

# INFLACIÓN OCULTA EN EL DÍA A DÍA



## GREENWHASING

Cuando todo lo pintan de verde

## ALOJAMIENTOS VACACIONALES

Conoce y revisa tus opciones

## ENTREVISTA A ANA MARÍA SÁNCHEZ HERRÁEZ


Nuevos retos como directora de Kontsumobide



Síguenos en redes



[www.kontsumobide.eus](http://www.kontsumobide.eus)

 900 84 01 20

ISSN: 2695-6772

Depósito Legal: LG G 53-2020

Edita: Kontsumobide – Instituto Vasco de Consumo (Vitoria-Gasteiz)

[kontsumobide@kontsumobide.eus](mailto:kontsumobide@kontsumobide.eus)

Online: [kontsumobide.eus/revista](http://kontsumobide.eus/revista)



 **kontsumobide**  
KONTSUMOKO EUSKAL INSTITUTUA  
INSTITUTO VASCO DE CONSUMO





## Kontsumobide-Instituto Vasco de Consumo


Somos un **organismo autónomo**, adscrito al Departamento de Turismo, Comercio y Consumo del Gobierno Vasco, que se encarga de proteger a las personas consumidoras y usuarias.

Uno de nuestros principales objetivos es impulsar el conocimiento de las personas consumidoras a través de la **formación** y la **información**; preparar a la ciudadanía para un **consumo seguro, sostenible y responsable**.

### ¿Dónde estamos?

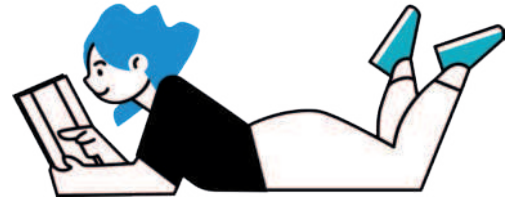
 **SEDE CENTRAL - ARABA**  
Avenida Santiago, 11  
01002 Vitoria-Gasteiz  
[kb-araba@kontsumobide.eus](mailto:kb-araba@kontsumobide.eus)

 **BIZKAIA**  
Alameda Recalde, 39 A  
48008 Bilbao  
[kb-bizkaia@kontsumobide.eus](mailto:kb-bizkaia@kontsumobide.eus)

 **GIPUZKOA**  
Easo, 10  
20006 Donostia / San Sebastián  
[kb-gipuzkoa@kontsumobide.eus](mailto:kb-gipuzkoa@kontsumobide.eus)

# CONTENIDOS

nº 55 FEBRERO - MAYO 2026



## 04 CONSUMO HOY

Compras, pagos y viajes

## 08 ARTÍCULO

¿Todo lo "verde" es sostenible?

## 10 ARTÍCULO

Vacaciones como en casa

## 12 ENTREVISTA

Ana María Sánchez Herráez,  
directora de Kontsumobide

## 13 REPORTAJE

Inflación oculta  
en el día a día

## 16 FORMACIÓN

Canal de Telegram  
para empresas

## 18 CAMBIOS NORMATIVOS

Seguro obligatorio  
para patinetes eléctricos

## 19 INFOGRAFÍA

¿Dónde reclamo?



¿Quieres estar al día de toda la  
información sobre consumo?

¡Susíbete! → <https://labur.eus/kontsumoinfo>





## VIAJES

# Han perdido mi maleta, ¿qué tengo que hacer?

Te bajas del avión, esperas ver tu maleta en la cinta... pero no aparece. Si eso ocurre, ¿qué es lo primero que tienes que hacer?

Debes ir al mostrador de la aerolínea con la que has volado, explicarles la situación y pedir el PIR (o Parte de Irregularidades de Equipaje). Si no pudieras reclamarlo en el momento, los plazos para presentar la reclamación son:

- En caso de **daño, 7 días** a partir de la fecha de la recepción del equipaje
- En caso de **retraso, 21 días** desde que te lo entregan.

**¿Cuál es la indemnización por la pérdida de una maleta?** Las aerolíneas limitan su responsabilidad: aproximadamente 1.885 € (1.519 DEG) por evento de daño o pérdida. Si dentro del equipaje llevas objetos valiosos (joyas, cámaras, dinero), no siempre están cubiertos, salvo que hagas una declaración especial de valor al facturar.

## COMPRAS

### ¿Puedo devolver lo que compro?

Depende. Si la compra se hace en una **tienda física, el comercio no está obligado** a aceptar devoluciones, salvo que lo indique expresamente o que el producto esté defectuoso. Eso sí, si la tienda permite cambios o devoluciones durante todo el año, también debe hacerlo en rebajas, a menos que lo especifique de forma visible.

**En cambio, si compras por internet,** la ley te protege con el derecho de desistimiento: **tienes 14 días naturales para devolver el producto sin dar explicaciones.**

*No compres para devolver: cada envío y devolución genera transporte y embalaje que contaminan el planeta.*



## CIBERSEGURIDAD

### Deepfakes: no todo lo que ves es real

Los deepfakes son **vídeos o audios manipulados con inteligencia artificial** que imitan rostros y voces reales con tanta precisión que pueden engañar fácilmente. Se suelen utilizar para difundir bulos, falsificar declaraciones o dañar la reputación de alguien.



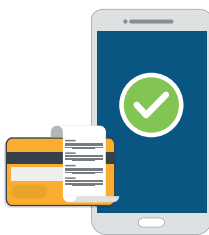
El problema es que circulan rápido por redes sociales y aplicaciones de mensajería, donde a menudo se comparten antes de ser verificados. Para protegernos, lo mejor es prestar mucha atención a toda la información que recibimos, desconfiar de lo que parezca poco creíble y contrastar siempre con fuentes fiables. **Contrastar la información, buscar cuál es la fuente original y aplicar el sentido común es muy importante.**

## PAGOS

# Más control de Hacienda sobre pagos vía Bizum

Desde enero de 2026, Hacienda exigirá a bancos y plataformas de pago que informen con más detalle todas las transacciones electrónicas realizadas con tarjeta, Bizum y otros métodos similares.

El objetivo es reforzar la transparencia y luchar contra la economía sumergida, pero también puede afectar a la forma en la que gestionas tus pagos del día a día. Conviene revisar tus movimientos y asegurarte de que todas tus operaciones están correctamente justificadas y registradas.



**Consejo:** mantener tus cuentas y tus justificantes ordenados te evitará complicaciones futuras y te permitirá tener un control real de tus finanzas.

## CAMBIOS NORMATIVOS

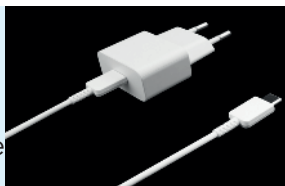
### Cargador USB-C

Desde el 28 de diciembre de 2024, los móviles, tabletas, cámaras y otros dispositivos deberán usar un cargador común USB-C, según el Real Decreto 442/2024 que adapta la normativa europea.

**En 2026 la medida se ampliará a los portátiles.**

Además, los fabricantes deberán informar claramente si el cargador está incluido y ofrecer la opción de comprar el dispositivo sin él.

*Reutiliza tus cargadores USB-C y evita generar más residuos.*



## DESPERDICIO ALIMENTARIO

# Qué alimentos tiramos más... y qué puedes hacer tú para evitarlo



Se desechan unos 25 kilos de comida al año por familia según el ministerio de Agricultura. ¿Te imaginas cuánto dinero y recursos se pierden por eso? Aunque pensemos que tiramos poco, los datos muestran que la mayoría de los alimentos se van a la basura por errores en la compra, almacenamiento descuidado o no aprovechar sobras.

Los alimentos que más se desperdician son fruta, verdura, pan, productos frescos y preparados caseros. Pero casi todos tienen solución si adoptamos pequeños hábitos: planificar la compra, conservar bien, aprovechar las sobras...

### Consejo para casa

Antes de comprar, revisa lo que ya tienes. Usa primero lo que esté "a punto" y congela lo que no vayas a usar pronto. Sirve porciones moderadas y evita dejar comida en el plato.

## COMPRAS

### El mediano tiene truco

¿Has notado que en el cine la bolsa mediana de palomitas parece la más "razonable"? O que en una cafetería el café pequeño es casi tan caro como el mediano, y al final eliges el grande. Esto no es casual: se llama efecto señuelo. Los comercios diseñan los tamaños y precios para que la mayoría terminemos gastando más de lo previsto, convencidos de que estamos eligiendo bien.

Lo mismo pasa con menús de hamburguesas y patatas, con suscripciones de streaming y sus versiones HD y sus anuncios que parecen equilibrados. Pero como personas consumidoras conviene recordar que la mejor elección no siempre es la que el comercio quiere que parezca más atractiva, sino la que realmente necesitamos.

El efecto señuelo no es una coincidencia, sino una estrategia diseñada para orientar tus decisiones sin que lo percibas. Su fuerza reside en que actúa de forma automática: vemos una opción intermedia y asumimos que es la más sensata, aunque no siempre lo sea. Por eso es importante detenerse un momento, comparar el valor real de cada opción y pensar en nuestras necesidades antes que en lo que parece "mejor elegido". Hay que recordar que no todas las opciones están diseñadas para tu beneficio, sino para maximizar las ventas, ése es el primer paso para evitar caer en estas dinámicas y mantener un consumo consciente.



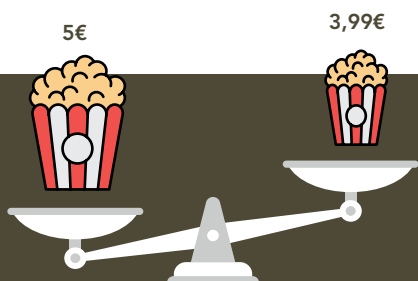
**En realidad,** la pequeña es cara a propósito y la grande demasiado excesiva.

**Resultado:** la mayoría elegimos el mediano y gastamos más.

#### ¿POR QUÉ FUNCIONA?

Porque nuestro cerebro busca referencias para comparar. Si vemos tres opciones, solemos evitar los extremos y elegir la del medio, aunque no sea la más ventajosa.

Es una forma de sentir que tomamos una decisión "inteligente", cuando en realidad está influida por cómo se presentan los precios.



#### Consejo práctico

Antes de decidir, piensa si usarás realmente lo que compras. Haz cuentas: ¿realmente compensa el "más por un poco más"? A veces, el ahorro está en decir no al señuelo.

15 DE MARZO

## Día Mundial de los Derechos de las Personas Consumidoras

Todos los años, alrededor del 15 de marzo, salimos a la calle para acercar la información y los derechos en materia de consumo a la ciudadanía. Es una fecha clave para recordar que consumir de forma consciente, informada y responsable es también una forma de protegernos como personas consumidoras.

### ¿Sabes por qué el 15 de marzo es el Día de la Persona Consumidora?

Hay que remontarse a 1962, cuando el entonces presidente de Estados Unidos, John F. Kennedy, pronunció ante el Congreso un discurso histórico en defensa de los derechos de las personas consumidoras. Su intervención comenzaba con una frase contundente: "El término consumidores, por definición, nos incluye a todos" ("Consumers, by definition, include us all"). Con estas palabras, Kennedy subrayaba la responsabilidad del Gobierno en la protección de las personas consumidoras, la importancia de conocer las necesidades y los intereses de ese colectivo, y garantizar el ejercicio de sus derechos más básicos: el derecho a la seguridad,

Este 13 de marzo podrás encontrarnos en las tres capitales vascas. ¡Ven a vernos!



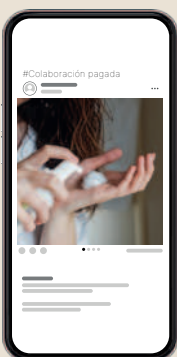
a recibir información, a elegir y a ser escuchado.

Posteriormente, la entonces Organización Internacional de Asociaciones de Consumidores (IOCU) y hoy conocida como Consumers International (CI), decidió elegir ese día para celebrar en 1983, por primera vez, el Día Mundial de los Derechos de las Personas Consumidoras.

## PUBLICIDAD

### Código de conducta de publicidad a través de influencers

Las nuevas normas que entraron en vigor el en octubre de 2025 buscan acabar con la publicidad encubierta en redes sociales. A partir de ahora, quienes generen contenido promocional en plataformas como Instagram o TikTok deberán identificarlo claramente como "Publicidad", "Publi" o "Colaboración pagada". Esta medida protege a las personas consumidoras frente a mensajes engañosos y fomenta una comunicación digital más ética y transparente, en la que se sepa en todo momento si el contenido es una recomendación personal o un anuncio.



#### En detalle

- **Transparencia obligatoria:** nada de eufemismos como "colab" o "regalo de marca".
- **Responsabilidad compartida:** influencers, empresas y agencias deben cumplir la norma.

# ¿Todo lo “verde” es sostenible?

**Ser respetuoso con el medioambiente se ha convertido en un reclamo comercial, con lo que surgen prácticas deshonestas denominadas *greenwashing***

Cada vez más marcas se visten de verde, pero no siempre detrás hay un compromiso real. El *greenwashing* o ecopostureo consiste en usar palabras como “eco”, “natural” o “sostenible” sin pruebas que respalden estas afirmaciones. Es una forma de confundir a la persona consumidora y aprovechar la preocupación ambiental como reclamo de venta.

Los hábitos de consumo han cambiado en los últimos años, y a la hora de adquirir un producto o servicio ya no solamente se tienen en cuenta consideraciones como el precio o la calidad; cada vez más personas valoran el impacto medioambiental que pueda generar su compra. Según el *Informe Global del Consumidor 2025*, elaborado por la agencia de comunicación MARCO, “el 65% de los consumidores modificaría sus hábitos de compra en función de las iniciativas medioambientales de una marca”.

Esto implica que el *greenwashing* entorpece directamente la transición ecológica, ya que su práctica, además de poner en entredicho

los derechos de la persona consumidora, dificulta al mismo la capacidad de toma de decisiones beneficiosas o inocuas para el medioambiente.



## **NORMATIVAS PARA COMBATIR EL GREENWASHING**

En vista de esta problemática que cada vez más marcas buscan capitalizar, la Unión Europea ha introducido la Directiva (UE) 2024/825, que tiene como objetivo empoderar a las personas consumidoras para la transición ecológica, proporcionándoles una mejor protección contra prácticas comerciales desleales.

Con este objetivo, la nueva normativa introduce normas específicas que buscan combatir las afirmaciones medioambientales ambiguas, engañosas y poco rigurosas, los distintivos de sostenibilidad poco transparentes o las prácticas de obsolescencia temprana programada de los bienes.

Los estados miembros de la UE deberán adoptar y publicar esta directiva a una norma específica nacional antes del 27 de marzo, y comenzarán a aplicar las disposiciones seis meses más tarde.

La entrada en vigor en 2027 de la Directiva de Informes de Sostenibilidad Corporativa (CSRD) también busca poner freno a las empresas que usan el greenwashing para seducir a sus clientes. Se trata de una normativa que exige a las empresas comunicar de forma rigurosa y completa su impacto en materia de sostenibilidad, con el objetivo de situar esta información al mismo nivel que la financiera.

## Algunas prácticas habituales de ecoblanqueo

- ▶ Utilización de terminología sin un significado claro, por ejemplo, "ecoamigable"
- ▶ Lanzamiento de productos "verdes" mientras se mantienen procesos de producción nocivos
- ▶ Uso de imágenes relacionadas con la naturaleza
- ▶ Afirmar que un producto es "neutro en emisiones" basándose en la compra de créditos de carbono sin reducir realmente su impacto
- ▶ Afirmar que un producto es orgánico o reciclado cuando solo una parte del mismo lo es
- ▶ Uso de sellos verdes creados por la propia empresa, sin aval verdadero

## ¿CÓMO PODEMOS CONSUMIR DE FORMA MÁS RESPONSABLE?

*Como personas consumidoras, no siempre es fácil detectar las prácticas de greenwashing, pero existen recomendaciones que podemos seguir para que nuestras compras reflejen un compromiso con la sostenibilidad:*

- 🌿 *Buscar certificaciones reconocidas como FSC, Fair Trade, EU Ecolabel o Ecocert*
- 🌿 *Apostar por productos duraderos y rechazar los de un solo uso*
- 🌿 *Comprar productos locales o de comercio justo que reduzcan la huella de carbono y promuevan la economía cercana*
- 🌿 *Reducir el desperdicio comprando solo lo necesario y reutilizando siempre que sea posible*



# Vacaciones como en casa

Alquilar un apartamento es una opción idónea para disfrutar de las vacaciones, pero es fundamental hacerlo con cabeza

Cada vez son más las personas viajeras que optan por alojarse en viviendas vacacionales en sus viajes, ya que suponen una alternativa ampliamente adaptable a las necesidades de cada uno. Debido a esto, ha habido en los últimos años un gran incremento en la oferta de viviendas de uso turístico, pero no es oro todo lo que reluce.

Al alquilar un apartamento turístico, conviene seguir una serie de precauciones para evitar disgustos o, directamente, estafas. Antes de concretar nada, verifica que la oferta incluya información clara y detallada: ubicación real, fotos recientes y concordantes con la descripción, características del alojamiento, servicios incluidos y licencia o registro como vivienda turística en la comunidad autónoma cuando aplique.

Desconfía de las promesas de "gangas": precios muy bajos en comparación con la media de la zona o descuentos

extraordinarios. Estas ofertas, sobre todo si combinan con imágenes muy atractivas, son una de las señales más comunes de alerta.

Realiza la reserva y el pago siempre a través de plataformas seguras y, si es un particular, prioriza métodos que dejen rastro (pago con tarjeta, transferencia bancaria con comprobante, contrato por escrito). Evita transferencias por vía privada o medios fuera de la plataforma: muchas estafas se concretan cuando se exige pago por adelantado, a veces con presión de tiempo.

También conviene revisar opiniones y reseñas de huéspedes anteriores: si el anuncio carece de valoraciones o estas parecen poco fiables, desconfía. Si puedes, contacta con el anfitrión, pide teléfono de contacto y asegúrate de que responde con claridad. Si algo falla en este punto, considera descartar la reserva.

Un buen alquiler vacacional combina transparencia, información veraz y contratos claros. Con un poco de prudencia y sentido común, puedes minimizar riesgos y disfrutar tus vacaciones con tranquilidad.



## INTERCAMBIO DE CASA

Otra solución para disfrutar de un apartamento durante nuestras vacaciones es el intercambio de casas entre particulares, una opción en auge que se ha transformado en una de las formas más económicas de viajar sin renunciar a la comodidad de un hogar.

Existe la posibilidad de realizar un intercambio recíproco, esto es, dos propietarios acuerdan intercambiar sus viviendas simultáneamente o en distintas fechas. O se puede optar por un intercambio de hospitalidad, con el cual, en lugar de intercambiar casas, se ofrece la oportunidad de alojarse en una habitación dentro del hogar del anfitrión mientras los propietarios de la otra casa hacen lo mismo en otra ocasión.

Este tipo de estancias suelen organizarse a través de redes sociales o contactos personales, pero resulta arriesgado, pues no se tienen garantías de ningún tipo ni oportunidad de reclamar ante cualquier imprevisto. Por eso, cada vez más viajeros optan por utilizar plataformas que ofrecen sistemas de verificación de identidad, valoraciones de otros usuarios o posibilidad de contratar un seguro, entre otros servicios.



En cualquier caso, es imprescindible establecer claramente las normas y condiciones del intercambio antes de confirmarlo. Éstas pueden incluir cuestiones como las tareas básicas que debe realizar cada parte durante la estancia (como sacar la basura o regar las plantas), el uso permitido de determinadas zonas o electrodomésticos, la política sobre mascotas o si está permitido recibir visitas durante la estancia. También conviene acordar aspectos prácticos como la entrega de llaves, la limpieza al final de la estancia o el nivel de consumos incluidos. Cuantas más reglas queden por escrito, más sencillo será que el intercambio se desarrolle con confianza y sin imprevistos.

Si cedemos nuestra vivienda, podemos tomar medidas de seguridad tales como verificar al huésped, documentar el estado de la casa, proteger los objetos de valor, informar a los vecinos o revisar nuestro seguro del hogar para asegurarnos de que cubra posibles daños. En caso de ser nosotros el huésped, es importante consultar opiniones, respetar las normas acordadas y comunicar cualquier incidencia.

### Más inspectores para el control del alquiler turístico

El Departamento de Turismo, Comercio y Consumo del Gobierno Vasco suma ocho nuevos inspectores para intensificar la vigilancia sobre las viviendas de uso turístico y las plataformas digitales que las comercializan. El refuerzo forma parte del presupuesto de 2026 y responde a la necesidad de aplicar con mayores garantías las nuevas herramientas y normativas, como el Reglamento europeo de alquileres de corta duración y la ventanilla única digital del Gobierno de España.

Con estas incorporaciones, el Ejecutivo vasco busca mejorar la supervisión del sector, asegurar el cumplimiento de la regulación y avanzar hacia un modelo turístico más ordenado y sostenible.





Ana María Sánchez Herráez, directora de Kontsumobide

## "Kontsumobide debe percibirse como un aliado esencial de las personas consumidoras"

**Asumir la dirección de Kontsumobide implica un gran reto. ¿Qué te motiva a liderar esta nueva etapa y cómo afrontas esa responsabilidad?**

Es un reto apasionante y extraordinariamente ilusionante. Estoy en el sitio donde más puedo influir y defender los derechos de las personas más vulnerables en materia de consumo. Voy a poner todo de mi parte para proteger a las personas consumidoras, coordinando, informando e implantando medidas desde la dirección de Kontsumobide. Y todo desde el diálogo con los agentes que intervienen en el consumo.

**¿Cuáles son las principales líneas estratégicas que te has marcado para los próximos años? ¿Hay algún ámbito en el que quieras poner un foco especial?**

La principal línea que me he marcado para Kontsumobide es poder llegar a todos los colectivos de personas, indistintamente de dónde se encuentren, de su condición social y/o económica, o de su grado de discapacidad. Tenemos que ser capaces de ser referentes en protección de consumo, de que las personas consumidoras estén informadas y de resolver sus conflictos además de una manera ágil, eficaz e integral, incrementado la adherencia de empresas a arbitraje y a los códigos de buenas prácticas. Y todo desde el diálogo con todas las partes implicadas.

**¿Cuáles consideras que son hoy los retos más urgentes en materia de consumo en Euskadi?**

Cada vez las personas consumidoras nos conocen más y acuden a nuestras oficinas, pero la globalización y las compras online obstaculizan identificar a las empresas o ponerse en contacto con ellas y dificulta el ejercicio de sus derechos. Son fundamentales la información y la formación en un consumo responsable. Tenemos que dar cumplimiento al Estatuto de las personas consumidoras.

Si consigo que, en el tiempo que esté al cargo, que las personas consumidoras sean más conscientes de sus derechos y de que tienen en la Administración un aliado en la defensa de sus intereses, será muy satisfactorio mi paso por esta apasionante tarea.

**Desde tu experiencia en el ámbito jurídico y la protección de datos, ¿cómo puede Kontsumobide ayudar a que la ciudadanía sea más consciente y responsable en el entorno digital?**

Tenemos instrumentos para ayudar a las personas a ser más conscientes y responsables a través de los diferentes canales, y fortaleceremos colaboraciones mediante campañas en radio y televisión, información a través de la página web, colaboraciones con asociaciones y organizaciones de consumidores, y formación. Sensibilizaremos sobre la importancia de un consumo responsable y sostenible, ahora con más fuerza en las compras online. Vigilar el mercado, y en particular el digital, para garantizar el respeto a los derechos de las personas consumidoras es una tarea formidablemente grande y sin fin.

En el entorno digital debemos conseguir que las personas consumidoras ejerzan sus derechos frente a prácticas abusivas. El uso de la Junta Arbitral de Consumo de Euskadi es un método alternativo y eficaz de resolver conflictos voluntaria, imparcial y equitativamente que debemos generalizar. Es fundamental que se utilicen todos los recursos que ofrecemos y que aborden el consumo desde la responsabilidad.

**¿Qué mensaje te gustaría trasladar a las personas consumidoras vascas al inicio de esta nueva etapa?**

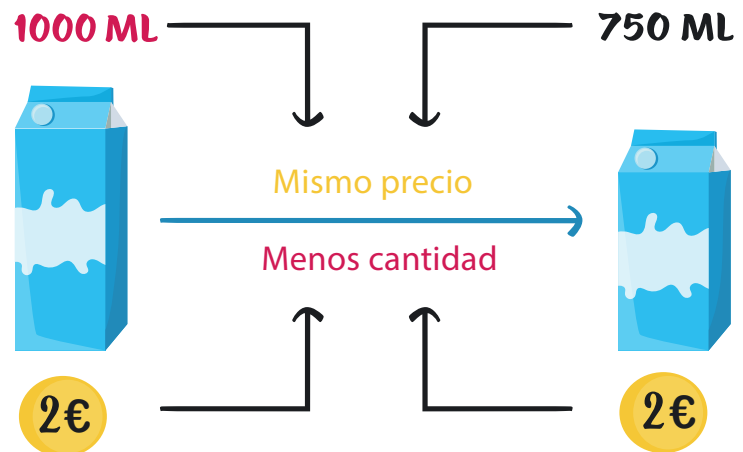
"Defiende tus derechos. Apóyate en Kontsumobide". Conseguir empoderar individual y colectivamente, incrementar la justicia social y conseguir la sostenibilidad son el centro de mi mensaje. El consumo es parte de la rueda social, no es solo un acto individual, sino una herramienta de poder colectivo en la medida que se ejercen los derechos.

Nuestro compromiso es fomentar un consumo consciente y sostenible, que priorice el bienestar de nuestra comunidad y el respeto por el medio ambiente sobre la obsolescencia programada y el beneficio rápido. Dialogaremos con el comercio y las empresas para buscar el encuentro de intereses. Puestos a priorizar debemos apostar por la economía local, el kilómetro cero también en lo digital, la reparación-reciclaje y todo para un futuro más verde y justo socialmente.

La transición digital y los nuevos modelos de consumo no pueden dejar a nadie atrás. Pondremos énfasis en proteger a los colectivos más vulnerables, combatiendo la brecha digital y asegurando que todas las personas, independientemente de su renta, lugar de residencia o discapacidad, puedan ejercer sus derechos plenamente. Kontsumobide debe percibirse como un aliado esencial de las personas consumidoras.

# Inflación oculta en el día a día

La inflación sigue dejando su huella en el día a día de miles de hogares. Aunque las cifras varían según el mes, lo cierto es que el encarecimiento de la cesta de la compra continúa siendo una de las mayores preocupaciones para las personas consumidoras en 2026.



Los precios suben, los formatos cambian y algunos productos parecen los de siempre... pero no lo son. En los últimos años, además de la subida general de precios, han aparecido formas más sutiles de encarecimiento que no siempre detectamos a simple vista. Cambios en recetas, envases que parecen iguales pero contienen menos cantidad o incrementos de precio sin aviso previo son algunas de las prácticas que hoy impactan en nuestra economía doméstica. En este contexto, mantener una mirada crítica es clave para no pagar más de lo necesario. La información y la comparación siguen siendo nuestras mejores aliadas. Identificar estas prácticas es el primer paso para tomar decisiones informadas y proteger nuestros derechos como personas consumidoras.

## Subida de precios e inflación

### ¿Sabes qué significa y cómo afecta a tu economía?

- 1 La inflación se produce cuando los precios de los productos y de los servicios suben durante un periodo de tiempo.
- 2 Cuando hay inflación, disminuye tu poder adquisitivo: el dinero que tienes pierde valor.
- 3 Porque con la misma cantidad, vas a poder comprar menos productos que antes.
- 4 La inflación se mide a través del Índice de Precios de Consumo (IPC), un sistema que permite conocer la evolución de los precios a lo largo del tiempo.



A esta subida generalizada se suman nuevas formas de encarecimiento que pasan más desapercibidas, pero impactan directamente en nuestro bolsillo. **Éstas son las nuevas formas de inflación que debes conocer.**

### Reduflación: menos cantidad, mismo precio

---

La reduflación es una de las prácticas más habituales en los últimos años y consiste en reducir la cantidad de un producto manteniendo exactamente el mismo precio. Es decir, pagas lo mismo por menos. Puede presentarse de muchas formas: una tableta de chocolate con menos gramos, un bote de detergente más estrecho o un brick de zumo que ha perdido mililitros respecto a su versión anterior. A simple

vista el envase puede parecer idéntico, pero cuando revisas el peso neto descubres que el contenido ha disminuido. Es una estrategia muy utilizada para compensar el aumento de los costes de producción sin subir directamente el precio.

### Según la Organización de Consumidores y Usuarios (OCU), más del 40 % de las marcas ha reducido la cantidad de sus productos sin bajar el precio.

Aunque la reduflación no es ilegal, sí exige transparencia: la información sobre cantidad, peso o unidades debe aparecer de forma clara en el envase. Por eso es fundamental fijarse en el

precio por unidad de medida (€/kg, €/l...), que permite comparar productos de tamaños distintos, y revisar periódicamente el peso o número de unidades de aquellos artículos que compramos de forma habitual. Además, la reduflación no se limita solo a los productos del supermercado: también puede darse en servicios y seguros, donde se mantienen las cuotas pero se reducen coberturas o prestaciones.

### Cheapflación: misma apariencia, menor calidad

---

A veces un producto parece el mismo de siempre: mismo envase, mismo precio, pero al consumirlo notas una calidad diferente. El sabor, la textura o la eficacia han cambiado porque la empresa ha sustituido

### ¿Que dice la ley sobre esto?

**La ley estatal garantiza que todos los productos lleven información clara y veraz sobre sus características y precios.** En particular, el Real Decreto 3423/2000 obliga a indicar en cada artículo el precio de venta total (con impuestos) y el precio por unidad de medida (€/kg, €/l, etc.) Esto te permite comparar fácilmente productos de distinto tamaño.

Además, la Ley General de Consumo exige que la información en el etiquetado sea suficiente y no engañosa. Si encuentras que un producto ha cambiado ocultamente (menos cantidad o peor calidad sin aviso), puedes reclamar ante las autoridades de consumo o asociaciones.





ingredientes de mayor valor por otros más económicos. A este fenómeno se le conoce como cheapflación. No se reduce la cantidad, como ocurre con la reduflación, sino que se abarata la receta.

La sustitución de componentes clave, el uso de aromas artificiales o la reducción de materias primas de calidad son señales habituales. En un contexto de costes crecientes, algunas marcas optan por estos cambios para mantener márgenes sin subir el precio.

### Barataflación: cuando lo más básico sube de precio

La barataflación es el fenómeno reciente que se produce cuando los productos más económicos, aquellos que forman parte de la compra básica del día a día, empiezan a encarecerse de manera más rápida que otros. No cambian ni el envase ni el tamaño, pero su precio sube

sin una razón evidente. Este fenómeno afecta especialmente a quienes dependen de estos artículos esenciales, ya que cualquier incremento modifica directamente el presupuesto familiar.

A primera vista el producto parece el mismo. Sin embargo, el aumento del precio suele ir acompañado de pequeñas variaciones en la calidad o en la composición que pasan desapercibidas.

### Decisiones conscientes

La mejor herramienta sigue siendo la información: comparar, leer las etiquetas y observar los pequeños detalles nos permite detectar variaciones y tomar decisiones más conscientes. Informarte también es proteger tu bolsillo: cuanto más conozcas cómo funcionan estas nuevas formas de inflación, más capacidad tendrás para elegir, reclamar y defender tus derechos como persona consumidora.

## CONSEJOS PRÁCTICOS PARA EL DÍA A DÍA:

**Revisa siempre el precio por unidad** (€/kg, €/l, €/docena) que aparece en el lineal del supermercado. Si compras regularmente algo y ves que ahora pesa menos o trae menos piezas al mismo precio, probablemente haya sufrido reduflación.

**Compara ingredientes y etiquetado.** Si un producto parece igual pero cambió de receta (por ejemplo, menos cacao o más rellenos), está bajo cheapflación

**Las reducciones de cantidad deben constar** en la etiqueta, fijate en la letra pequeña.

**Evita consumir siempre una misma marca.** Es recomendable diversificar las marcas que consumimos y analizar posibles modificaciones en el peso o tamaño de los productos. Fijate si el tamaño o el peso del producto han variado y busca qué explica la empresa al respecto. ¿Te convence su justificación?

# CANAL DE TELEGRAM PARA EMPRESAS

Es un canal creado por Kontsumobide, dirigido a formar a comercios y empresas de hostelería



## ¿Cómo nace la idea?

Las empresas contactan con Kontsumobide cuando tienen dudas en materia de consumo, pero la disponibilidad de las personas interesadas en formarse es bastante limitada en fechas y horarios. Es por eso que Kontsumobide da un paso más en su acercamiento a las empresas, poniendo a su disposición un **canal de Telegram**.

La opción de tener un canal donde tener la documentación disponible en todo momento facilita y anima a más personas a formarse. Además, la posibilidad de acceder a la información a través del móvil es mucho más cómoda que depender de otros dispositivos.



Los canales de Telegram cada vez son más utilizados como medio de comunicación, incluso por parte de las administraciones.

## Características del canal

Se trata de un canal privado, y el acceso al canal por parte de las personas interesadas se realiza mediante un QR, donde un "BOT" recoge datos de la empresa que pide el acceso (nombre y código postal) y da acceso directo al canal.

El canal no permite la interacción, por lo que Kontsumobide es la única figura que puede dotar de contenido al mismo.

## ¿Cómo es la formación que ofrecemos?

Es una formación dividida en **10 módulos**, con una duración aproximada total de 2 horas.

Se publica un módulo por semana, con un tiempo estimado de lectura y propuesta de actividades de 15 minutos por módulo.



## TEMÁTICAS QUE SE TRABAJAN

1. Kontsumobide
2. Kontsumobide y la empresa
3. Obligaciones de la empresa
4. Control de mercado e inspección
5. Seguridad del producto y comunicación de riesgos
6. Vías de resolución de conflictos
7. Ventas a distancia o fuera del establecimiento

### Cada módulo consta de

**Imagen estanca:** con la información más relevante de ese apartado

**Amplía la información:** Videos, enlaces a la Web... donde poder conocer más en profundidad cada apartado.

**Te proponemos:** Actividad en la que poner en práctica conceptos de utilidad en la actividad comercial.

## CENTROS DE FORMACIÓN DE KONTSUMOBIDE



### VITORIA-GASTEIZ

Adriano VI, 20-1°  
945 01 66 00

formacion-araba@kontsumobide.eus



### BILBAO

Nicolas Alcorta, 2-1°  
944 03 22 20

formacion-bizkaia@kontsumobide.eus



### SAN SEBASTIÁN

P. Zarategi, 82-84 bis  
943 02 25 90

formacion-gipuzkoa@kontsumobide.eus

# ¿Ya tienes seguro para tu patinete eléctrico?

A partir de 2026, los patinetes eléctricos deberán tener seguro, certificado y registro en la DGT

Si no cumples, podrías enfrentarte a multas importantes

Cada vez más personas se mueven por la ciudad en patinete eléctrico: es cómodo, económico y sostenible. Pero a partir del 2 de enero de 2026 entra en vigor una nueva normativa estatal que cambiará la forma de usar y comprar estos vehículos. Si tienes uno o estás pensando en adquirirlo, conviene conocer las nuevas obligaciones para evitar sanciones.

Circular sin cumplir estas normas puede salir caro: las multas pueden llegar a los 1.000 euros si no se dispone de seguro o si el vehículo no tiene el certificado correspondiente. Tampoco se podrá circular por aceras, llevar auriculares ni transportar a otra persona. La normativa incorpora cambios importantes para quienes usan patinete eléctrico.

A partir del próximo año será imprescindible:



*Una normativa que pretende mejorar la organización del tráfico en las ciudades y tu seguridad*

Desde 2026 habrá que asumir nuevos costes y gestiones, como el seguro anual (entre 20 y 100 €) o el registro en la DGT, pero la medida busca mejorar la seguridad y la convivencia, permitiendo identificar cada vehículo y proteger a las posibles víctimas de accidentes.



*Infórmate y circula con seguridad, conocer la norma es protegerte*



- ▶ **Tener un seguro obligatorio** que cubra daños personales y materiales a terceros.
- ▶ **Registrar el vehículo en la DGT:** será obligatorio inscribir el patinete en la base de datos oficial antes de circular, como paso previo para obtener el certificado y la cobertura del seguro.
- ▶ **Etiqueta o matrícula identificativa:** cada patinete deberá llevar visible su número de registro para poder garantizar la cobertura en caso de daños materiales o personales.
- ▶ **Circular solo con modelos homologados** que cumplan los requisitos técnicos y de seguridad establecidos.
- ▶ **Cumplir con los requisitos técnicos:** velocidad entre 6 y 25 km/h, peso limitado y sistemas adecuados de freno, luz y señalización.

# Dónde reclamar si tengo un problema de consumo

| Si mi problema es...  | Primero reclamo aquí  | Si no se resuelve   |
|---|---|---|
|  <b>Consumo general</b>                        | Kontsumobide (presencial u online)  | Mediación o denuncia en Kontsumobide                                    |
|  <b>Suministros</b> (luz, agua, gas)           | La empresa suministradora   | Reclamación a Kontsumobide  |
|  <b>Vivienda</b> (obras, contratos, cláusulas) | Kontsumobide (presencial u online)  | Mediación o denuncia  |
|  <b>Banca y seguros</b>                        | Banco o aseguradora   | Reclamación a Kontsumobide  |
|  <b>Telefonía e Internet</b>                 | Operador de telefonía o internet  | Reclamación a Kontsumobide  |
|  <b>Compras</b> (tienda física u online)     | La tienda o marketplace   | Hoja de reclamaciones Kontsumobide                                      |
|  <b>Servicios digitales</b>                  | La plataforma   | Reclamación a Kontsumobide  |
|  <b>Ocio, formación y otros servicios</b>    | La empresa que presta el servicio   | Reclamación a Kontsumobide  |
|  <b>Transporte y turismo</b>                 | Primero a la empresa de transportes.<br><br>En caso de aviones, primero a la aerolínea. | Junta Arbitral de Transporte.<br><br>Y en el caso de los aviones, AESA. |

# CUANDO COMPRES

# NO TE VENDAS

- ✓ SOLICITA, REvisa Y TEN A MANO EL TICKET DE COMPRA
- ✓ EVITA LAS COMPRAS IMPULSIVAS PLANIFICÁNDOLAS DE ANTEMANO
- ✓ APROVECHA LOS DESCUENTOS DE FORMA RACIONAL
- ✓ PIENSA EN EL IMPACTO MEDIOAMBIENTAL DE TU COMPRA

Infórmate de tus derechos  
como persona consumidora  
**KONTSUMOBIDE.EUS**

 **kontsumoBIDE**  
KONTSUMOKO EUSKAL INSTITUTUA  
INSTITUTO VASCO DE CONSUMO