



REVISTA THADERCONSUMO. NÚMERO 133

ABRIL 2026

- Cambio de hora en España 2026: el ahorro real que se consigue en la factura energética
- ¿Qué parte de lo que se paga va a impuestos y cuánto a las gasolineras?
- La caída del gas en abril deja un ahorro de dos dígitos para millones de familias
- Campaña de la Renta 2026: el "manual de ahorro" para no dejar ni un euro de más en manos de Hacienda
- Incapacidad y discapacidad: guía práctica para no confundir dos conceptos clave en 2026
- La banca, obligada a reintegrar las estafas digitales de forma inmediata
- ¿Es legal que te cobren si anulas tu reserva? Te aclaramos las dudas en plena temporada turística
- Entrevista: Teresa Vivancos
- Jornada: los consumidores ante la era digital: retos y peligros
- Actividades de las asociaciones de amas de casa, consumidores y usuarios
- El alza en la cuota de autónomos golpea con fuerza a las mujeres rurales mayores de 50 años
- Envejecer con seguridad: el nuevo plan de sanidad para frenar la fragilidad y los accidentes en el hogar

CAMBIO DE HORA EN ESPAÑA 2026: EL AHORRO REAL QUE SE CONSIGUE EN LA FACTURA ENERGÉTICA

Con la llegada del horario de verano en 2026, España vuelve a ajustar sus relojes bajo la premisa tradicional del ahorro energético. Sin embargo, la efectividad real de esta medida en el bolsillo de los ciudadanos es hoy más cuestionada que nunca.

Históricamente, el Instituto para la Diversificación y Ahorro de la Energía (IDAE) estimaba un ahorro potencial del 5% en el consumo eléctrico, equivalente a unos 300 millones de euros a nivel nacional. No obstante, informes recientes sugieren que el impacto en los hogares es mínimo, rondando apenas los 6 euros anuales por vivienda.

La clave de este cambio es el aprovechamiento de la luz solar para reducir el uso de iluminación artificial. Sin embargo, el auge de la climatización y los nuevos hábitos de consumo han neutralizado gran parte de ese beneficio. Expertos advierten que el ahorro en bombillas a menudo se ve superado por el gasto en aire acondicionado durante las tardes más largas y calurosas. Mientras Europa debate su eliminación, España mantiene la práctica con beneficios económicos cada vez más simbólicos.



Pincha en la imagen para ver el video sobre economía circular.

¿QUÉ PARTE DE LO QUE SE PAGA VA A IMPUESTOS Y CUÁNTO A LAS GASOLINERAS?

En abril de 2026, llenar el depósito en España sigue siendo un ejercicio de equilibrio financiero para millones de conductores. A pesar de las recientes medidas de alivio fiscal aprobadas por el Gobierno, el desglose de lo que realmente pagamos por cada litro de combustible revela una compleja estructura de costes donde el Estado y los mercados internacionales juegan un papel determinante.

Tradicionalmente, los impuestos han representado cerca del 50% del precio de la gasolina y el 43% del diésel. Sin embargo, tras el último decreto de ayudas que redujo temporalmente el IVA del 21% al 10% y ajustó el Impuesto Especial sobre Hidrocarburos (IEH) al mínimo europeo, la carga fiscal se ha moderado. Según estimaciones del sector, sin estas ayudas, el litro de gasolina sería hoy unos 29 céntimos más caro, y el diésel, 23 céntimos. Actualmente, los impuestos suponen entre el 40% y el 45% del PVP final.

El segundo gran bloque es el coste del producto (la materia prima y el refinado), que oscila entre el 35% y el 45%. Este factor es el más volátil, pues depende directamente de la cotización internacional del barril de Brent y de la capacidad de refino.

Por último, el margen bruto de distribución —donde se incluyen el transporte, la logística y el beneficio de las gasolineras— representa apenas entre el 10% y el 15% del total. De este margen, las estaciones de servicio deben detraer sus costes operativos, como salarios y mantenimiento. Así, mientras el consumidor percibe precios elevados, las gasolineras independientes denuncian tensiones de tesorería debido a que deben adquirir el producto por adelantado en un mercado cada vez más inestable.



LA CAÍDA DEL GAS EN ABRIL DEJA UN AHORRO DE DOS DÍGITOS PARA MILLONES DE FAMILIAS

Tras meses de incertidumbre en los mercados internacionales, los hogares españoles acogidos a la Tarifa de Último Recurso (TUR) respiran aliviados este mes de abril. La nueva revisión oficial ha dictado una bajada de hasta el 16,6% en el precio del gas, una cifra que supera las expectativas iniciales de los analistas para este segundo trimestre de 2026.



¿Por qué baja tanto ahora?

El descenso es el resultado de una "tormenta perfecta" a favor del consumidor:

- **Materia prima a la baja:** El precio del gas natural en los mercados mayoristas europeos ha dado una tregua gracias a un invierno menos severo de lo previsto.
- **Escudo fiscal:** La prórroga de los tipos reducidos en el IVA y otros impuestos específicos sigue actuando como amortiguador.

Para una familia media con calefacción de gas (TUR 2), esto supone un ahorro directo que podría superar los 15 euros mensuales en comparación con el invierno pasado.

Esta caída vuelve a situar a la tarifa regulada como el rival a batir. Mientras las comercializadoras del mercado libre intentan ajustar sus márgenes para retener clientes, la TUR se consolida como el refugio más seguro frente a la inflación energética. Sin embargo, los expertos advierten: aunque el precio del kWh baja significativamente, el término fijo de la factura —lo que pagas solo por estar conectado— se mantiene estable, por lo que el ahorro real se notará más en quienes mantengan un consumo activo durante la primavera.

CAMPAÑA DE LA RENTA 2026: EL "MANUAL DE AHORRO" PARA NO DEJAR NI UN EURO DE MÁS EN MANOS DE HACIENDA

Abril de 2026 marca el inicio de una de las campañas de la Renta más complejas de los últimos años. Con la inflación todavía presente en la cesta de la compra, los contribuyentes buscan en el borrador cualquier resquicio legal para aliviar la carga fiscal. Este año, la clave no está solo en los ingresos, sino en saber encontrar las nuevas deducciones "ocultas" que pueden dar la vuelta al resultado de la declaración.

La gran noticia para las rentas medias-bajas es la nueva deducción de 340 euros para quienes ganen menos de 18.276 euros anuales. Además, se han reforzado los beneficios por donaciones: ahora es posible desgravar el 80% de los primeros 250 euros aportados a ONGs, un salto importante frente a los 150 euros de campañas anteriores. Vivienda y sostenibilidad: las joyas de la corona. Si has reformado tu casa o cambiado el coche, puedes estar ante un ahorro de miles de euros:

- **Eficiencia energética:** Las deducciones por instalar placas solares o mejorar el aislamiento (ventanas, aerotermia) permiten desgravar hasta un 60%, con un tope de 9.000 euros en ciertos casos. Es vital contar con el Certificado de Eficiencia Energética "post-obra" para que Hacienda no rechace el beneficio.

- **Movilidad eléctrica:** Comprar un coche eléctrico o instalar un punto de carga en el garaje sigue bonificado con un 15% de la inversión.

El "tesoro" de las deducciones autonómicas

A menudo olvidadas, las casillas regionales son las que más dinero devuelven. En esta campaña, comunidades como la Valenciana sorprenden con deducciones por gastos en música (hasta 150 €), mientras que otras como Murcia, Madrid o Andalucía permiten desgravar gastos de gimnasio, salud dental, gafas o incluso el cuidado de mascotas. Un repaso exhaustivo a estas deducciones específicas puede ser, literalmente, el ahorro del año.

INCAPACIDAD Y DISCAPACIDAD: GUÍA PRÁCTICA PARA NO CONFUNDIR DOS CONCEPTOS CLAVE EN 2026

A menudo utilizados como sinónimos en el lenguaje cotidiano, la incapacidad laboral y la discapacidad son realidades jurídicas y administrativas muy distintas.

La incapacidad laboral, gestionada por la Seguridad Social, se refiere exclusivamente a la pérdida de capacidad para trabajar. Se evalúa en función de si el trabajador puede o no realizar las tareas de su profesión habitual debido a una enfermedad o accidente. Existen varios grados:

- **Parcial:** Dificulta el trabajo, pero permite realizarlo.
- **Total:** Impide la profesión habitual, pero permite otras tareas.
- **Absoluta:** Inhabilita para cualquier oficio.
- **Gran Invalidez:** Cuando se necesita asistencia para actos esenciales de la vida.

Por otro lado, la discapacidad (reconocida por las Comunidades Autónomas) mide las limitaciones físicas, psíquicas o sensoriales para desenvolverse en la vida diaria, independientemente de si se trabaja o no. Se expresa en un porcentaje, siendo el 33% el umbral mínimo para acceder a beneficios como deducciones fiscales en la Renta 2026, bonificaciones en transporte o reserva de plazas de empleo público.

Dato clave: Se puede tener una discapacidad del 40% y estar plenamente capacitado para trabajar, o tener una incapacidad total y no alcanzar el grado de discapacidad requerido para ciertas ayudas sociales.

En definitiva, mientras la primera protege la pérdida de ingresos por salud, la segunda busca compensar las barreras de participación en la sociedad. Conocer esta distinción es el primer paso para una gestión exitosa de los derechos ciudadanos.



LA BANCA, OBLIGADA A REINTEGRAR LAS ESTAFAS DIGITALES DE FORMA INMEDIATA



En un escenario donde el fraude online se ha convertido en la principal preocupación para los ahorradores españoles, un cambio de criterio jurídico está a punto de revolucionar la relación entre entidades financieras y clientes. En 2026, la justicia y los organismos de consumo avanzan hacia una postura clara: la responsabilidad de la seguridad recae en el banco, lo que les obligaría a devolver el dinero defraudado al instante.

Hasta ahora, cuando un cliente era víctima de **phishing** o **smishing**, el proceso de reclamación era un calvario burocrático que podía durar meses. Con este avance normativo, se establece que, ante una operación no autorizada, el banco debe reponer el saldo de la cuenta de forma automática y provisional, a menos que pueda demostrar de manera fehaciente una "negligencia grave" por parte del usuario.

Este cambio de paradigma se basa en que las entidades son las propietarias de la tecnología y, por tanto, las garantes de su inviolabilidad. Si un ciberdelincuente logra burlar la doble autenticación, se considera un fallo del sistema de seguridad bancario, no un descuido del ciudadano.

Este criterio no solo protege el bolsillo del consumidor, sino que actúa como un catalizador para que la banca refuerce sus sistemas de detección. Al asumir el coste directo del fraude de forma inmediata, las entidades se ven obligadas a implementar IA predictiva y controles biométricos más robustos para bloquear transacciones sospechosas antes de que se ejecuten.

Para los expertos, estamos ante el avance más relevante en derechos del consumidor digital de la última década, eliminando la indefensión de quienes ven desaparecer sus ahorros con un solo clic.

¿ES LEGAL QUE TE COBREN SI ANULAS TU RESERVA? TE ACLARAMOS LAS DUDAS EN PLENA TEMPORADA TURÍSTICA

Con la llegada del buen tiempo a la Costa Cálida y el inicio de la temporada alta en los restaurantes de la Región de Murcia, surge una duda recurrente entre los murcianos y visitantes: ¿puede un establecimiento cobrarme por cancelar una reserva a última hora? La respuesta corta es sí, pero con matices legales muy específicos que Consumo ha querido dejar claros.

En municipios como Cartagena, Águilas o la propia capital murciana, cada vez más locales de alta demanda solicitan una tarjeta de crédito al realizar la reserva. Esta práctica busca evitar los "no-shows" (clientes que no aparecen), que suponen un grave perjuicio económico para el sector. Según las autoridades de consumo, los restaurantes tienen derecho a cobrar una penalización siempre y cuando:

- Se haya informado claramente de la política de cancelación al cliente en el momento de la reserva.
- El importe sea proporcionado y no abusivo.
- Se ofrezca un plazo razonable (habitualmente entre 24 y 48 horas) para anular sin coste.

A pesar de este derecho del hostelero, el consumidor murciano no está desprotegido. Si la cancelación se debe a una causa de fuerza mayor (como una enfermedad justificada), el cobro podría ser reclamado.

Os recordamos que el ticket de la reserva debe ser siempre claro y el cobro debe ir acompañado de una factura. "Se trata de encontrar el equilibrio entre el respeto al trabajo del hostelero murciano y los derechos de quien disfruta de nuestra gastronomía", señalan los expertos. Por tanto, antes de reservar esa mesa para comer un caldero frente al Mar Menor, asegúrese de leer la letra pequeña.

Aunque algunos expertos llaman a la cautela y subrayan que aún se necesita más evidencia para equiparar farmacológicamente la adicción a ultra procesados con la del tabaco, el debate pone de manifiesto la creciente preocupación por el impacto de estos alimentos en la salud pública y la necesidad de considerar políticas que protejan mejor a la población frente a sus riesgos.



TRADICIÓN, PRODUCTO LOCAL Y EL SECRETO DEL ÉXITO TRAS UNA TARTA DE QUESO ARTESANAL

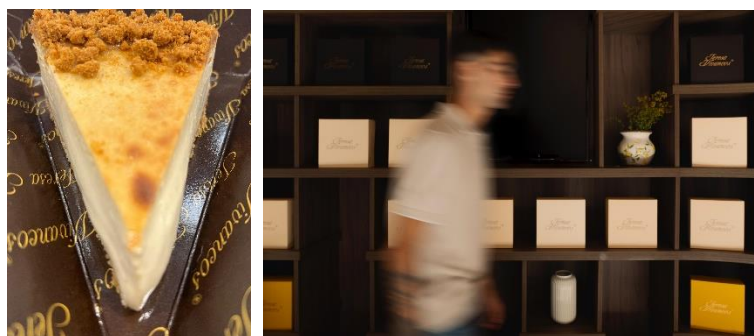
En medio de la actual "fiebre" por las tartas de queso, Vivancos ha logrado diferenciarse gracias a un enfoque basado en la personalidad y el equilibrio. Sus tartas destacan por no ser excesivamente dulces, permitiendo que los sabores cobren protagonismo. Según explica, utiliza ingredientes que van desde chocolates de origen único hasta cremas de elaboración propia, logrando que sean **"tartas que no empalagan"**.

El compromiso con la Región de Murcia es otro de los pilares de su propuesta. Antes de abrir, madre e hijo realizaron una búsqueda exhaustiva de proveedores locales. **Como resultado, utilizan huevos de gallinas de raza murciana de la Finca El Romero de Bullas y productos de la quesería La Zarcillera, apostando firmemente por la proximidad.**



La transición de la cocina hogareña a la gestión de un obrador profesional ha traído consigo lecciones importantes. Teresa señala que el ajuste de la producción diaria es su mayor reto, ya que sus tartas no contienen conservantes ni se congelan. *"Es súper importante para mí ajustar al máximo la producción para que el cliente se lleve su tarta en las mejores condiciones"*, afirma.

Este proyecto es, además, un esfuerzo familiar. Mientras Álvaro aporta la imaginación para nuevos sabores, Teresa se encarga de la ejecución. A pesar de las jornadas de más de doce horas, cuenta con el respaldo incondicional de los suyos. Finalmente, anima a otras mujeres a emprender con una visión clara: ***"Que definan sus objetivos, los visualicen y concentren su energía en conseguirlos; con trabajo y constancia todo llega"***.



DE LA PANTALLA AL OBRADOR: EL FENÓMENO DE TERESA VIVANCOS EN EL CORAZÓN DE MURCIA

Teresa Vivancos se define a sí misma como una mujer de carácter familiar, apasionada de la cocina tradicional y una auténtica **"enamorada de su tierra, Murcia"**. Tras más de una década compartiendo su talento como repostera autodidacta en redes sociales, 2025 marcó un antes y un después en su trayectoria: tras formarse en la prestigiosa Escuela L'Atelier de Barcelona, decidió dar el salto al mundo empresarial inaugurando su propio obrador de tartas de queso artesanales en el centro de Murcia, junto a su hijo Álvaro Serrano.

El cambio de las redes sociales a la interacción física en la calle Puxmarina ha sido, en palabras de Teresa, una experiencia sumamente enriquecedora. Para ella, ***"ponerles cara, sentir su apoyo y cariño es enormemente gratificante"***, destacando que ver la sonrisa de los clientes al probar sus creaciones es su verdadero motor para seguir mejorando.

JORNADA DÍA DEL CONSUMIDOR

LOS CONSUMIDORES ANTE LA ERA DIGITAL: RETOS Y PELIGROS



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

TARDE " DE MONA " EN LA ASOCIACIÓN DE AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS DE CARTAGENA, PONIENDO FIN A LA SEMANA SANTA



TALLER DE VELAS EN LA ASOCIACIÓN DE AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS DE SANTOMERA



LA ASOCIACIÓN DE AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS DE LOS ALCÁZARES, TARDES LITERARIAS CON LA PRESENTACIÓN DEL LIBRO "VIDAS ENCONTRADAS" DE ANA FÉLIX GARNES ROS



EL ALZA EN LA CUOTA DE AUTÓNOMOS GOLPEA CON FUERZA A LAS MUJERES RURALES MAYORES DE 50 AÑOS

El reciente incremento en las cuotas del Régimen Especial de Trabajadores Autónomos (RETA) ha generado una honda preocupación en el sector agrario, especialmente entre un colectivo vulnerable: las mujeres mayores de 50 años que residen en zonas rurales. Según los últimos análisis, siete de cada diez afectados por estas subidas son mujeres que superan esta franja de edad y que desarrollan su actividad en el campo.

Esta situación agrava la brecha de género y generacional en el sector primario. Para muchas de estas trabajadoras, el aumento de los costes fijos no solo reduce sus ya ajustados márgenes de beneficio, sino que pone en riesgo la viabilidad de sus explotaciones. Organizaciones agrarias advierten que este encarecimiento de la cotización actúa como un freno para el relevo generacional y fomenta el abandono de la actividad en áreas castigadas por la despoblación.

El impacto es doblemente severo para las autónomas del campo mayores de 50 años, quienes a menudo enfrentan dificultades añadidas para acceder a otras formas de empleo o para completar los periodos de cotización necesarios de cara a una jubilación digna. La combinación de una mayor presión fiscal y el encarecimiento de los insumos (como fertilizantes y energía) crea un escenario de "tormenta perfecta".

Expertos y asociaciones del sector urgen al Gobierno a revisar las bonificaciones para este colectivo, subrayando que la mujer es el pilar de la economía rural. Sin medidas específicas, la subida del RETA podría terminar por expulsar del sistema a quienes mantienen viva la actividad agrícola en la España interior.



ENVEJECER CON SEGURIDAD: EL NUEVO PLAN DE SANIDAD PARA FRENAR LA FRAGILIDAD Y LOS ACCIDENTES EN EL HOGAR



El Ministerio de Sanidad ha actualizado sus recomendaciones para combatir la fragilidad y el riesgo de caídas en la población mayor, un problema de salud pública que afecta directamente a la autonomía y calidad de vida. El nuevo documento pone el foco en la detección precoz de la fragilidad, entendida como un estado de vulnerabilidad que, si se trata a tiempo, es reversible.

Una de las principales novedades es el énfasis en la prescripción de ejercicio físico multicomponente. Sanidad recomienda programas que combinen fuerza, equilibrio, resistencia y flexibilidad, alejándose de la idea de que el ejercicio para mayores debe ser exclusivamente de baja intensidad. El objetivo es fortalecer la masa muscular para evitar la sarcopenia, principal responsable de la pérdida de movilidad.

Además del ejercicio, la guía subraya la importancia de la revisión de la medicación. Muchos fármacos, en combinación (polifarmacia), pueden provocar mareos o desorientación, aumentando exponencialmente el riesgo de accidentes domésticos. Asimismo, se insta a los profesionales a realizar valoraciones funcionales periódicas para identificar a aquellos pacientes que empiezan a mostrar signos de debilidad antes de que sufran una lesión grave.

La intervención no se limita al ámbito clínico: el Ministerio resalta la necesidad de adaptar el entorno doméstico (eliminando alfombras o mejorando la iluminación) y fomentar la socialización para evitar el aislamiento, factor que acelera el deterioro cognitivo y físico. Con estas medidas, se busca transformar el modelo de cuidados hacia uno más proactivo, asegurando que el aumento de la esperanza de vida vaya acompañado de salud y plenitud.