



REVISTA THADERCONSUMO. NÚMERO 78

DICIEMBRE 2023

- Los productos que más se encarecen estas navidades
- ¿Es legal que los locales establezcan un pago mínimo con tarjeta?
- Airear la casa por la mañana en Murcia, un posible riesgo para la salud
- Los productos comprados en black friday, ¿tienen la misma garantía que en cualquier otra época del año?
- Sanidad prohibirá fumar en las terrazas y limitará los 'vaper' desechables
- 6 consejos a la hora de elegir un restaurante para una comida de navidad
- Plato navideño para hacer con antelación: Hojaldre relleno de queso y mermelada
- Entrevista: Alba Esquinas, murciana y cineasta
- II Congreso Nacional de Responsables del Hogar. Aprende a gestionar lo importante
- Actividades de las asociaciones de amas de casa, consumidores y usuarios
- Los mayores de 65, los que más ven tv: su consumo televisivo es de casi 6 horas diarias
- Más denuncias y víctimas de violencia de género que nunca

LOS PRODUCTOS QUE MÁS SE ENCARECEN ESTAS NAVIDADES

La cesta de Navidad sigue marcando precios máximos y lo hace con alimentos como el pavo, los percebes, las almejas, el redondo de ternera o la merluza de protagonistas. El encarecimiento medio este año es del 10%, los incrementos de precio previos de 2021 (8%) y 2022 (5,2%), mantienen a la mayoría de artículos en máximos históricos. En concreto, dos de cada tres lo hacen.

Según estudios específicos para Navidad, siete de los dieciséis productos típicos de la cesta navideña han subido de precio en los últimos siete días.

Estos son los productos que más suben de precio:

- Almejas 23%
- Merluza 20%
- Pavo 6%
- Redondo de ternera 5%
- Ostras 9%
- Percebes gallegos 21%
- Lubina 7%

Estos son los productos que más bajan de precio

- Lombarda -6%
- Langostinos -12%
- Pularda -7%
- Piña -6%
- Granada -5%
- Angulas -1%



Pincha en la imagen para **ver el video del Estreno en el Parlamento Europeo de Bruselas "Hasta la orilla: Amas de Casa, Pilares del bienestar"**

¿ES LEGAL QUE LOS LOCALES ESTABLEZCAN UN PAGO MÍNIMO CON TARJETA?

Utilizar una tarjeta de crédito o débito se ha convertido en una forma de pago que ha desbancado por completo al dinero en efectivo para muchas personas, especialmente entre los jóvenes. La facilidad de poder comprar cualquier cosa sin la necesidad de tener que preocuparte por si tienes metálico en el monedero es el principal motivo que ha propiciado que este método sea el más utilizado.

Sin embargo, a pesar de todas las ventajas que supone esta forma de pago, algunos locales cuentan con un requisito que puede suponer un problema para los clientes. En función del establecimiento, es posible que se pida llegar a una cantidad mínima para poder pagar con tarjeta. Se trata de una práctica bastante extendida, pero que genera algunas dudas en cuanto a su legalidad.



Según señala el Banco de España, **el principal motivo por el que esgrimen algunos locales emplean esta norma es que de este modo consiguen rebajar el peso de las comisiones bancarias por cada cobro.** Aunque desde dicha entidad aseguran que estas comisiones son cada vez más bajas, además de que no determinar un importe mínimo es una forma de fidelización de clientes y un precio que muchos establecimientos están dispuestos a asumir a cambio de facilitar la experiencia de pago.

Lo que sí está prohibido según la normativa de pago es que se cobre más cuando se pague con tarjeta: no es posible cobrar un recargo por pagar con tarjeta, discriminando su uso. Sin embargo, aunque no se estipula que esta medida es ilegal, aquellos locales que tengan logos de Visa o MasterCard el contrato de afiliación a estos sistemas suele establecer sanciones al dueño del datafono que actúe fijando límites mínimos al pago.

Los establecimientos que fijan los precios mínimos para realizar estos pagos son una minoría en España. Según destaca el Banco de España, el 84% de los comercios no imponen ninguna restricción al pagar con tarjeta. Por otro lado, el 16% sí que mantiene este requisito y el importe mínimo es de unos 11 euros, por lo general.

AIREAR LA CASA POR LA MAÑANA EN MURCIA, UN POSIBLE RIESGO PARA LA SALUD

El martes 12 de diciembre Murcia superó los niveles permitidos de partículas contaminantes PM10 y muchos ciudadanos denunciaron en redes la neblina que cubría la ciudad y sus pedanías. Para hacer frente a estos picos de contaminación hay una serie de pasos que son sencillos, pero no obvios si no se está acostumbrado.

Uno de esos pasos para hacer frente a la contaminación es mantener cerradas puertas y ventanas de la vivienda. **Airear a primera hora de la mañana, no está para nada recomendado.**

También hay que **evitar salir a la calle si se padecen enfermedades respiratorias.** Además, se recomienda **beber mucho líquido, evitar los ambientes secos, usar mascarillas FFP2 o con filtro exterior y no hacer deporte al aire libre.** Si alguien se encuentra mal, recomiendan acudir al médico, especialmente si se trata de menores, personas mayores o embarazadas.

¿Y cómo saber qué niveles de contaminación hay? El cardiólogo José María Clemente explica que hay que poner en el buscador de Internet **'Calidad aire Murcia'** y ahí sale la información de las distintas estaciones que hay en la Región de la mano de la Consejería de Medio Ambiente. Señala que incluso hay veces que basta con olfatear el aire para saber si está contaminado o no.

La peor franja horaria para airear las casas es por la mañana, ya que los niveles de contaminación suelen ser altos. A ello hay que sumarle que los días en los que hay anticiclón, donde casi no hay viento, aumenta la contaminación. También se puede mirar la copa de los árboles para comprobar si hay viento o no. En Murcia se da habitualmente el efecto de inversión térmica, un fenómeno atmosférico en el cual una capa de aire cálido queda atrapada sobre una capa de aire frío, impidiendo que los contaminantes se dispersen y generando condiciones de mala calidad del aire.

Los efectos perjudiciales para la salud que tiene el aire contaminado, pueden provocar infartos o ictus. **Una sensación muy común causada por el aire con partículas contaminantes (PM) es el cansancio.** Las PM que se filtran en la sangre hacen que el sistema circulatorio se inflame.



LOS PRODUCTOS COMPRADOS EN BLACK FRIDAY, ¿TIENEN LA MISMA GARANTÍA QUE EN CUALQUIER OTRA ÉPOCA DEL AÑO?



El Black Friday es uno de los principales días marcados en el calendario para millones de consumidores. En España mucha gente aprovecha para comprar los regalos de navidad o aprovechar los descuentos de la que es, por otra parte, la mayor campaña comercial del año.

Muchas empresas y comercios ofrecen sus productos rebajados en este día y, en muchos casos, durante los días anteriores y posteriores, por lo que es una gran oportunidad para hacerse con los mejores productos al mejor precio.

Sin embargo, es posible que compremos algo y que finalmente necesitemos devolverlo, o cambiarlo, o reclamar si el producto adquirido tiene algún defecto. En ese sentido, una duda habitual es respecto a la garantía: **¿Tienen los productos comprados en Black Friday la misma garantía que el resto del año?**

Los productos rebajados con motivo del Black Friday **deben tener la misma calidad de siempre y tienen la misma garantía que los que se compren fuera de estas fechas: la garantía mínima legal es de dos años para productos nuevos y de 12 meses para productos de segunda mano.**

El comprador de un producto durante el Black Friday tiene **garantizados sus derechos** como en cualquier otro momento, como es el derecho a una garantía mínima legal, a la **reparación, sustitución o reembolso de un producto defectuoso** o a exigir una **factura o ticket de compra**, el cual es recomendable exigir y conservar, ya que puede ser requerido para cualquier gestión posterior a la compra.

En caso de que en una reclamación o devolución no se respeten esos derechos, aconsejamos **presentar la reclamación correspondiente.**



SANIDAD PROHIBIRÁ FUMAR EN LAS TERRAZAS Y LIMITARÁ LOS 'VAPER' DESECHABLES

Fue una de las medidas más polémicas durante la pandemia de Covid-19 y que todas las comunidades, algunas más pronto que otras, terminaron por eliminar. La prohibición de fumar en las terrazas de los locales de hostelería está cada vez más cerca, la intención del Ministerio de Sanidad es sacar próximamente el plan antitabaco que el departamento lleva años arrastrando y ampliar los espacios libres de humo.

Aún no se sabe si ese plan contemplará también la prohibición en espacios como los coches privados o las playas, pero la intención del ministerio es «ver cada uno de los supuestos» para poder ampliar esos espacios libres de humo y conseguir que el tabaco no esté en la vida cotidiana de las próximas generaciones.

En ese sentido, y siendo conscientes del impacto que los nuevos liberadores de nicotina tienen entre los más jóvenes, el ministerio incluirá en la regulación a los **'vaper'**, especialmente los desechables, pues considera que el impacto negativo que tienen se da por partida doble: en la salud y en el medio ambiente. Por ello, buscan «limitar y regular» estos nuevos dispositivos y conseguir así que las generaciones futuras vengan «libres de tabaco».



Sanidad puede seguir el ejemplo de otros países cercanos como Francia o Reino Unido, que están aplicando medidas para limitar e incluso prohibir el uso de estos vapeadores. Pero también algunas comunidades autónomas han tomado ya la delantera y previsto el fin de los 'vaper' para menores.

Sin embargo, el ministerio debe aún hablar con todos los agentes implicados antes de dar los pasos definitivos, pero la intención es que la ampliación de prohibiciones relacionadas con el tabaco llegue lo antes posible.



6 CONSEJOS A LA HORA DE ELEGIR UN RESTAURANTE PARA UNA COMIDA DE NAVIDAD

Elegir un buen restaurante en las comidas de Navidad es fundamental para que todos los comensales se encuentren cómodos en la mesa y se creen buenos recuerdos. Otra cosa típica de Navidad son las cenas, ya que en esta temporada ya sea por la comida de empresa, con la familia o con los amigos siempre tenemos algo. Si en algún momento tienes la responsabilidad de organizar alguno de estos encuentros os vamos a dar algunos consejos:

Lo primero que debemos saber es que no hay que esperar al último minuto para organizar ya que los mejores restaurantes de la ciudad suelen estar llenos. A continuación, os vamos a dar las claves:

1. **Sé práctico:** No todos los comensales que van a asistir tienen los mismos gustos e incluso hay gente que no quiera pagar la misma cantidad que otros. Lo más probable es que la gente opte por un restaurante en el que se coma bien pero que no sea excesivamente caro. Hay que tantear el gusto de la mayoría de las comensales para escoger bien el restaurante y escoger uno que sea intermedio en cuanto al precio.
2. **Alergias e Intolerancias:** Es importante tener en cuenta las intolerancias que tiene la gente como los celíacos o los intolerantes al gluten. Además, hay personas que tienen alergia a alimentos como el pescado, el marisco o al huevo. Con esto debemos tener
3. **Menús explicados correctamente:** Hay que estar atento a los menús de los sitios ya que en algunos casos prometen cosas que luego no te dan. Por eso lo mejor es informarse correctamente de cómo son las cantidades, lo que ofrecen o cuanto entra, todo ello antes de realizar la reserva.
4. **Negociar el precio cerrado:** Antes de que se produzca la comida es recomendable que el día de antes revise quienes han pagado y así te asegures que todo el mundo ha hecho su pago. Además, busca un restaurante en el que ofrezcan facilidades a la hora de pagar para que así sea todo más sencilla. Por último, cierra el precio cuando quede claro que entra y que no dentro del menú para que así no haya sorpresas de última hora.
5. **Las bebidas:** En este aspecto, no es justo que la gente que consume más bebidas pague igual que los que apenas beben. Por eso, lo más recomendable es aclarar que incluye dentro de las bebidas.
6. **Opciones Veganas:** Es importante conocer y estar atento a todas las personas que asistan para que disfruten del momento al igual que el resto. Para no marear al restaurante se debe acordar con antelación que habrá personas que no vayan a comer carne o pescado. Así nos ofrecerán alternativas distintas para que puedan comer.



PLATO NAVIDEÑO PARA HACER CON ANTELACIÓN:

Hojaldre relleno de queso y mermelada



INGREDIENTES:

- Queso Camembert
- Una manzana
- Un huevo
- Una lámina de hojaldre
- Mermelada de fresa



PREPARACIÓN:

1. Quitar la corteza que rodea la rueda de queso y abrir de forma horizontal como si fuera una hamburguesa, en dos mitades.
2. Trocear la manzana, echar azúcar encima y meter en el microondas (para caramelizarla rápidamente).
3. Introducir la manzana entre las dos mitades del queso y cerrar, como si fuera una hamburguesa. Meter en el frigo durante diez minutos.
4. Sacar del frigo y poner la mermelada de fresa por encima. Envolver con la lámina de hojaldre y pintar con el huevo batido.
5. Meter en el horno 20 minutos a 190°C.
6. Dejar enfriar antes de comer.

“CREO QUE LAS IDEAS HONESTAS ACABAN CONVIRTIÉNDOSE EN PROYECTOS QUE VALEN LA PENA, INDEPENDIEMENTE DEL PRESUPUESTO”

La murciana cineasta Alba Esquinas tiene 24 años y ya ha hecho dos cortometrajes, *“Canción triste de alubias”* y *“Olores”*, que ha sido su proyecto final de carrera. Y además ya ha pasado por el Festival de Málaga, ¡enhorabuena!

La joven afirma que *“ha sido muy emocionante y al mismo tiempo también me ha puesto los pies en el suelo porque lo que me ha pasado no siempre va a ser así con todas las películas que estén por venir. Aunque todo lo que ha pasado con Olores ha sido un empujón para los siguientes proyectos.”* *Olores* que apenas cuenta con diez minutos de duración –y construida a base de imagen fija, texto y una voz en off– se ha ido haciendo un nombre en el sector; y con ella, Alba también.

Ni ella misma se esperaba que iba a tener tanta acogida con este cortometraje. *Olores* es muy *“artesanal”*, se trata de un cine hecho sin cámara y sin despliegues técnicos. Está hecho con recursos muy poco ambiciosos como pueden ser unas fotografías antiguas, un texto escrito y un diseño sonoro.

Alba es mujer y además muy joven, por ello cree que nunca es fácil que se vea reflejado su trabajo en un sector tan grande como es el cine: *“Al final todo es muy arbitrario e impredecible. Tan rápido como puedes aparecer en esa estela también desapareces. No te asegura nada, sino que tienes que seguir trabajando. Conseguir hacerte visible en el sector es una mezcla entre estar en el sitio correcto en el momento adecuado, que quieran escucharte, y que tu película (ya sea un corto o un largo) tenga una propuesta y acercamiento distinto, pero creo que sobre todo honesto.”*

¿Cuál sería el consejo que daría Alba a aquellas jóvenes que se quieren dedicar al cine?

Les diría que no se esperasen a conseguir ese escenario ideal donde tienes todo lo que desearías para hacer esa película. Me refiero al equipo técnico y al artístico, a las cámaras profesionales... Ser realistas con lo que tienen a mano y consigo mismos para contar lo que quieren contar. Con lo que ellos son y no con lo que les gustaría ser. Si tienen una idea honesta, que de verdad les remueve y les inquieta, y una pulsión muy vocacional por el cine, se lancen a rodarla o recrearla con las herramientas que tengan a mano. Y sobre todo rodearse de buena gente en la que confíen -y me refiero a lo personal, no por méritos-, para los proyectos que desarrollen.



ALBA ESQUINAS, MURCIANA Y CINEASTA

Alba Esquinas (1999), joven molinense, está llamando la atención de los profesionales de la industria cinematográfica con su primer cortometraje, *Olores*.

Alba es una persona con mucha curiosidad. Con inquietud de entender de dónde venimos, de tratar de comprender el presente y a los demás... Estas inquietudes son precisamente lo que cree que le llevó el querer hacer cine. *“Ahí siento que puedes volcar muchas de estas ideas, dudas, y preguntas. Aunque aún no tengo una respuesta clara, fue algo muy instintivo en el fondo.”*

Entre los premios y las menciones especiales, *Olores* tiene ya ocho reconocimientos. Tres son premios calificadores para los Goya: el Gran Premio del Cine Español del Zinebi, el de Mejor Documental Iberoamericano del Festival Internacional de Cine de Huesca y el de Mejor Cortometraje Documental en el Festival de Cine de Madrid.

II CONGRESO NACIONAL DE RESPONSABLES DEL HOGAR

APRENDE A GESTIONAR LO IMPORTANTE

22, 23 y 24 de noviembre de 2023

Tercera Jornada, día 24

Teatro Romea: Conferencia “El bienestar comienza en casa”, Mesa Redonda “Aprende a Gestionar lo importante”, Presentación de la Confederación Nacional IBERCONSUMO, Vídeo Documental “Hasta la Orilla: Amas de Casa, pilares del bienestar”, actuación musical de la Asociación de Abarán y entrega de diplomas





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



El día de la Constitución dieron un galardón a la Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de Abarán en el Teatro Cervantes



Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de Águilas celebrando la comida de Navidad y homenaje a la Presidenta del centro de la tercera edad



Comida de navidad en la Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de Los Alcázares



La Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de Cehegín en Betania



La Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de Cartagena acudió el pasado 14 de diciembre a la entrega de "Premios Importantes" del diario La Opinión



LOS MAYORES DE 65, LOS QUE MÁS VEN TV: SU CONSUMO TELEVISIVO ES DE CASI 6 HORAS DIARIAS



El consumo totalizado televisivo de los españoles en el mes de noviembre se ha situado en un promedio de 3 horas y 8 minutos diarios por persona, lo que supone un descenso de 8 minutos (-4%) con respecto al mes de noviembre 2022.

Los grupos sociodemográficos que más tiempo de televisión han consumido en noviembre, por persona y día han sido las mujeres (202 minutos) y los mayores de 64 años (355 minutos). Por regiones, Asturias (222 minutos), Castilla-La Mancha (216 minutos) y Galicia (204 minutos) son los que más televisión han visto en el mes analizado.

En cuanto al tiempo de consumo diario por espectador, es decir, sobre aquellos que encienden o ven la televisión cada día, el informe indica que se ha situado en noviembre en 302 minutos, dos más que en el mismo mes del año anterior.

Los espectadores únicos acumulados en el mes han alcanzado, por su parte, la cifra de 43,2 millones, lo que representa el 93,5% de la población, que sí contacta con el medio televisivo en noviembre 2023. Además, 28,8 millones de españoles ven cada día la televisión al menos un minuto, es decir, el 62,3% de la población. Por el contrario, hay 3 millones de 'telefónicos', el 6% de la población, que no ha visto en ningún momento la televisión este mes.

El número de personas que usa diariamente el televisor para otra actividad diferente a ver la televisión lineal tradicional ha sido de 2.447.000 espectadores. Los grupos de edad que más tiempo dedican a los 'Otros Usos del Televisor' son los individuos de 25 a 44 años (67 minutos) y los niños de 4 a 12 años (55 minutos).

MÁS DENUNCIAS Y VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE GÉNERO QUE NUNCA

El número de mujeres víctimas de violencia de género y el de denuncias presentadas en los juzgados y ante las fuerzas y cuerpos de seguridad en España han vuelto a aumentar en el tercer trimestre del año, que ya supera la barrera de las 50.000.

Según el último informe trimestral del Observatorio de Violencia Doméstica y de Género del Consejo General del Poder Judicial (CGPJ), en los meses de julio, agosto y septiembre se registraron 53.480 denuncias (un 8,1% más que en el mismo periodo del año previo) y 52.545 mujeres víctimas (un 9,57% más). El incremento es importante también en relación al primer trimestre (un 15,44% más de denuncias; un 16,36% más de víctimas) y el segundo del año (un 10,89% más de denuncias; un 11,64% más de víctimas).

Así, la tasa de víctimas de violencia de género por cada 10.000 volvió a experimentar un aumento interanual al situarse la media nacional del tercer trimestre de 2023 en 21,4, frente a la tasa de 19,8 de hace un año. Por encima de la media nacional se situaron Baleares (con una ratio de 36,8 víctimas cada 10.000 mujeres), Murcia (con 32,3); Comunidad Valenciana (con 29,7); Canarias, (con 26,6); Andalucía, (con 23,5); Navarra, con (22,4); y Extremadura, (con 21,6).

**NO MÁS
VIOLENCIA
CONTRA
LAS MUJERES**



En dos de cada tres casos (72,47%), las denuncias fueron presentadas por la propia víctima, bien en el juzgado, bien en comisaría. Diez de cada 100 víctimas renunciaron a declarar contra su agresor. De ellas, el 56% eran españolas y 44% tenían otras nacionalidades. Muchas menos fueron las denuncias presentadas por el entorno de la víctima, 986, apenas alcanzaron el 1,84 % del total. Precisamente, tanto en la reunión con el Ministerio del Interior la semana pasada, como en el Comité de Crisis de esta, la ministra de Igualdad, Ana Redondo, insistió en la necesidad de incidir en que las personas cercanas a las víctimas denuncien por ellas.