



REVISTA THADERCONSUMO. NÚMERO 103

ENERO 2025

- Las rebajas de enero: oportunidad y precaución para los consumidores
- Incremento en la factura eléctrica para 2025: aumento del 39% en los 'cargos'
- Consejos prácticos para reducir tu factura de la luz
- Cuatro consejos para aprovechar bien el dinero si ganas la lotería
- Nuevas obligaciones para los envases en 2025: AIMPLAS resalta cambios clave
- ¿Han fallado con tu regalo de navidad? Consejos para que realices con garantías los cambios y devoluciones
- Entrevista: María Pérez Espín, periodista y divulgadora de vida saludable
- Actividades de las Asociaciones de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios
- Bono social eléctrico en 2025: cambios y cómo solicitar los descuentos
- Los mayores enfrentan barreras en el acceso a tarjetas de crédito

LAS REBAJAS DE ENERO: OPORTUNIDAD Y PRECAUCIÓN PARA LOS CONSUMIDORES

Con el fin de las fiestas navideñas, llegan las esperadas rebajas de enero, un desafío para el bolsillo, pero también una oportunidad para adquirir productos con grandes descuentos, que en muchos casos superan el 50%. Desde THADERCONSUMO pedimos prudencia para evitar fraudes y aprovechar al máximo este periodo.

Recomendamos: elaborar una lista para evitar compras impulsivas, comprobar precios originales, asegurarse de la calidad de los productos, y preguntar por las políticas de devolución. Además, hay que llevar cuidado con los descuentos en compras online, especialmente en electrónica, donde muchas de las ofertas pueden ser engañosas.

Conservar los tiques y priorizar comercios adheridos al Sistema Arbitral de Consumo son otras claves para una experiencia segura. Finalmente, recomendamos evitar la visita a tiendas por ocio, para reducir compras innecesarias. Comprar con responsabilidad es el mejor aliado en esta época de descuentos.

CÓMO VERIFICAR EL
PRECIO DE TUS COMPRAS
ANTES DE LAS REBAJAS

Pincha en la imagen para saber cómo verificar y ver los precios reales antes de comprar en las rebajas.

INCREMENTO EN LA FACTURA ELÉCTRICA PARA 2025: AUMENTO DEL 39% EN LOS 'CARGOS'

El Gobierno ha anunciado un incremento significativo del 39% en los 'cargos' de la factura eléctrica a partir del 1 de enero de 2025, una medida que afectará directamente a los hogares, pymes y empresas. Estos cargos, fijados por el Ministerio de Transición Energética, están destinados a financiar el acceso a la red eléctrica y garantizar el suministro. El aumento eleva el total de 2.532 millones de euros en 2024 a 3.524 millones en 2025, poniendo fin a las reducciones aplicadas desde 2021 para compensar la subida de precios por la guerra en Ucrania.

Junto a los 'cargos', la factura incluye los 'peajes', que financian los costes de distribución y transporte eléctrico y son fijados por la Comisión Nacional del Mercado y la Competencia (CNMC).



Aunque para 2025 se prevé una reducción media del 4,4% en los peajes, la factura total de un consumidor residencial será un 7% superior a la de 2019. No obstante, aún estará por debajo de la inflación acumulada en los últimos años, que ronda el 18%.

El Gobierno también ha aprobado el reparto de las cantidades destinadas al bono social eléctrico, cuyo coste previsto para 2025 asciende a 284,8 millones de euros. Este importe será financiado en su mayoría por las actividades de comercialización y producción eléctrica, mientras que una menor proporción recaerá en la distribución, el transporte y los consumidores directos.

Aunque el aumento en los 'cargos' genera preocupación, las autoridades destacan que la parte regulada de las facturas será un 25% inferior a la de 2019. Aun así, esta medida representa un desafío adicional para los consumidores, que deberán asumir un aumento significativo en su gasto eléctrico en un contexto económico marcado por la incertidumbre y las tensiones inflacionarias.

CONSEJOS PRÁCTICOS PARA REDUCIR TU FACTURA DE LA LUZ

1. Ajustar la potencia contratada:

Revisar la potencia contratada puede significar un ahorro significativo. Si tienes más potencia de la que realmente necesitas, podrías estar pagando hasta un 20% más en tu factura. Consulta con tu compañía para ajustarla según tus necesidades.

2. Evitar el "consumo fantasma":

Aparatos en modo reposo o conectados a la red siguen consumiendo electricidad, lo que puede representar hasta un 10% del gasto anual, unos 60 euros de media. Desconecta los dispositivos que no estés usando para evitar este gasto innecesario.

3. Usar electrodomésticos en horas valle:

Aprovecha las horas de menor coste (de 00:00 a 8:00 en días laborables y todo el día los fines de semana y festivos) para utilizar lavadoras, lavavajillas o cargar dispositivos. Esta práctica puede reducir considerablemente tu consumo eléctrico.

4. Radiadores eléctricos y aislamiento:

Los radiadores eléctricos son grandes consumidores de energía. Para minimizar su uso, asegúrate de que tu hogar esté bien aislado. Revisa puertas, ventanas y persianas, sella rendijas y considera instalar burletes para evitar fugas de calor.

5. Aprovechar la luz natural:

En invierno, maximiza el uso de la luz solar ventilando y abriendo persianas durante el día. Así ahorrarás energía al reducir el uso de iluminación artificial.

6. Bombillas LED:

Cambiar a bombillas LED es una inversión que se amortiza rápidamente, ya que consumen un 80% menos y tienen una mayor durabilidad que las bombillas tradicionales.



CUATRO CONSEJOS PARA APROVECHAR BIEN EL DINERO SI GANAS LA LOTERÍA

El día del sorteo de la Lotería de Navidad supone que algunos afortunados se lleven un premio a casa. La cuestión viene, no obstante, cuando recibes una cantidad considerable y no sabes qué hacer con ese dinero. ¿Es mejor ahorrar o invertir?

- 1. Date un capricho, pero con cabeza:** Ante una ganancia repentina de dinero es posible que lo primero que pienses en hacer es darte un capricho en algo que no te hubieras permitido en una situación normal. Sin embargo, recomendamos no gastarse todo de golpe.
- 2. Invierte en tu futuro:** la inversión es una de las mejores opciones, sería aconsejable destinar una parte de la cuantía adquirida en invertir pensando en el largo plazo. **El Gordo de la Lotería de Navidad tiene un premio de 400.000€ el décimo, lo que se queda en 328.000€ netos tras pagar impuestos.** Es bueno poner parte del dinero a trabajar con los mercados financieros y la economía mundial ya que, de esta forma, se consigue que el dinero genere más dinero. Ahora bien, esto es beneficioso pensando en el futuro, pues la rentabilidad se obtendría a medio y largo plazo.

- 3. Ahorrar en una cuenta corriente, una falsa tranquilidad:** Una opción válida es ahorrar el dinero guardándolo en una cuenta corriente o depósito, pero hay que tener más cosas en cuenta. La actual inflación acumulada al 5,5% hace que tu dinero cada año valga menos.

No está de más reservar dinero en estos momentos difíciles, pero también hay que considerar que la inflación en noviembre se sitúa en casi un 7% y la acumulada en un 5%. *"Esto significa que los productos cuestan más y el poder adquisitivo es menor"*.

- 4. Cancela parte de las deudas:** emplear parte de un ingreso extra considerable para amortizar deudas, poniendo como ejemplo una hipoteca. Por ello, en caso de obtener un gran ingreso, recomienda utilizar una fracción del mismo para cancelar parte de la hipoteca: *"Dejas de pagar los intereses y también es una forma de ahorrar"*.



NUEVAS OBLIGACIONES PARA LOS ENVASES EN 2025: AIMPLAS RESALTA CAMBIOS CLAVE



AIMPLAS, el Instituto Tecnológico del Plástico, ha registrado que desde 2025 todos los envases para uso doméstico deberán informar obligatoriamente sobre la fracción o contenedor donde deben depositarse los residuos, excluyendo los envases B2B. Esta medida responde al Real Decreto 1055/2022 de Envases y Residuos, que regula el mercado obligatorio, mensajes voluntarios y prohíbe ciertos contenidos en el etiquetado.

La normativa española se adelanta al Reglamento Europeo de Envases, buscando reducir residuos, fomentar la reutilización y garantizar la reciclabilidad total para 2030. Entre las novedades, se exige identificar envases reutilizables e incorporar el símbolo del Sistema de Depósito, Devolución y Retorno (SDDR), que permitirá al consumidor recuperar un depósito al devolver envases de PET y polietileno de menos de 3 litros.

Además, las empresas deberán adherirse a sistemas de responsabilidad ampliada del productor, haciendo carga de los residuos mediante tasas.

De cara a 2030, se prohibirán ciertos plásticos de un solo uso, como envases de frutas sin procesar, porciones individuales de alimentos y bolsas ligeras. También se implementará un etiquetado armonizado con información sobre materiales y contenido reciclado, acompañado opcionalmente de códigos QR.

AIMPLAS enfatiza que los plásticos son esenciales en sectores clave y defiende la necesidad de normativas claras y transparentes para beneficiar a la cadena de valor y al consumidor final.

¿HAN FALLADO CON TU REGALO DE NAVIDAD?

CONSEJOS PARA QUE REALICES CON GARANTÍAS LOS CAMBIOS Y DEVOLUCIONES

Es habitual que en las fechas posteriores al día de Navidad o el día de Reyes se formen colas en las tiendas para cambiar o devolver los regalos, como cambios de talla, modelo o por no cumplir las expectativas.

Y es que, al adelantar las compras navideñas para aprovechar las distintas ofertas, los consumidores tienden a adquirir productos equivocados o que no necesitan realmente, por lo que posteriormente muchos se ven obligados a recurrir a las devoluciones o cambios.

No en vano, casi el 40% de los consumidores españoles prevé devolver los productos adquiridos para regalar estas Navidades. Ante esta situación, recordamos que, al contrario de lo que muchos consumidores creen, con carácter general la ley no obliga al vendedor a admitir un cambio o devolución en cualquier circunstancia.

Cada establecimiento fija libremente, dentro del marco legal, las condiciones para llevar a cabo el cambio o la devolución de los productos. Si un consumidor cumple los requisitos que fija el vendedor, está obligado a aceptar el cambio o la devolución del producto en las condiciones fijadas.

De lo contrario, el cliente debe exigir la hoja de reclamaciones y tramitarla a través de los servicios de consumo de su comunidad autónoma. La normativa sí obliga a informar claramente al consumidor antes de la compra de cuáles son los requisitos para llevar a cabo posibles cambios o devoluciones de los productos. La información sobre plazos y condiciones deberá figurar en el tique de compra donde se indica el producto, el precio y la fecha de compra.

A continuación, detallamos algunos de los consejos que, según distintas asociaciones de consumidores, resultan imprescindibles para realizar cambios y devoluciones.

¿Qué tengo que saber para devolver un regalo?

- **Plazos:** Lo primero que debemos conocer son los plazos marcados para el cambio o devolución. El vendedor siempre es el que decide los plazos que concede a sus productos: puede ser una semana, quince o treinta días, un año o incluso no tener fecha tope.
- **Condiciones:** Debemos informarnos si el vendedor acepta la devolución del producto por el dinero pagado o bien el reembolso se realiza en vales, bonos o producto. En el segundo caso debemos conocer claramente las condiciones del mismo.
- **Posibles exclusiones:** Al devolver un producto debemos tener en cuenta que hay artículos, como ropa interior o productos de higiene, que en la mayoría de casos no admiten cambio ni devoluciones.
- **Guardar el tique:** Sin este comprobante de compra nunca se podrá realizar ningún tipo de cambio ni devolución. En el tique deberá figurar el producto concreto que se ha adquirido, el precio y la fecha de compra.
- **Conservar el producto en perfectas condiciones:** Además de mostrar el tique para acreditar la fecha de compra y el producto adquirido, te pedirán que el producto esté en perfectas condiciones y con el empaquetado original.
- **Excepciones:** Hay dos circunstancias en las que el vendedor tiene que admitir la petición de cambio o devolución, independientemente de las condiciones fijadas por el establecimiento. **La primera** es cuando el producto está defectuoso o no cumple con las características con que se anuncia. **La segunda** es si se trata de una compra a distancia (por internet, teléfono...) o fuera del establecimiento comercial (en una excursión, en una reunión en una casa...), ya que existe un periodo legal de desistimiento de 14 días, durante los cuales el consumidor puede devolver el producto sin ningún tipo de explicación y tiene derecho a recibir el dinero pagado.



“DESDE PEQUEÑA, VI QUE CUIDAR LO QUE COMEMOS Y CÓMO VIVIMOS TIENE UN IMPACTO DIRECTO EN CÓMO NOS SENTIMOS”

La pasión de María por un estilo de vida saludable tiene raíces profundas: desde pequeña, creció en un entorno donde los buenos hábitos eran prioritarios. Sin embargo, **fue su experiencia con problemas intestinales lo que marcó un antes y un después.** La inflamación, el malestar y la pesadez la llevaron a investigar la conexión entre el intestino y el cerebro, descubriendo cómo una buena alimentación puede mejorar el bienestar físico y emocional. Ese aprendizaje no solo transformó su vida, sino que también la inspiró a compartir sus conocimientos en redes sociales para ayudar a otros.

Trabajar en redes sociales ha sido para María un sueño hecho realidad, ya que le permite combinar su pasión por el periodismo con un impacto positivo en su audiencia. Sin embargo, admite que es un trabajo exigente y constante, sin horarios fijos. **Su dedicación es tal que nunca ha dejado de publicar, ni siquiera el día de su boda o durante su luna de miel.**

Un libro para inspirar el cambio:

Recientemente, María lanzó su libro *“Empieza hoy y cambia tu vida para siempre”*, una guía práctica que aborda cómo adoptar hábitos saludables sin complicarse la vida. En sus páginas, María comparte recetas antiinflamatorias sencillas, trucos para optimizar el tiempo en la cocina y consejos sobre cómo mejorar el sueño y reducir el estrés. **Su enfoque se basa en el método 80-20%, que prioriza el equilibrio sobre las dietas estrictas.**



Además, el libro explora la conexión entre la alimentación y las emociones, destacando cómo pequeños cambios pueden generar un impacto significativo en el bienestar.

María alienta a quienes desean mejorar su estilo de vida a dar el primer paso sin miedo. Según ella, *“un viaje de 10.000 pasos comienza con el primero”*. Para quienes desean emprender en el mundo de la creación de contenido, su recomendación es clara: constancia y autenticidad. Atribuye su éxito al esfuerzo diario ya mostrarse tal como es, sin filtros ni artificios.

Con un enfoque honesto y cercano, María Pérez Espín sigue siendo una inspiración para quienes buscan transformar su vida a través de la salud y el bienestar.



MARÍA PÉREZ ESPÍN, PERIODISTA Y DIVULGADORA DE VIDA SALUDABLE

María Pérez ha consolidado una exitosa trayectoria en redes sociales tras haber trabajado en prensa, radio y televisión. Hace tres años decidió enfocar su carrera en el mundo digital, donde ha construido una comunidad **de más de un millón de seguidores** sumando Instagram, Facebook, YouTube y TikTok. En sus perfiles, comparte recetas rápidas, saludables y antiinflamatorias, diseñadas para personas con poco tiempo que desean cuidarse, además de hábitos saludables, rutinas de deporte y consejos para llevar una vida más equilibrada. María se muestra siempre tal y como es, conectando con su audiencia a través de su autenticidad.

Además, copresenta el podcast *“Con jengibre y limón”*, junto a Sandra Moñino, una nutricionista experta en inflamación. Este espacio, que aborda temas como la salud intestinal y el bienestar de manera práctica y realista, se ha convertido en uno de los más escuchados de España, consolidando a María como referente en el ámbito de la divulgación de vida saludable.

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

PRESENTACIÓN DEL RECETARIO TRADICIONAL Y PROYECCION DEL DOCUMENTAL “HASTA LA ORILLA” EN LA ASOCIACIÓN DE AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS DE ABARÁN



PRESENTACIÓN DEL RECETARIO TRADICIONAL EN LA ASOCIACIÓN DE AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS DE LORCA Y COMIDA DE NAVIDAD



COMIDA DE NAVIDAD EN LA ASOCIACIÓN DE AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS DE MULA



COMIDA DE NAVIDAD EN LA ASOCIACIÓN DE AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS DE ROLDÁN



TALLER DE COCINA FIN DE AÑO EN LA ASOCIACIÓN DE AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS DE CARTAGENA



ENTREGA DE PREMIOS CONCURSO DE BELENES DE LA ASOCIACIÓN DE AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS DE ÁGUILAS



BONO SOCIAL ELÉCTRICO EN 2025: CAMBIOS Y CÓMO SOLICITAR LOS DESCUENTOS

El Gobierno ha decidido prolongar las medidas del escudo social en materia energética para proteger a los consumidores vulnerables hasta el 31 de diciembre de 2025. Entre las principales acciones destaca la prórroga de la prohibición de cortar suministros básicos de agua, luz y gas a hogares en situación de vulnerabilidad. Estas iniciativas buscan paliar el impacto del actual contexto geopolítico, especialmente tras la crisis energética derivada de la invasión de Ucrania.

El Consejo de Ministros, una propuesta del Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico, también permitió mantener el bono social eléctrico para consumidores vulnerables y vulnerables severos. Este apoyo, reforzado durante la crisis, incluye descuentos progresivos desde enero de 2025. Para consumidores vulnerables, las rebajas oscilarán entre el 50% y el 35% en 2026, mientras que los vulnerables severos tendrán descuentos del 65% al 50% en el mismo período.

Por otro lado, a finales de 2024 expirará la aplicación de un IVA reducido en el recibo de la luz, volviendo al 21% permanente desde el 1 de enero de 2025. Este ajuste fiscal marca el fin de las medidas temporales adoptadas para contener los efectos de la crisis energética.

El Gobierno ha destacado que estas medidas reflejan su compromiso con los sectores más afectados, mientras se inicia un proceso gradual para regresar a niveles fiscales normales. Para más información sobre el bono social, los interesados pueden consultar las condiciones en la web oficial: bonosocial.gob.es



LOS MAYORES ENFRENTAN BARRERAS EN EL ACCESO A TARJETAS DE CRÉDITO



El edadismo financiero es una realidad que afecta a la población mayor en España. Un cliente de un conocido banco durante más de 15 años, denunció haber sido discriminado por su edad al solicitar una tarjeta de crédito. Según relata, el gestor de su banco le informó que, con 74 años, no era elegible para obtenerla.

Aunque el Banco de España asegura que no existe un límite de edad legal para este tipo de producto financiero, reconoce que las entidades tienen libertad para establecer sus criterios de riesgo. Este vacío normativo permite que la edad se convierta en un factor determinante a la hora de conceder o denegar productos financieros, a pesar de la Ley 15/2022, que prohíbe la discriminación por edad.

Desde THADERCONSUMO criticamos la falta de transparencia en los criterios aplicados por los bancos. Las entidades no suelen justificar claramente las denegaciones, dejando a los afectados sin explicaciones. Además, se reportan prácticas como la reducción del límite de crédito o la obligación de contratar seguros adicionales para clientes mayores.

La situación evidencia una creciente exclusión financiera que afecta especialmente a los mayores, un colectivo que merece acceso igualitario a los servicios bancarios.