupado a la Organización de las Naciones Unidas es el relacionado con el cuidado y preservación del agua dulce en todo el mundo, como parte del desarrollo sostenible esto ha quedado plasmado en la Agenda 2030.

En tal sentido, para el año 2030 se estima como uno de los objetivos de desarrollo sostenible garantizar el acceso, saneamiento y la gestión sostenible del agua potable, libre de contaminación. Para ello se contemplan las siguientes metas:

- Lograr el acceso universal del agua potable a la población, de manera equitativa.
- Mejorar la calidad del agua mediante la reducción de elementos contaminantes, como el vertimiento, emisión de productos químicos y materiales peligrosos.
- Incrementar el uso eficiente de los recursos hídricos, garantizando la extracción y abastecimiento de agua dulce.
- Proteger y reestablecer todos los ecosistemas relacionados con el agua, incluyendo bosques, humedales, ríos, lagos y acuíferos.



## ¿TE PUEDES BENEFICIAR DE LAS AYUDAS PARA LAS HIPOTECAS?

*El Gobierno regional anunció el pasado 10 de marzo un plan de ayudas para pagar las hipotecas del que podrán beneficiarse unas 27.000 personas. Las familias que aspiren a recibir la subvención, que será de 300 euros, tendrán que cumplir los siguientes requisitos:*

- Tener una renta anual inferior a 31.638 euros.
- La hipoteca debe haber sido firmada entre el 1 de enero de 2015 y el 31 de diciembre de 2021 para la vivienda habitual y con tipos de interés variables.
- Haber sido revisada entre septiembre de 2022 y marzo de 2023.
- Haber sufrido una subida en la hipoteca de al menos el 30% del euribor con respecto a la tasa anterior.

La ayuda, es "temporal" y "acotada" a unas determinadas hipotecas y a las familias más vulnerables, tal y como han venido aconsejando instituciones como el Banco de España.

## ALERTA ALIMENTARIA POR ACEITE DE OLIVA ESPAÑOL CONTAMINADO

La Dirección General de Salud Pública del Servicio Extremeño de Salud (SES), ha informado de una alerta alimentaria provocada por aceite de oliva virgen mal etiquetado. El aceite lampante es aquel de peor calidad que otras variedades. Puede ser lampante por un problema en las aceitunas, porque hayan sido recogidas del suelo o bien, porque se encuentran demasiado maduras. No obstante, también puede ser un aceite lampante aquel que no es apto para el consumo debido a deficiencias en el proceso de elaboración, por lo que presenta valores de acidez o parámetros que no recomiendan su ingesta.

Entre las marcas intervenidas hasta el momento se encuentran **Acebuche, Virgen del Guadiana, Cortijo del Oro, La Campiña de Andalucía, Galiaceite 2022, La Abadía, Villa de Jerez, Don Jaén Aceite 2019 e Imperio Andaluz**. El proceso tradicional por el que se obtiene el aceite de oliva virgen implica que las aceitunas no pueden deteriorarse y no se puede contaminar con aceites refinados industrialmente, más baratos de producir, pero de menor calidad.

## EL CONSUMO REGULAR DE ERITRITOL ASOCIADO A LA APARICIÓN DE INFARTOS DE MIOCARDIO E ICTUS

Los edulcorantes artificiales se emplean tanto en alimentos y como bebidas para disminuir la cantidad de azúcar y, también, de calorías. A menudo se recomiendan como una alternativa al azúcar para personas con enfermedades metabólicas, como diabetes y enfermedades del corazón.

El **eritritol**, un sustituto del azúcar de uso común, se metaboliza de forma irregular en el organismo. Esta sustancia se produce de forma natural y se encuentra en niveles bajos en frutas y verduras, pero se añade en niveles más elevados a los alimentos procesados.



Ahora se ha asociado el consumo del **edulcorante eritritol** con un mayor riesgo de enfermedad cardiovascular, en concreto, de infarto de miocardio e ictus. El equipo de Stanley Hazen, director del centro de Diagnóstico y Prevención Cardiovascular de Cleveland (EEUU), realizó una serie de estudios iniciales **en más de un millar de personas que se sometieron a evaluaciones de riesgo cardíaco y se recopilaron los resultados durante tres años**.

Al analizar las sustancias químicas presentes en la sangre, los autores observaron que los niveles de múltiples compuestos que parecían edulcorantes artificiales, en particular el eritritol, se asociaron con un mayor riesgo futuro de ataque cardíaco y accidente cerebrovascular durante el periodo estudiado.





# UN GRAN ORO, DIEZ MEDALLAS DE ORO Y SIETE MEDALLAS DE PLATA EN EL XVI CERTAMEN DE CALIDAD DE LOS VINOS DOP BULLAS

*El XVI Certamen de Calidad de los Vinos DOP Bullas fue clausurado anoche en una Cena Gala donde se repartiendo los premios integrados por un Gran Oro, diez Medallas de Oro y 7 Medallas de Plata, poniendo de manifiesto la alta calidad de los vinos DOP Bullas que no deja de crecer añada tras añada.*

El XVI Certamen de Calidad de los vinos de la Denominación de Origen Bullas, volvió a repartir el máximo de premios admitido, repartiendo dieciocho medallas entre los vinos participantes. La entrega de los premios transcurrió durante la celebración de una **Cena Gala en el Hotel Alfonso XIII** de Cartagena, ciudad que ha acogido la celebración de esta nueva edición del Certamen de la DOP Bullas.

Este acto reunió casi a un centenar de invitados integrados por las bodegas de la DOP Bullas, viticultores, autoridades, medios de comunicación y amigos de la DOP Bullas. La gala fue dirigida y presentada por la periodista y presentadora de los informativos en 7 Televisión Región de Murcia, Marta García, quién dio a conocer a los asistentes el resultado de la cata a ciegas que esa misma mañana tuvo lugar en la Escuela de Hostelería y Turismo de Cartagena; resultando el veredicto del jurado, **un Gran Oro, diez Medallas de Oro y 7 Medallas de Plata.**



En esta ocasión, la Denominación de Origen Bullas homenajeó a dos figuras importantes del mundo de la sumillería, integrantes del panel de cata del Certamen de Calidad y amigos de la DOP Bullas: D. Nicolás Bancalero, Tesorero de la Asociación de Sumilleres de la Región de Murcia; a D. José Sánchez Alcaraz, sumiller, miembro de la la Asociación de Sumilleres de la Región de Murcia y fiel colaborador con la Denominación de Origen Bullas y a D. Adrián Martínez Cutillas, Director de Cata del Certamen de Calidad.

También se realizó un encuentro DOP Bullas en la UPCT de Cartagena al cual asistió la Federación Murciana de Asociaciones de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios **THADERCONSUMO.**



Este pasado jueves DOP Bullas y los Caballos del Vino se unieron para presentar su unión durante el Bando de los Caballos del Vino.



## **“LAS MUJERES TENEMOS QUE CREERNOS QUE PODEMOS LLEGAR SIEMPRE A DONDE NOS PROPONGAMOS, SIN IMPORTARNOS QUE EN OCASIONES NOS ENCONTREMOS EN UN ENTORNO DE HOMBRES”**

Uno de los temas que más nos interesa en nuestra asociación es cómo compaginan nuestras entrevistadas su vida laboral y familiar por ello Cristina afirma que *“compaginar la gestión del hogar con la vida profesional de alto nivel de exigencia es especialmente difícil, sobre todo mientras se tienen niños pequeños, requiere de nuestra máxima capacidad de organización y resistencia, incluso física. Para mí siempre ha sido clave saber priorizar y delegar, incluso aceptar en ciertos momentos que es imposible llegar a todo, sin por ello sucumbir ni frustrarnos. Pero también es cierto que, junto a todo este esfuerzo, vienen un montón de recompensas, como por ejemplo cuando ves que tus propios hijos aprenden la cultura del esfuerzo y se hacen responsables y autosuficientes, al tiempo que la familia te reconoce y agradece tu esfuerzo.”*

Calzón nos cuenta que en cuanto al futuro tenemos que ir cada vez hacia una mayor integración de la mujer en todos los ámbitos de la vida social y laboral.

*“En este sentido creo que la Asociación hace un gran trabajo con el colectivo de Amas de casas, organizando muy interesantes actividades de interés divulgativo, cultural y social, que mantiene a este colectivo muy activo y cohesionado.”*



Una prueba de ello, es el amplio repertorio de actividades desarrollado con motivo del 60 aniversario de la Asociación, *“por el cual aprovecho para felicitaros ya que es un verdadero hito.”*

En esta profesión los datos actuales nos hacen ver que, si bien las mujeres son mayoría en las universidades, y siendo masiva su incorporación al mercado laboral tanto en instituciones públicas como en la empresa privada, lo cierto es que en los órganos directivos de las empresas está costando mucho llegar a la paridad, aunque desde luego se está trabajando en esa línea y la concienciación en ese sentido ya es innegable.

*“Personalmente, yo creo y así lo he practicado siempre, que el camino se hace día a día, con esfuerzo y trabajo riguroso. Creo que el avance en cuanto a las mujeres en el mundo laboral es importantísimo y espero que en las siguientes generaciones el tema esté tan superado que ya no sea necesario hablar de ello. Otra cosa es que para llegar a ese punto sin duda tenemos que seguir potenciando todo tipo de apoyo que facilite la conciliación laboral de modo que las mujeres no van frenadas su carrera profesional.”*



### **CRISTINA CALZÓN, DIRECTORA COMERCIAL**

Cristina Calzón es licenciada en Ciencias Biológicas por la universidad de Murcia. Desde muy joven se dedicó al mundo de la empresa, por ello después de licenciarse se formó en Marketing y dirección de personas, así como un MBA y un curso de Alta Dirección Empresarial (CADE) en Fundesem.

En concreto, los últimos 20 años ha sido Directora Comercial de LA VERDAD, diario decano de la región de Murcia, donde ha dirigido un amplio equipo comercial.

*“Todo este trabajo desarrollado en los últimos años me ha permitido tener un amplio conocimiento del tejido empresarial y social de la sociedad murciana. Así fue como conocí a vuestra Asociación y en concreto a su presidenta Juana Pérez.”*



## ACTIVIDADES DE LAS ASOCIACIONES DE AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS

### LA ASOCIACIÓN DE AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS DE ÁGUILAS CELEBRANDO EL DÍA DE LA MUJER



### LA ASOCIACIÓN DE AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS DE ABARÁN EL COLEGIO JUAN XXIII TEATRALIZANDO EL CUENTO DE LA CIGARRA Y LA HORMIGA



### LA ASOCIACIÓN DE AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS DE ROLDÁN CELEBRANDO EL DÍA DE LA MUJER



### CONVIVENCIA CON MÁS DE 250 MUJERES CELEBRANDO EL DÍA DE LA MUJER EN LA ASOCIACIÓN DE AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS DE ABARÁN





**LA ASOCIACIÓN DE AMAS DE CASA,  
CONSUMIDORES Y USUARIOS DE CEHEGÍN:  
OBRA DE TEATRO "MUJERES" EN CASA DE  
LA CULTURA**



**LA ASOCIACIÓN DE AMAS DE CASA,  
CONSUMIDORES Y USUARIOS DE  
SANTOMERA: I SIMPOSIUM DE CONSUMO  
EN EL SALÓN DE ACTOS DE IES POETA  
JULIÁN ANDÚJAR**



**CAMPAÑA A PIE DE CALLE POR EL DÍA DE LOS  
DERECHOS DEL CONSUMIDOR DE LA ASOCIACIÓN  
DE AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS  
THADERCONSUMO**



**ASOCIACIÓN DE AMAS DE CASA,  
CONSUMIDORES Y USUARIOS DE  
MORATALLA**



**CAMPAÑA A PIE DE CALLE POR EL DÍA DE LOS  
DERECHOS DEL CONSUMIDOR DE LA  
ASOCIACIÓN DE AMAS DE CASA,  
CONSUMIDORES Y USUARIOS DE CARTAGENA**



## ¿EN QUÉ CONSISTE LA GENERACIÓN SÁNDWICH?

La generación sándwich, un concepto ideado en 1981 por la trabajadora social Dorothy Miller para definir a ese grupo de mujeres estadounidenses de entre 30 y 40 años que se sentían como si estuvieran en medio de dos rebanadas de pan, una integrada por sus hijos y otra por sus padres, que demandaban su atención. No se trata, por tanto, de un fenómeno nuevo.

En esos años, nadie habría entendido eso del sándwich, y menos aún en la España rural. Al fin y al cabo, dice Begoña Elizalde-San Miguel, profesora de Sociología y Trabajo Social de la Universidad Pública de Navarra,



«nuestro modelo de bienestar ha sido tradicionalmente familista: el cuidado de las personas, tanto mayores como menores, estaba garantizado dentro de las familias, sin que el Estado hubiera de asignar recursos específicos para estos cuidados». La clave está en que en las últimas décadas se ha producido una transformación del modelo familiar español. El tinglado, aun siendo el mismo, tiene otros mimbres: **por una parte, la mujer -cuidadora por tradición, que no necesariamente por vocación- se ha incorporado al mercado laboral de pleno derecho; por otra, se ha producido un claro aumento de la edad de maternidad: según el INE, la media a la que las españolas empiezan a tener hijos ronda los 32 años** Para seguir completando el cuadro, los padres viven mucho: somos el cuarto país con mayor esperanza de vida (después de Japón, Suiza y Singapur, dice la OMS).

En el cuidado infantil, aun cuando las mujeres son, en un 80%, quienes solicitan las reducciones de jornada por hijos a cargo, sí vamos viendo una progresiva involucración de los hombres.

Pero el futuro se ve más difícil, porque no es ya solo que la edad de maternidad se siga retrasando, que los abuelos vayan a vivir cada vez más años... Es que también batimos récords en descenso de natalidad. De forma que esas peleas entre hermanos acerca de quién cuida a mamá van a dejar de existir..., porque no va a haber hermanos con los que repartir la carga de los cuidados. Antes, por cada mayor de 75 años había tres personas entre 40 y 55 años. Ahora, el grupo poblacional que debe cuidar de los padres es más pequeño y seguirá descendiendo.

No hay una solución colectiva fácil, especialmente en lo concerniente al cuidado de los más ancianos. **Porque es posible que nuestras hijas o nietas sean capaces de quitarse la rebanada de pan de encima, de convertirse más en generación tosta, que en generación sándwich.**

## ESTUDIO SOBRE LA SALUD MENSTRUAL DE LAS JÓVENES EN ESPAÑA

El Instituto de las Mujeres ha presentado las principales conclusiones del estudio “Educación y salud menstrual de las mujeres jóvenes en España”, realizado por la investigadora Dra. Alicia Botello.

El estudio busca abordar la manera en que las jóvenes españolas se relacionan con su menstruación. Para ello, se ha llevado a cabo la realización de una encuesta online a más de 1.000 mujeres españolas de 18 a 24 años.

Los principales resultados concluyen que el tabú menstrual, entendido como no hablar ni dar información relacionada con el ciclo menstrual o usar eufemismos y lenguaje metafórico, va disminuyendo en España con las diferentes generaciones principalmente en los hogares. Sin embargo, persiste en la mayoría de las participantes la evitación de hablarlo con los hombres de la familia (padres, hermanos) por vergüenza. Además, son las mujeres trans quienes sufren más tabú sobre la menstruación que el resto.

A nivel propositivo, el estudio incide en la importancia de apostar por la educación, impartiendo formación de calidad a ambos sexos sobre la menstruación y el ciclo menstrual, de cara a llenar lagunas de conocimientos que puedan existir y a normalizar la menstruación en la etapa educativa. También, en la necesidad de mejorar la accesibilidad y facilidad a productos menstruales en centros educativos y proporcionar formación sobre su manejo.

