



POLÍTICA DE COOKIES

INFORMACIÓN SOBRE COOKIES

Debido a la entrada en vigor de la referente modificación de la «Ley de Servicios de la Sociedad de la Información» (LSSICE) establecida por el Real Decreto 13/2012, es de obligación obtener el consentimiento expreso del usuario de todas las páginas web que usan *cookies* prescindibles, antes de que este navegue por ellas.

¿QUÉ SON LAS COOKIES?

Las *cookies* y otras tecnologías similares tales como local shared objects, flash *cookies* o píxeles, son herramientas empleadas por los servidores Web para almacenar y recuperar información acerca de sus visitantes, así como para ofrecer un correcto funcionamiento del sitio.

Mediante el uso de estos dispositivos se permite al servidor Web recordar algunos datos concernientes al usuario, como sus preferencias para la visualización de las páginas de ese servidor, nombre y contraseña, productos que más le interesan, etc.

COOKIES AFECTADAS POR LA NORMATIVA Y COOKIES EXCEPTUADAS

Según la directiva de la UE, las *cookies* que requieren el consentimiento informado por parte del usuario son las *cookies* de analítica y las de publicidad y afiliación, quedando exceptuadas las de carácter técnico y las necesarias para el funcionamiento del sitio web o la prestación de servicios expresamente solicitados por el usuario.

TIPOS DE COOKIES

SEGÚN LA FINALIDAD

- **Cookies técnicas y funcionales:** son aquellas que permiten al usuario la navegación a través de una página web, plataforma o aplicación y la utilización de las diferentes opciones o servicios que en ella existan.
- **Cookies analíticas:** son aquellas que permiten al responsable de las mismas el seguimiento y análisis del comportamiento de los usuarios de los sitios web a los que están vinculadas. La información recogida mediante este tipo de *cookies* se utiliza en la medición de la actividad de los sitios web, aplicación o plataforma y para la elaboración de perfiles de navegación de los usuarios de dichos sitios, aplicaciones y plataformas, con el fin de introducir mejoras en función del análisis de los datos de uso que hacen los usuarios del servicio.
- **Cookies publicitarias:** son aquellas que permiten la gestión, de la forma más eficaz posible, de los espacios publicitarios que, en su caso, el editor haya incluido en una página web, aplicación o plataforma desde la que presta el servicio solicitado en base a criterios como el contenido editado o la frecuencia en la que se muestran los anuncios.
- **Cookies de publicidad comportamental:** recogen información sobre las preferencias y elecciones personales del usuario (*retargeting*) para permitir la gestión, de la forma más eficaz posible, de los espacios publicitarios que, en su caso, el editor haya incluido en una página web, aplicación o plataforma desde la que presta el servicio solicitado.
- **Cookies sociales:** son establecidas por las plataformas de redes sociales en los servicios para permitirle compartir contenido con sus amigos y redes. Las plataformas de medios sociales tienen la capacidad de rastrear su actividad en línea fuera de los Servicios. Esto puede afectar al contenido y los mensajes que ve en otros servicios que visita.

- **Cookies de afiliados:** permiten hacer un seguimiento de las visitas procedentes de otras webs, con las que el sitio web establece un contrato de afiliación (empresas de afiliación).

- **Cookies de seguridad:** almacenan información cifrada para evitar que los datos guardados en ellas sean vulnerables a ataques maliciosos de terceros.

SEGÚN LA PROPIEDAD

- **Cookies propias:** son aquellas que se envían al equipo terminal del usuario desde un equipo o dominio gestionado por el propio editor y desde el que se presta el servicio solicitado por el usuario.

- **Cookies de terceros:** son aquellas que se envían al equipo terminal del usuario desde un equipo o dominio que no es gestionado por el editor, sino por otra entidad que trata los datos obtenidos través de las cookies.

SEGÚN EL PLAZO DE CONSERVACIÓN

- **Cookies de sesión:** son un tipo de *cookies* diseñadas para recabar y almacenar datos mientras el usuario accede a una página web.

- **Cookies persistentes:** son un tipo de cookies en el que los datos siguen almacenados en el terminal y pueden ser accedidos y tratados durante un período definido por el responsable de la *cookie*, y que puede ir de unos minutos a varios años.

TRATAMIENTO DE DATOS PERSONALES

ESTO ES NUTRICIÓN es el **Responsable del tratamiento** de los datos personales del **Interesado** y le informa de que estos datos serán tratados de conformidad con lo dispuesto en el Reglamento (UE) 2016/679, de 27 de abril de 2016 (GDPR), por lo que se le facilita la siguiente información del tratamiento:

Fines del tratamiento: según se especifica en el apartado de *cookies* que se utilizan en este sitio web.

Legitimación del tratamiento: por consentimiento del interesado (art. 6.1 GDPR).

Criterios de conservación de los datos: según se especifica en el apartado de *cookies* utilizadas en la web.

Comunicación de los datos: no se comunicarán los datos a terceros, excepto en cookies propiedad de terceros o por obligación legal.

Derechos que asisten al Interesado:

- Derecho a retirar el consentimiento en cualquier momento.
- Derecho de acceso, rectificación, portabilidad y supresión de sus datos, y de limitación u oposición a su tratamiento.
- Derecho a presentar una reclamación ante la Autoridad de control (www.aepd.es) si considera que el tratamiento no se ajusta a la normativa vigente.

Datos de contacto para ejercer sus derechos: estoesnutricion@gmail.com

COOKIES UTILIZADAS EN ESTE SITIO WEB

COOKIES CONTROLADAS POR EL EDITOR

Técnicas y funcionales

Propiedad	Cookie	Finalidad	Plazo
estoesnutricion.com	cookielawinfo-checkbox-necessary	Cookie necesaria para la utilización de las opciones y servicios del sitio web	Sesión
estoesnutricion.com	pum-2451	Cookie necesaria para la utilización de las opciones y servicios del sitio web	Sesión
google.com	Secure-3PSIDC	Cookie necesaria para la utilización de las opciones y servicios del sitio web	en un año
google.com	CONSENT	Rastreador de consentimiento de cookies de Google	en 17 años
google.com	SEARCH_SAME SITE	SameSite evita que el navegador envíe esta cookie junto con las solicitudes entre sitios. El objetivo principal es mitigar el riesgo de fuga de información de origen cruzado. También proporciona cierta protección contra ataques de falsificación de solicitudes entre sitios.	en 6 meses
google.es	CONSENT	Rastreador de consentimiento de cookies de Google	en 17 años

Analíticas

Propiedad	Cookie	Finalidad	Plazo
estoesnutricion.com	_ga	ID utiliza para identificar a los usuarios	en 2 años
estoesnutricion.com	_gat	Se utiliza para monitorizar el número de peticiones al servidor de Google Analytics cuando se utiliza el Administrador de etiquetas Google	Sesión
estoesnutricion.com	_gid	ID utiliza para identificar a los usuarios durante 24 horas después de la última actividad	en 22 horas
google.com	Secure-3PAPISID	Estas cookies se utilizan para entregar anuncios más relevantes para usted y sus intereses.	en 2 años
google.com	Secure-3PSID	Estas cookies se utilizan para entregar anuncios más relevantes para usted y sus intereses.	en 2 años
google.es	Secure-3PAPISID	Estas cookies se utilizan para entregar anuncios más relevantes para usted y sus intereses.	en 2 años
google.es	Secure-3PSID	Estas cookies se utilizan para entregar anuncios más relevantes para usted y sus intereses.	en 2 años

Publicitarias

Propiedad	Cookie	Finalidad	Plazo
doubleclick.net	IDE	Esta cookie se utiliza para la orientación, el análisis y la optimización de las campañas publicitarias en DoubleClick / Google Marketing Suite	en 8 meses

google.com	1P_JAR	Estas cookies se establecen a través de vídeos de youtube incrustados. Registran los datos estadísticos anónimos sobre, por ejemplo, cuántas veces se reproduce el vídeo y las configuraciones que se utilizan para la reproducción.	en un mes
google.com	AID	Descargar ciertas herramientas de Google y guardar ciertas preferencias, por ejemplo, el número de resultados de la búsqueda por hoja o la activación del filtro SafeSearch. Ajusta los anuncios que aparecen en la búsqueda de Google.	en un año
google.com	ANID	Google utiliza estas cookies para hacer publicidad más atractiva para los usuarios y más valiosa para los editores y anunciantes	en un año
google.com	APISID	Descargar ciertas herramientas de Google y guardar ciertas preferencias, por ejemplo, el número de resultados de la búsqueda por hoja o la activación del filtro SafeSearch. Ajusta los anuncios que aparecen en la búsqueda de Google.	en 2 años
google.com	DV	Estas cookies se utilizan para recopilar estadísticas del sitio web y rastrear las tasas de conversión y la personalización de anuncios de Google	Sesión
google.com	HSID	Descargar ciertas herramientas de Google y guardar ciertas preferencias, por ejemplo, el número de resultados de la búsqueda por hoja o la activación del filtro SafeSearch. Ajusta los anuncios que aparecen en la búsqueda de Google.	en 2 años
google.com	NID	Estas cookies se utilizan para recopilar estadísticas del sitio web y rastrear las tasas de conversión y la personalización de anuncios de Google	en 7 meses
google.com	OTZ	Análisis agregado de los visitantes del sitio	en un mes
google.com	SAPISID	Descargar ciertas herramientas de Google y guardar ciertas preferencias, por ejemplo, el número de resultados de la búsqueda por hoja o la activación del filtro SafeSearch. Ajusta los anuncios que aparecen en la búsqueda de Google.	en 2 años
google.com	SID	Descargar ciertas herramientas de Google y guardar ciertas preferencias, por ejemplo, el número de resultados de la búsqueda por hoja o la activación del filtro SafeSearch. Ajusta los anuncios que aparecen en la búsqueda de Google.	en 2 años
google.com	SIDCC	Descargar ciertas herramientas de Google y guardar ciertas preferencias, por ejemplo, el número de resultados de la búsqueda por hoja o la activación del filtro SafeSearch. Ajusta los anuncios que aparecen en la búsqueda de Google.	en un año
google.com	SSID	Descarga ciertas herramientas de Google y guarda ciertas preferencias, por ejemplo, el número de resultados de búsqueda por página o la activación del filtro SafeSearch. Ajusta los anuncios que aparecen en la Búsqueda de Google.	en 2 años
google.es	APISID	Descargar ciertas herramientas de Google y guardar ciertas preferencias, por ejemplo, el número de resultados de la búsqueda por hoja o la activación del filtro SafeSearch. Ajusta los anuncios que aparecen en la búsqueda de Google.	en 2 años
google.es	HSID	Descargar ciertas herramientas de Google y guardar ciertas preferencias, por ejemplo, el número de resultados de la búsqueda por hoja o la activación del filtro SafeSearch. Ajusta los anuncios que aparecen en la búsqueda de Google.	en 2 años

google.es	NID	Estas cookies se utilizan para recopilar estadísticas del sitio web y rastrear las tasas de conversión y la personalización de anuncios de Google	en 7 meses
google.es	SAPISID	Descargar ciertas herramientas de Google y guardar ciertas preferencias, por ejemplo, el número de resultados de la búsqueda por hoja o la activación del filtro SafeSearch. Ajusta los anuncios que aparecen en la búsqueda de Google.	en 2 años
google.es	SID	Descargar ciertas herramientas de Google y guardar ciertas preferencias, por ejemplo, el número de resultados de la búsqueda por hoja o la activación del filtro SafeSearch. Ajusta los anuncios que aparecen en la búsqueda de Google.	en 2 años
google.es	SSID	Descarga ciertas herramientas de Google y guarda ciertas preferencias, por ejemplo, el número de resultados de búsqueda por página o la activación del filtro SafeSearch. Ajusta los anuncios que aparecen en la Búsqueda de Google.	en 2 años

COOKIES DE TERCEROS

Los servicios de terceros son ajenos al control del editor. Los proveedores pueden modificar en todo momento sus condiciones de servicio, finalidad y utilización de las cookies, etc.

Proveedores externos de este sitio web:

Editor	Política de privacidad
DoubleClick/Google Marketing	https://privacy.google.com/take-control.html
Google Analytics	https://privacy.google.com/take-control.html
Google	https://privacy.google.com/take-control.html
Google	https://safety.google/privacy/privacy-controls/

PANEL DE CONFIGURACIÓN DE COOKIES

Desde este panel podrá configurar las cookies que el sitio web puede instalar en su navegador, excepto las cookies técnicas o funcionales que son necesarias para la navegación y la utilización de las diferentes opciones o servicios que se ofrecen.

[Acceso al panel](#)

CÓMO GESTIONAR LAS COOKIES DESDE EL NAVEGADOR

Eliminar las cookies del dispositivo	Las cookies que ya están en un dispositivo se pueden eliminar borrando el historial del navegador, con lo que se suprimen las cookies de todos los sitios web visitados. Sin embargo, también se puede perder parte de la información guardada (por ejemplo, los datos de inicio de sesión o las preferencias de sitio web).
Gestionar las cookies específicas del sitio	Para tener un control más preciso de las cookies específicas de cada sitio, los usuarios pueden ajustar su configuración de privacidad y cookies en el navegador.

Bloquear las cookies	Aunque la mayoría de los navegadores modernos se pueden configurar para evitar que se instalen cookies en los dispositivos, eso puede obligar al ajuste manual de determinadas preferencias cada vez que se visite un sitio o página. Además, algunos servicios y características pueden no funcionar correctamente (por ejemplo, los inicios de sesión con perfil).
CÓMO ELIMINAR LAS COOKIES DE LOS NAVEGADORES MÁS COMUNES	
Chrome	http://support.google.com/chrome/answer/95647?hl=es
Internet Explorer. Versión 11	https://support.microsoft.com/es-es/help/278835/how-to-delete-cookie-files-in-internet-explorer
Firefox. Versión 65.0.1	https://www.mozilla.org/es-ES/privacy/websites/#cookies
Safari Versión 5.1	https://support.apple.com/es-es/guide/safari/sfri11471/mac
Opera	https://help.opera.com/en/latest/security-and-privacy/#clearBrowsingData