



## ALOJARTE EN UN HOTEL, HOSTAL O APARTAMENTO EN ESPAÑA DURANTE ESTAS VACACIONES SALDRÁ BASTANTE MÁS CARO QUE EL AÑO PASADO

Este verano los alojamientos vacacionales tendrán un precio bastante superior a los del año anterior en España. El precio medio por noche se sitúa en los 158€, en lugar de los 135€ que costaba en 2022.

En concreto, en 2023 pernoctar en el periodo estival en el territorio español será de media un 14,6% más caro que en 2022. Esta subida se explica por la fuerte demanda de los meses de junio, julio, agosto y septiembre, junto con la elevada y persistente inflación.

Buena parte de las reservas se realizarán en España, tanto en grandes ciudades como en zonas costeras para aprovechar el buen tiempo. La única excepción serán cuatro grandes urbes europeas, tradicionalmente muy turísticas: Oporto, París, Roma y Lisboa.

Los cinco destinos vacacionales más solicitados por los españoles serán Madrid, Benidorm, Málaga, Salou y Sevilla.

REVISTA THADERCONSUMO. NÚMERO 68

**JULIO 2023**

- Alojarte en un hotel, hostel o apartamento en España durante estas vacaciones saldrá bastante más caro que el año pasado
- Las familias ya gastan más que antes de la pandemia a causa de la inflación
- Más del 80% de los consumidores de carne y pescado modifican sus hábitos de compra buscando ahorrar
- El ahorro que puedes lograr en verano en tu factura de la luz con la instalación de toldos
- Las redes sociales ganan terreno en el consumo de noticias
- 7 trucos para encontrar hoteles baratos y para ahorrar en tus próximas vacaciones
- Rosa Rodríguez, enfermera y creadora de contenido
- Actos fin de curso de las Asociaciones de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios
- Recordando eventos del 60 aniversario de la Federación Thaderconsumo
- Las pensiones de viudas y autónomos, lejos del salario mínimo a pesar de subir el 9% en un año
- Qué trabajadores pueden jubilarse a los 60 años y cobrar toda la pensión



**Maria Dolores Burló**, presidenta de las Amas de Casa de Mula, presenta la revista nº68 de THADERCONSUMO.

**Pincha en la imagen para ver el video.**

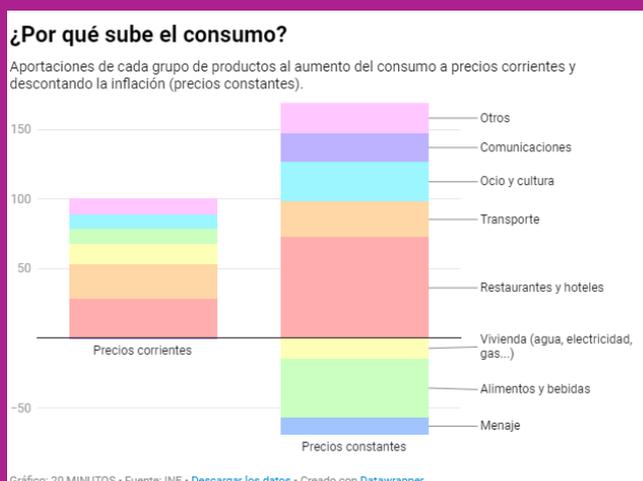
## LAS FAMILIAS YA GASTAN MÁS QUE ANTES DE LA PANDEMIA A CAUSA DE LA INFLACIÓN

El gasto en consumo de las familias españolas recuperó el año pasado su nivel anterior a la pandemia. Si los hogares gastan más ahora que antes del coronavirus, no es porque consuman más, al contrario. Si descontamos el efecto de las fuertes subidas en los precios que se produjeron en 2022 (un 8,5% de media) el consumo de las familias seguía todavía un 3,2% por debajo de las cifras de 2019. Esta es la principal conclusión que se desprende de la Encuesta de Presupuestos Familiares (IPF) que el INE ha publicado. Una estadística que disecciona como ninguna otra los patrones de gasto en consumo de los hogares españoles.

Los datos del INE apuntan a que las familias se dejaron 600.000 millones de euros en consumir el año pasado. Una cifra que arroja una media por hogar de 31.600 euros (12.800 por persona). Si comparamos estas cifras con las de 2021 vemos como los hogares se gastaron de media 2.324 euros más en cubrir sus necesidades materiales que el año previo. Sin embargo, de estos 2.324 euros adicionales de gasto, el 80% se debió al efecto de las subidas de precios y solo un 20% es atribuible a un aumento del consumo real.

Los principales motores del consumo de los hogares el año pasado fueron el gasto en **hostelería, alojamiento y el transporte**. Solo estos tres factores explican la mitad del aumento del consumo registrado en 2022 en comparación con el ejercicio previo. Algo que no sorprende si se tiene en cuenta que se trata de productos cuyo uso estuvo muy restringido en 2021.

Más allá de estos productos, el resto del aumento del gasto estuvo protagonizado por los suministros de la vivienda (luz, gas y agua) que aportó otro 15% al aumento del consumo, los alimentos (10,5%) y el ocio y la cultura (10,4%).



## MÁS DEL 80% DE LOS CONSUMIDORES DE CARNE Y PESCADO MODIFICAN SUS HÁBITOS DE COMPRA BUSCANDO AHORRAR

*El 82% de los consumidores ha cambiado sus hábitos de compra en carne y pescado frescos para reducir el coste de su cesta de la compra.*



En concreto, para la compra de carne, el **46% de los consumidores afirma que actualmente busca más ofertas y promociones para limitar el gasto en su compra**. Por su parte, un 36% ha reducido la cantidad y un 26% ha optado por cambiar la tipología de carne que consume por categorías más económicas. **En el caso del pescado, la búsqueda de ofertas y promociones y la reducción del volumen de compra vuelven a ser los cambios de hábitos más adoptados por los consumidores, con un 42% y un 30%**. Por otra parte, el 27% ha optado por cambiar la compra de producto fresco por pescado congelado para abaratar su cesta de la compra.

En el contexto de inflación actual, las estrategias para ahorrar no se ciñen únicamente a los productos frescos. El 42% de los factores que tiene en cuenta el consumidor a la hora de hacer su compra tienen que ver con el factor económico, como el precio por unidades, el precio final de venta o las ofertas y promociones disponibles. El informe también muestra que, a pesar del peso que tiene el factor precio en las decisiones de compra, existen otros elementos que los consumidores valoran y que son resilientes al aumento de precios. De esta forma, el 39% se muestra dispuesto a pagar algo más por ingredientes de mayor calidad, un 20% lo haría por acceder a productos más saludables y un 13% a productos innovadores.



## EL AHORRO QUE PUEDES LOGRAR EN VERANO EN TU FACTURA DE LA LUZ CON LA INSTALACIÓN DE TOLDOS

*Para combatir la temida canícula, es habitual la utilización de aparatos de aire acondicionado. Con ellos, logramos mantener una temperatura óptima dentro de nuestros hogares. Sin embargo, existen alternativas tradicionales y eficaces en la reducción de la temperatura en interiores para evitar que se dispare tu recibo eléctrico durante los meses de verano.*

Nos referimos a la instalación de toldos, lonas o cualquier otro sistema similar que permita hacer sombra y actuar así de barrera o pantalla frente al sol. De esta manera se puede reducir la temperatura de una habitación entre 2°C y 5°C.

Esto nos permitirá poner al aire acondicionado a una temperatura mayor de la que tendríamos que fijar si no tuviésemos instalado un elemento para hacer sombra y reducir nuestra factura de la luz.

La factura media de un consumidor con tarifa regulada en el mes de agosto del año pasado, ascendió a 130,99 euros. En ese caso, con la instalación de un toldo en un piso que no tuviese el recibo podría reducirse hasta unos 39 euros.

Para elegir el toldo adecuado hay que tener en cuenta las características de la casa y, sobre todo, el espacio que se pretenda cubrir, ya que dependiendo de si se trata de una ventana, un balcón, una terraza o un jardín cambia el modelo y las dimensiones.

Para ventanas pequeñas se sugiere instalar un toldo enrollable, extensible y con brazos articulados que se van plegando a medida que se recoge la tela, hasta quedar prácticamente escondido, lo que permite ahorrar espacio en la fachada.

Y para cubrir áreas mayores son recomendables los toldos de telón, que con brazos abatibles colocados en el tubo de caída del toldo y fijados a la barandilla sirven tanto para ventanas como para balcones y permiten colocar la tela en dos posiciones, vertical o proyectada.

## LAS REDES SOCIALES GANAN TERRENO EN EL CONSUMO DE NOTICIAS

Que la revolución digital iba a cambiar el mundo era algo predecible. Que las redes sociales iban a darle la vuelta al modelo de consumo de noticias y que el papel de la juventud iba a ser esencial en el proceso. **El porcentaje de personas que entra al sitio web específico de un medio de comunicación para leer las noticias ha disminuido en todo el mundo del 32% en 2018 al 22% en 2023**, mientras que el acceso a través de redes sociales ha aumentado en la misma proporción. Y esto es especialmente significativo entre los jóvenes menores de 24 años, que muestran una conexión debilitada con las webs y aplicaciones de noticias de las marcas periodísticas. Solo un 24% de ellos accedió a la información acudiendo directamente a la web o aplicación de un medio de comunicación durante la última semana, frente a un 52% de la población mayor de 35 años.

**El 39% de la población utiliza las redes sociales con fines informativos.** Facebook y Twitter ralentizan su uso como canal de noticias y TikTok ya es el referente informativo para el 20% de los jóvenes menores de 35 años. Sin embargo, la televisión aguanta el ímpetu de las redes sociales. Sigue siendo el medio más consumido por los españoles, con un 56%, y un 37% de la población lo escoge como primera opción para informarse.



Facebook sigue siendo la red social más empleada para informarse en todo el mundo: un 28% de la población la usa para ese fin. Le siguen en popularidad YouTube (20%), WhatsApp (16%), Instagram (14%) y Twitter (11%). Y a rebufo va TikTok, con un 6%.

Cuatro de cada diez personas dicen confiar en las noticias, y un 46% de la población global dice fiarse “por completo” de las fuentes que elige para informarse. **Un 17% de los jóvenes de todo el mundo escucha las noticias, lo que ha propiciado el ascenso de los podcasts.**

# 7 TRUCOS PARA ENCONTRAR HOTELES BARATOS Y PARA AHORRAR EN TUS PRÓXIMAS VACACIONES

¿Quieres ahorrar un buen pellizco y encontrar hoteles baratos y en oferta para tu próximo viaje? Podrás utilizar estos trucos para encontrar hoteles baratos desde cualquier lugar y en todas las épocas del año. Como es habitual, optar por la temporada baja, recurrir a los destinos menos populares o hacer la reserva con la mayor antelación posible es algo que siempre funciona.

**1. Compara sitios y ofertas:** contrasta precios siempre y sondea las mejores ofertas de hoteles en los comparadores y buscadores online. La labor de investigación es importante, ya que en muchas ocasiones los precios varían de una web a otra y, además, puedes encontrar cupones descuento, reservar a través de la web oficial, tener puntos en tu cuenta o hallar una oferta mejor. Utiliza todos los filtros a tu alcance en estas plataformas para afinar con el tipo de habitación de hotel que estás buscando y de este modo pagar lo menos posible sin perder un ápice de confort.



**2. Utiliza una VPN:** Suele pasar que los hoteles cambian los precios según tu ubicación. Google examina tus cookies, dirección IP, rastreo del GPS de tu móvil o tu ubicación a través del WiFi. Utilizando una VPN puedes cambiar tu ubicación, además de cifrar tus datos y proteger tu conexión a Internet. Los trucos para aprovechar la VPN son principalmente dos: acceder a la web desde un país con menores ingresos que el tuyo o encontrar países que ofrezcan mejores ofertas y descuentos a la clientela local. No olvides tener paciencia y borrar el historial de navegación y las cookies antes de empezar a buscar en esas webs, conéctate a la VPN y busca usando el modo incógnito.



**3. Aprovecha las ofertas de última hora:** La mayor parte de buscadores tienen una opción específica para encontrar hoteles baratos de última hora, ideales para pequeñas escapadas o planes improvisados de fin de semana. Solamente tienes que tantear las fechas de tu estancia o recurrir a esa opción específica.

**4. Busca códigos descuento:** Internet está plagado de chollos y jugosos cupones descuento para hoteles que funcionan. Busca códigos descuento para hoteles también en las newsletters de las páginas a las que estás suscrito, en los medios de comunicación que lees o en las redes sociales y plataformas como YouTube o Instagram, ya que es muy habitual que influencers o prescriptores de contenido tengan contratos de afiliados o patrocinios ligados a empresas hoteleras.

**5. Aprovecha la cancelación gratuita:** reserva en varios hoteles con cancelación gratuita y decantarte por la oferta más económica, logrando el precio más bajo. Se recomienda hacerlo con 3 o 4 meses de antelación, ya que el precio tiende a subir durante el último mes. La duración de tu estancia influye, por lo que es posible que te compense quedarte en el mismo hotel durante varias noches.

**6. Aléjate de los hoteles de los barrios más céntricos y turísticos:** Aboga por buscar barrios alejados del turismo masivo, zonas residenciales tranquilas o sencillamente, calles más alejadas de la zona de restaurantes, pubs, comercios o museos. Preocúpate en buscar una buena conexión con el transporte público de la ciudad y ahorrarás una cantidad de dinero considerable.

**7. De lunes a viernes es más barato:** Reservando tu hotel de lunes a viernes, sobre todo en días centrales de la semana como martes o miércoles, el precio puede ser menor. Evitar la temporada alta y los días festivos, como las festividades regionales. Si vas a viajar en las fechas más turísticas y masivas reserva con 4 o 6 meses de antelación para obtener mejores resultados en el precio.

## “EL PROPÓSITO DE MI CUENTA ES QUE EL USUARIO CONOZCA LA ENFERMERÍA MÁS DE CERCA”

Lo más bonito de mi profesión es estar en contacto con el paciente y conocer su historia. *“La enfermería es quien está al cuidado de los pacientes 24h al día y seguimos todos sus procesos de recuperación. Igual que los pacientes aprenden de nosotros, los profesionales también aprendemos de ellos. He estado con pacientes oncológicos que me han dado lecciones de vida.”*

Rosa asegura que, después de la pandemia, ha tomado gran importancia la figura de los profesionales sanitarios y la preocupación por la salud, pero eso no hace que obtengan la recompensa que merecen, ya que a nivel laboral no se les reconoce aún lo suficiente. *“Los enfermeros y enfermeras españoles son los mejor formados en Europa. Una vez que acabas la carrera, por ejemplo, en Noruega ya nos están ofreciendo trabajo mucho mejor pagado que en España. Estamos muy bien formados para lo poco que se nos aprovecha a nivel hospitalario en nuestro propio país.”*

Empezó como **Enfermera Rubia** en TikTok e Instagram de forma casual después del confinamiento, hacía videos graciosos de situaciones cotidianas que viven las enfermeras en los hospitales, pero para consumo privado, hasta que un día publicó uno y se hizo viral al día siguiente. *“Al final estamos acostumbrados a que los creadores de contenido tengan un perfil de lifestyle y hay pocos creadores que hablen de su profesión. Cuando comencé en redes sociales lo tomé como un hobby pero con el paso del tiempo se ha convertido en mi trabajo y lo combino con el hospital. De hecho, ahora la gente se preocupa más por su salud.”*

El objetivo que tiene Rosa en las redes sociales es visibilizar su profesión de una forma dinámica, desde un punto de vista joven e informal, uniendo la diversión y el entretenimiento de las RRSS, con un aprendizaje directo y espontáneo. *“Adapto la información a mis seguidores, con mensajes cortos, sencillos y dinámicos.”* Ha conseguido conectar a millones de personas con el mundo sanitario luchando contra la desinformación y las fake news.



*“Trabajo por turnos y muchas veces puedo cambiar dichos turnos para poder ir a algunos eventos, pero esto es cuestión de prioridades, de saber qué es lo que más me interesa y lo que no en cuanto a los eventos. Si estuviese al 100% desocupada quizá diría a todo que sí, pero tengo que elegir lo que más me interesa.”*

Rosa nos confiesa que la frase que más la identifica es *“no me da la vida”*. Mi familia, mi pareja y mis amigas ya saben que tengo el tiempo más reducido, pero es lo que quiero hacer ahora y mientras pueda compaginaré las redes con la enfermería.



## ROSA RODRÍGUEZ, ENFERMERA Y CREADORA DE CONTENIDO

Enfermera de profesión, actualmente trabaja en el servicio Materno-Infantil Neonatos en el Hospital de Torre Vieja y además es creadora de contenido en TikTok y en Instagram como Enfermera Rubia, su cuenta suma ya más de 445.000 seguidores en TikTok y 128.000 en Instagram.

Desde pequeña sintió vocación por la enfermería y siempre estuvo interesada en el cuidado de los demás. Su primer contacto directo fue con 15 años, cuando su madre se fracturó la pierna y ella se ofreció a pincharle la heparina. *“Siempre me ha interesado la rama de salud a pesar de que en mi familia no hubiese nadie que se dedicase a la salud, y me encanta lo que hago.”*

**¿Algún consejo para todas aquellas jóvenes que quieran estudiar enfermería?**

*Que no se desesperen si tiene el objetivo de sacarse enfermería, hay que ser perseverante, no hay una edad para ejercer enfermería. La enfermería es vocacional y si te gusta da igual la edad que tengas para estudiarla. Y sobre todo, aconsejo tener actitud y ganas.*

## ACTOS FIN DE CURSO DE LAS ASOCIACIONES DE AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS

### Obra de teatro LGTBI de la Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de Cehegín



### Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de Moratalla en el Encierro de las fiestas



### La Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de Alcantarilla en la elección del pueblo más bonito de la Región



# RECORDANDO EVENTOS DEL 60 ANIVERSARIO DE LA FEDERACIÓN THADERCONSUMO

## BIENESTAR FAMILIAR



## LAS PENSIONES DE VIUDAS Y AUTÓNOMOS, LEJOS DEL SALARIO MÍNIMO A PESAR DE SUBIR EL 9% EN UN AÑO

El mes de junio ha dejado un volumen histórico del gasto en pensiones: más de 23.600 millones de euros, sumando la cifra récord de 11.997,2 millones que ha costado pagar la nómina ordinaria (el 10,7% más que hace un año) y otros 11.694,9 millones destinados a abonar la extraordinaria (el 11% superior a la de 2022).

Este récord del gasto mensual coincide con una importante subida de la cuantía de las pensiones, tanto la de jubilación, con un importe medio de 1.374,9 euros en junio, como la pensión media del sistema, que asciende a 1.194,9 euros mensuales.

**En junio, la pensión media de viudedad se situó en 851,8 euros**, lo que significa que es el 9,4% más elevada que en el mismo mes de 2022, tal como constatan las estadísticas de la Seguridad Social. Pese a ello, los 2,35 millones de pensiones de viudedad existentes siguen estando muy por debajo de los 1.080 euros de cuantía del salario mínimo interprofesional. Con todo, los casi 852 euros que se cobran por viudedad en estos momentos indican que se ha producido una ligera mejoría respecto a otros años.

**La pensión de viudedad es la principal prestación para 1,5 millones de personas, de las cuales el 96% son mujeres.**

Más lejos aún del SMI se encuentran las pagas de viudedad del Régimen de Autónomos, puesto que estas pensiones una cuantía media de 614,26 euros al mes. En este caso, la distancia (en contra) con el salario mínimo es de más de 465 euros. En junio, y en total, la Seguridad Social abona 1,98 millones de pensiones de autónomos, cuya cuantía media es de tan solo 822,46 euros mensuales. O lo que es lo mismo, 257 euros por debajo del SMI.



## QUÉ TRABAJADORES PUEDEN JUBILARSE A LOS 60 AÑOS Y COBRAR TODA LA PENSIÓN



La Seguridad Social contempla en su normativa de pensiones una serie de supuestos en los que determinados trabajadores pueden jubilarse antes de cumplir la edad reglamentaria siempre que cumplan ciertos requisitos.

Unos casos especiales de trabajadores que pueden acogerse a este derecho cobrando el 100% de su pensión son los trabajadores del Régimen de Clases Pasivas. Según informa la Seguridad Social en su página web, estos son los trabajadores que pertenecen a dicho régimen:

- **Funcionarios** de carrera y en prácticas de la Administración General del Estado, de la Administración de Justicia, de las Cortes Generales, de otros órganos constitucionales o estatales que lo prevean, y, funcionarios transferidos a las Comunidades Autónomas.
- **Militares de carrera**, de las Escalas de complemento, de tropa y marinería profesional y los Caballeros Cadetes, Alumnos y Aspirantes de las Escuelas y Academias Militares.
- **Ex Presidentes, Vicepresidentes y Ministros del Gobierno** de la Nación y otros cargos.

Según la normativa, **las personas que hayan pertenecido a este grupo pueden jubilarse a los 60 años y no a los 65 reglamentarios siempre y cuando hayan cumplido al menos 30 años "de servicio efectivos al Estado"**.

Sin embargo, hay que tener en cuenta que acogerse a este derecho no garantiza recibir el 100% de la pensión. Los pensionistas de Clases Pasivas, al haber cotizado un mínimo de 30 años en dicho régimen, se aseguran un mínimo de un 81,73% de su 'haber' reguladora, según El Economista. En base a esto, serán los trabajadores de Clases Pasiva que se jubilen de forma anticipada habiendo cumplido 35 años de servicio quienes puedan cobrar el 100% de su pensión, lo que podría ser desde los 60 años de edad en algunos casos.