



LA OMS DESACONSEJA TOMAR EDULCORANTES COMO LA SACARINA O LA ESTEVIA PARA CONTROLAR EL PESO

El uso de los edulcorantes no confiere ningún beneficio a largo plazo en la reducción de la grasa corporal en adultos o niños. Además, **puede tener inconvenientes como el aumento del riesgo de diabetes, enfermedades cardiovasculares y mortalidad en adultos si no se cambian los hábitos de vida y alimentación.**

La recomendación se aplica a todas las personas, excepto a las que padecen diabetes preexistente, e incluye todos los edulcorantes no nutritivos sintéticos y naturales o modificados que no están clasificados como azúcares y se encuentran en alimentos y bebidas, o que se venden solos para que los consumidores los añadan a alimentos y bebidas. **Entre los edulcorantes no nutritivos más comunes se encuentran el acesulfamo K, el aspartamo, el advantamo, los ciclamatos, el neotamo, la sacarina, la sucralosa, la estevia y los derivados de la estevia.**

La recomendación no se aplica a los productos de higiene y cuidado personal que contienen estos edulcorantes, como dentífricos, cremas para la piel y medicamentos, ni a los azúcares y alcoholes de azúcar (polioles) bajos en calorías, que son azúcares o derivados del azúcar que contienen calorías y, por tanto, no se consideran edulcorantes no azucarados.

REVISTA THADERCONSUMO. NÚMERO 64

EN MAYO

- La OMS desaconseja tomar edulcorantes como la sacarina o la estevia para controlar el peso
- Claves de la nueva ley de atención al cliente
- Nueva modalidad en la estafa telefónica conocida como *spoofing*
- Los consumidores 'online' adoptan nuevos hábitos ante la crisis
- Mezclar aceite de oliva con girasol para que sea más barato: una práctica no ilegal pero criticada
- Las distracciones al volante causan uno de cada tres accidentes mortales en España
- Entrevista: La Tribu Room
- Actividades de las Asociaciones de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios
- Caminata en Abarán
- Pensión no contributiva: vivir con 500 euros en una España que lleva 2 años azotada por la inflación
- COCEMFE fomentará en 2023 el empoderamiento de más de 500 mujeres con discapacidad



Jaime Albarracín, Director comercial en La Opinión de Murcia, presenta la revista THADERCONSUMO.

CLAVES DE LA NUEVA LEY DE ATENCIÓN AL CLIENTE

Todo el mundo se ha enfrentado alguna vez a una llamada interminable de un teléfono de atención al cliente. Canciones repetitivas, contestadores automáticos que llevan a otros contestadores, incidencias que no responden a las opciones que se ofrecen o encontrar el teclado numérico del móvil antes de que se termine el tiempo de la llamada...

Inconvenientes como estos son los que pretende evitar la **ley de Servicios de Atención al Cliente, aprobada el pasado 27 de abril por el pleno del Congreso**. Estas son algunas de las claves sobre la nueva normativa:



1. **¿A qué servicios afecta?:** La ley afectará a empresas privadas, pero no será vinculante para la Administración. Regulará a las compañías que presten servicios de suministro y distribución de agua y energía; transporte de pasajeros en avión, ferrocarril, mar o vías navegables, autobús o autocar; servicios postales; comunicaciones electrónicas y telefónicas y servicios financieros. También a las grandes empresas de más de 250 trabajadores, independientemente del sector.
2. **Límite a los tiempos de espera:** Los tiempos de espera se limitarán a tres minutos en las llamadas telefónicas para recibir información general, reclamar o solicitar algún servicio posventa. Además, la norma regula el uso de atención robótica y de contestadores automáticos: prohíbe su uso exclusivo y obliga a las empresas a que incorporen personal de atención con formación específica. El horario de atención variará según el tipo de empresa. Aquellas que suministren servicios básicos como agua, gas, electricidad o internet, tendrán que disponer de un centro de atención 24 horas. Para las demás, el horario de atención será el habitual en sus jornadas laborales.
3. **¿Dónde puedo poner una queja?:** Las empresas deberán admitir para la presentación de consultas, quejas, reclamaciones o incidencias la utilización del mismo canal a través del que captaron al cliente. Además, deberán disponer de una la vía postal, telefónica y un correo electrónico. En las oficinas físicas también se podrán registrar reclamaciones y el afectado tendrá derecho a que se le entregue una clave identificativa sobre su petición.
4. **Plazos máximos para solucionar incidencias:** Una vez comunicadas las incidencias, las empresas tendrán un periodo máximo de 15 días para dar una solución a los afectados. De nuevo, esto tiene excepciones: si se trata de servicios esenciales (luz, agua, gas o telecomunicaciones) el tiempo estimado para proporcionar una alternativa será de dos horas.
5. **Atención a la vulnerabilidad:** Se considerarán en situación de vulnerabilidad aquellos que, por cuestiones de edad, formación, circunstancias personales o situación territorial, no puedan ejercer sus derechos como consumidores en condiciones de igualdad. En estos casos, los usuarios podrán elegir el formato de comunicación que desean para contactar con el servicio de atención al cliente.
6. **¿En qué idioma se atenderá a los clientes?:** Los clientes tienen derecho a ser atendidos en cualquiera de las lenguas cooficiales cuando el servicio este destinado a clientela situada en esas comunidades. Además, exige que se les garantice a los usuarios el derecho hablar con el operador en el mismo idioma en el que se realizó el contrato u oferta que les liga a la empresa.
7. **¿Y si las compañías no cumplen?:** El proyecto de ley recoge sanciones a las compañías que incumplan las nuevas obligaciones. Estas penalizaciones se recogen en la Ley General para la Defensa de los Consumidores y Usuarios y van desde multas leves —entre 150 y 10.000 euros— hasta sanciones por importe de 100.000 euros en los casos graves.
8. **¿Cuándo entra en vigor?:** El nuevo marco regulatorio comenzará a funcionar en enero de 2024.



NUEVA MODALIDAD EN LA ESTAFA TELEFÓNICA CONOCIDA COMO SPOOFING

La Policía Nacional ha detectado una nueva modalidad en la estafa telefónica conocida como spoofing, una técnica en la que los ciberestafadores se hacen pasar por un remitente de confianza para acceder a datos de sus víctimas.

Este fraude, conocido como *spoofing*, consiste en la suplantación del número de teléfono real de compañías energéticas, entidades bancarias o instituciones públicas, lo que hace casi indetectable la estafa.

Los ciberdelincuentes suplantando el número de teléfono real de compañías energéticas, entidades bancarias o instituciones públicas, de tal forma que si la víctima comprueba a quién pertenece dicho número verá que, efectivamente, se trata de la empresa o entidad a la que los estafadores están suplantando.

A través de la conversación telefónica, y cuando el número de teléfono coincide, se ganan la confianza de sus víctimas hablando sobre cuestiones de seguridad de su cuenta. A continuación, les indican, que marquen en el teclado de su terminal móvil la clave de acceso a la banca privada, o un código de verificación, a través de un enlace remitido en ese mismo momento por sms.

Bajo el pretexto y la advertencia de que -por motivos de seguridad- no deben verbalizar la clave a nadie, **ahora le solicitan que la marque directamente desde su teclado.**

En caso de que la víctima caiga en el engaño los estafadores captan las pulsaciones que teclea en su móvil y pasan a controlar sus claves secretas.

Consejos de la Policía Nacional para no ser víctima de los ciberdelincuentes:

- No aportar nunca datos personales ni bancarios sin cerciorarse de que se trata de la empresa o entidad en cuestión. (Además, nuestra entidad bancaria, compañía telefónica o empresa de suministros ya dispone de estos datos, por tanto, nunca nos los va a pedir.)
- Recordar que ninguna empresa privada o institución pública utiliza este método para solicitar datos de carácter personal a sus clientes.
- No facilitar nunca información de tarjetas, documentos de identidad, declaración de la renta, nóminas, nombres de usuario, claves y contraseñas.
- No aceptar, en ningún caso, las condiciones que ofrezcan en una misma llamada o comunicación. Solicitar que nos remitan la documentación para su estudio o emplazar a que nos realicen una segunda llamada para que podamos hacer comprobaciones.
- No clicar en los enlaces de los mensajes de texto que nos envíen y, en el caso de las cuentas bancarias, acceder siempre a través de la aplicación que nos facilitan las entidades financieras, compañías telefónicas o empresas de suministro.



LOS CONSUMIDORES 'ONLINE' ADOPTAN NUEVOS HÁBITOS ANTE LA CRISIS

Crece la compra de alimentos

A pesar del descenso de ventas, los consumidores adquieren productos en un mayor número categorías de media y si bien los productos asociados a la moda siguen siendo los que más se compran online, se reflejan nuevos hábitos con el notable crecimiento de la compra de alimentos y productos frescos esenciales para la vida diaria.

La sanidad, la belleza y la medicina también experimentan un crecimiento, al igual que las ventas entre particulares. La entrega a domicilio se mantiene como la opción preferida por los consumidores.

Crece las transacciones de segunda mano

Los consumidores siguen optando por las ventajas del ahorro de tiempo y dinero que suponen las compras por Internet y están cada vez más motivados a la hora de usar la red para encontrar ofertas. El deseo de ahorrar dinero y participar en una economía más sostenible y circular ha impulsado a un número creciente de usuarios hacia las transacciones C2C (Customer to Customer) de segunda mano.

Mientras que los que compran en estas plataformas lo hacen principalmente por razones económicas, los que venden están motivados por el deseo de ahorrar espacio en sus hogares y ganar un dinero extra.

El 70% de los españoles compra 'online'

Entre los consumidores por Internet, el 48% de los consumidores europeos recurre a este método de compra con regularidad, mientras que el 63% considera que las compras les permiten ahorrar dinero.

Los españoles compran en plataformas de segunda mano por diversos motivos como ahorrar dinero (un 67% de los encuestados) o para promover una economía circular más sostenible (37%).



MEZCLAR ACEITE DE OLIVA CON GIRASOL PARA QUE SEA MÁS BARATO: UNA PRÁCTICA NO ILEGAL PERO CRITICADA

El aceite de oliva, uno de los productos imprescindibles en cualquier hogar español, se ha convertido un artículo casi de lujo para muchos consumidores. **Su coste se ha disparado en un año más de un 50%**, y las perspectivas a futuro no son nada esperanzadoras.

A la crisis energética que ha multiplicado los costes de producción para los agricultores, se ha unido la corta campaña de recogida pasada debido a la sequía y a las altas temperaturas registradas, lo que ha provocado una reducción en la cosecha de casi el 50%.

La organización agraria UPA ha denunciado la venta "engañosa" y "camuflada" en supermercados de Andalucía y de Extremadura de aceite de oliva cuando en realidad lo que se ofrece es una mezcla de oliva y girasol.



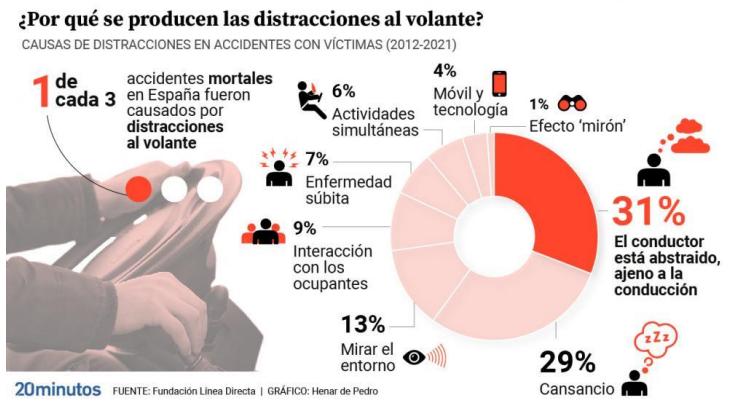
¿Es legal? No es una práctica ilegal en España siempre y cuando el proceso de elaboración se realice fuera de nuestro país, y el etiquetado refleje esta composición.

Así lo recoge el reglamento europeo 2104 de 2022 de normas de comercialización del aceite de oliva, que en su artículo tres dice: *"Los Estados miembros podrán prohibir la producción en su territorio, para consumo interno, de las mezclas de aceite de oliva y otros aceites vegetales (...). Sin embargo, no podrán prohibir la comercialización en su territorio de tales mezclas procedentes de otros países y no podrán prohibir la producción en su territorio de tales mezclas con vistas a su comercialización en otro Estado miembro o a su exportación"*.

En España, la norma de calidad del aceite de oliva, recogida en el Real Decreto 760/2021, prohíbe en su artículo 8 "la elaboración en territorio español para consumo interno de mezclas de aceites de oliva y de orujo de oliva con otros aceites o grasas de origen vegetal".

LAS DISTRACCIONES AL VOLANTE CAUSAN UNO DE CADA TRES ACCIDENTES MORTALES EN ESPAÑA

Los accidentes causados por distracciones al volante han disminuido a más de la mitad en la última década, pero su letalidad ha aumentado en la misma proporción, aumentando el número de fallecidos por cada 100 víctimas, causado por el exceso de la velocidad, ya que las sanciones por este motivo han aumentado en un 26% desde la pandemia.



Según los datos recogidos en la DGT en la última década se observa una evolución "positiva", **con un total de 238.000 accidentes con víctimas por distracciones, pasando de los 33.276 de 2012 a los 13.937 en 2021, lo cual supone un 58% menos.** Sin embargo, su peso entre los accidentes mortales ha ido en aumento: **uno de cada tres está causado por una distracción al volante.** Desde 2012 hasta 2021 se contabilizan 6.200 personas que han perdido la vida a causa de distracciones en marcha y unas 30.000 resultaron gravemente heridas. La evolución también es, en general, a la baja, pasando de 889 fallecimientos en 2012 a 526 en 2021, si bien se observa un repunte de 2020 a 2021.

Además, la gravedad de los accidentes causados por distracciones ha aumentado en un 52% entre 2012 y 2021, según los datos recabados por la Fundación Línea Directa. Las conclusiones del informe atribuyen el **incremento de la letalidad a exceso de velocidad.**

La mayoría de accidentes por distracción se producen en sábado o domingo, en vías en interurbanas y con un hombre al volante. La colisión por alcance es el siniestro más frecuente, seguido de choques laterales en semáforos o cruces. Entre las causas que llevan a los conductores a distraerse, el 31% de los atestados recogen que se abstraído durante la conducción, el 29% lo atribuyó al cansancio y el 13%, a que iba mirando el entorno.

El 52% reconoce usar el GPS (integrado o en el móvil), el 34% dice que lee whatsapps o mails al volante, el 13% reconoce grabarse con el móvil, el 11% interactuar con las redes sociales y el 7%, incluso, maquillarse. Actualmente y desde hace un año tras su última reforma, la Ley sobre Tráfico, Circulación de Vehículos a Motor y Seguridad Vial contempla sanción grave de hasta 200 euros y retirada de seis puntos del carné por usar manualmente el móvil mientras se conduce.

“ESTAR JUNTAS FUE Y ES LA CLAVE DEL ÉXITO DE ESTE EQUIPO, PORQUE EL APEGO QUE CADA UNA TENÍA SOBRE SUS COSAS NO LO TENÍA LA OTRA Y ERA MÁS FÁCIL TOMAR DECISIONES”

Rosaura e Isabel trabajaban en la empresa privada en sectores muy relacionados con el trabajo que hacen actualmente. La organización, la decoración y el interiorismo es algo que les gustaba mucho hasta el punto de que lo convirtieron en su profesión, decidieron darle un giro a su vida y hacer algo que les gustase a las dos. *“Nos dimos cuenta que en una vida muy caótica al final todo va muy rápido y no nos damos cuenta ni somos conscientes de lo que nos gusta, nos importa y nos hace feliz, entonces empezamos a trabajar en ello, ahí fue cuando vimos que nos apasionaba la organización y que el orden tiene que ver con las emociones.”*

Comenzaron a devorar libros y a formarse acerca de la organización, el comportamiento y las costumbres. Hasta que cayó en sus manos el famoso libro de *Marie Kondo* que fue un antes y un después en su relación con los objetos y los espacios.

“Este emprendimiento partía por cambiar nuestro estilo de vida para conectar mucho más con nuestra familia, hoy en día trabajamos mucho, pero aprovechamos el tiempo cuando nuestros hijos están en el cole, así cuando salen podemos dedicarnos a ellos. Adaptamos nuestro trabajo a nuestra vida y familia.”

A nivel particular los clientes que solicitan los servicios de La Tribu Room son en su mayoría mamás con niños pequeños. Isabel y Rosaura hacen terapias de orden en la cual ayudan a desprenderse de todo lo que no necesitan, a recolocar y dar sentido a todos los espacios para que sean más prácticos en el día a día para que todo tenga su lugar, y además ayudan a estas familias con sus hábitos y rutinas. También tienen servicios para otro perfil como, por ejemplo, las empresas en las cuales algunas de las cosas que hacen son mudanzas y vaciado de tiendas.

¿Cuáles son los puntos clave para tener organizado un armario? El punto clave es que hay que adaptar nuestras cosas al espacio que tenemos. Primero hay que adaptar en número de prendas al espacio que tenemos, luego es aconsejable no guardar ropa que no usemos, bien porque nos esté pequeña, no nos guste o que no nos pongamos a diario. Por ejemplo, la ropa de eventos es mejor tenerla guardada en otro espacio para no ocupar espacio en el armario de tu día a día.

Tips necesarios: Tener perchas finitas para que no ocupen espacio. Las perchas de terciopelo son perfectas para que las prendas no se resbalen, además todas las prendas que se puedan doblar y que no se arruguen es mejor guardarlas en cajones con doblado vertical y así podemos multiplicar el espacio de tu cajón el doble o el triple.



ISABEL Y ROSAURA ORGANIZADORAS PROFESIONALES DE LA TRIBU ROOM

La Tribu Room está compuesta por Isabel y Rosaura organizadoras profesionales. *“Murcianicas y enamoradas del diseño de espacios y de poner orden allá por donde vamos”* así se describen ellas mismas.

Afirman que haber vivido y superado situaciones de estrés extremo, añadidas al papel de madres, profesionales independientes y mujeres luchadoras, les ha hecho desarrollar una empatía y habilidad especial.

“Nuestro súper poder: ayudar a las personas que sienten que el desorden las consume, les altera su comportamiento y las relaciones con quienes tienen más cerca.”

Tienen también una línea muy ecológica para cuidar el medio ambiente, prima mucho el no consumir por encima de tus posibilidades para que la gente sea más consciente de lo que tiene y de lo que necesita.

Menos acumulación = más serenidad, mente despejada, ambiente productivo, mayor control, mejor convivencia.

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

La Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios Los Alcázares en El Pasico y La Fuensanta



La Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de Murcia colabora con la lucha contra el cáncer



La Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de Abarán visitando a su patrona Virgen del Oro en su santuario de la montaña



La Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de Águilas celebrando su 50 aniversario



**IV JORNADA POR EL 60 ANIVERSARIO DE LA ASOCIACIÓN DE
AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS DE
THADERCONSUMO:
CAMINATA EN ABARÁN**



PENSIÓN NO CONTRIBUTIVA: VIVIR CON 500 EUROS EN UNA ESPAÑA QUE LLEVA 2 AÑOS AZOTADA POR LA INFLACIÓN

España cumple dos años bajo el azote de la inflación, con los hogares sufriendo subidas de precios que han llegado a picos máximos del 10,8% (julio de 2022), unos aumentos del nivel de vida que en el conjunto del año pasado supusieron un encarecimiento del 8,5%.

En este contexto, y con los precios de los alimentos hasta el 16,6% más caros (esa tasa récord se alcanzó en febrero), casi medio millón de pensionistas no contributivos sobreviven con una media de 500 euros mensuales. Estas pensiones tienen un importe realmente bajo, tanto las de jubilación como las de invalidez, a pesar de que ambas conservan la subida extraordinaria que se les aplicó en el verano pasado. Hay que recordar que sus titulares gozan en 2023 de la prórroga del 15% del alza que se produjo en el verano de 2022.

Los datos oficiales son contundentes: en abril de 2023, el Estado abonó 447.066 pensiones no contributivas (en marzo fueron 446.163), de las cuales, la gran mayoría, 270.180, fueron de jubilación, y las restantes 176.886, de invalidez. Sostener a este casi medio millón de pensionistas cuesta a las arcas públicas 227 millones mensuales (la nómina de marzo ascendió a 225,82 millones, en febrero fueron 223,77 millones y en enero 220,45 millones), tal como muestran las estadísticas recién publicadas por el Instituto de Mayores y Servicios Sociales (Imsero). El gasto anual para sufragar estas prestaciones ha rondado los 3.000 millones en los últimos ejercicios: fue de 2.957,42 millones en 2022, frente a 2.600 millones en 2021 y 2.569,4 millones en 2020. En 2023, el Gobierno ha destinado 3.003 millones en los Presupuestos Generales del Estado.

Existen dos clases de pensiones no contributivas: **las de jubilación, que cuestan 132 millones al mes, y las de invalidez, con 95, y ello se debe a que el número de jubilados no contributivos es bastante más elevado.**



COCEMFE FOMENTARÁ EN 2023 EL EMPODERAMIENTO DE MÁS DE 500 MUJERES CON DISCAPACIDAD

Unas 500 mujeres con discapacidad participarán en el Programa de Empoderamiento y Activación para el Empleo de la Confederación Española de Personas con Discapacidad Física y Orgánica (Cocemfe) en 2023.



Desarrollado en el marco del programa Incorpora de la Fundación “La Caixa”, su objetivo es fomentar el empoderamiento de más de 500 mujeres con discapacidad en 2023, a través de la inclusión social y laboral. Este programa cuenta con una metodología de intervención grupal e individual, centrada en dar respuesta a las necesidades de las mujeres con discapacidad.

Se pondrá el foco de atención en mujeres con discapacidad que se encuentren en situación de desempleo, que necesiten mejorar sus condiciones laborales o que se encuentren en una situación de mayor vulnerabilidad.

En 2022, un total de 484 mujeres con discapacidad participaron en el Programa de Empoderamiento y Activación para el empleo. Se consiguió la inclusión laboral de 77 mujeres con discapacidad y se impartieron 686 horas de sesiones grupales en empoderamiento, habilidades prelaborales y alfabetización tecnológica. También se detectaron 13 casos de mujeres con discapacidad con necesidad alta de atención por motivos de violencia machista.

El 67% de las mujeres con discapacidad que participaron en el programa en 2022 carecían de las habilidades y de las herramientas necesarias a nivel informático para acceder a una búsqueda de empleo a través de recursos telemáticos. Por ello, se facilitan espacios para poder dar respuesta a este tipo de necesidades y apoyarlas en su inclusión sociolaboral a través de una intervención individual y grupal.