

## Aviso legal y política de privacidad de “Tengo apnea del sueño. ¿Y qué?”

En cumplimiento con el deber de información recogido en [artículo 10](#) de la [Ley 34/2002, de 11 de julio, de Servicios de la Sociedad de la Información y del Comercio Electrónico](#) a continuación se declara [www.tengoapneadelsueño.com] como un sitio web personal gestionado por [Antonino Asenjo] con DNI [03088390L] (en adelante, "el prestador") con domicilio en [C/ San Juan 2 – 19200 Azuqueca de Hres (Guadalajara)].

### Responsabilidad

Toda persona que acceda a este sitio web asume el papel de **usuario**, comprometiéndose a la observancia y cumplimiento riguroso de las disposiciones aquí dispuestas, así como a cualquier otra disposición legal que fuera de aplicación.

El prestador se exime de cualquier tipo de responsabilidad derivada de la información publicada en su sitio web y por la falta de disponibilidad (caídas) del sitio el cual efectuará además paradas periódicas por mantenimientos técnicos. Además, el prestador se reserva el derecho a modificar cualquier tipo de información que pudiera aparecer en el sitio web, sin que exista obligación de preavisar o poner en conocimiento de los usuarios dichas obligaciones, entendiéndose como suficiente con la publicación en el sitio web del prestador.

### Uso de Cookies

El sitio web del prestador puede utilizar cookies (pequeños archivos de texto que el servidor envía al ordenador de quien accede a la página). Se trata de una técnica usada de manera habitual en Internet para llevar a cabo determinadas funciones que son consideradas imprescindibles para el correcto funcionamiento y visualización del sitio. Las cookies utilizadas en el sitio web tienen, en todo caso, carácter temporal con la única finalidad de hacer más eficaz su transmisión ulterior y desaparecen al terminar la sesión del usuario. En ningún caso se utilizarán las cookies para recoger información de carácter personal.

Desde el sitio web del cliente es posible que se redirija a contenidos de terceros sitios web. Dado que el prestador no puede controlar siempre los contenidos introducidos por los terceros en sus sitios web, éste no asume ningún tipo de responsabilidad respecto a dichos contenidos. En todo caso, el prestador se compromete a la retirada inmediata de

cualquier contenido que pudiera contravenir la legislación nacional o internacional, la moral o el orden público, procediendo a la retirada inmediata de la redirección a dicho sitio web, poniendo en conocimiento de las autoridades competentes el contenido en cuestión.

## Protección de datos personales

El prestador cumple con la normativa española de protección de datos de carácter personal, y garantiza el cumplimiento íntegro de las obligaciones dispuestas la [Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal \(LOPD\)](#), el [Real Decreto 1720/2007, de 21 de diciembre, por el que se aprueba el Reglamento de desarrollo de la LOPD](#) y demás normativa vigente en cada momento, y vela por garantizar un correcto uso y tratamiento de los datos personales del usuario.

## Política anti-spam

El prestador se declara completamente en contra del envío de comunicaciones comerciales no solicitadas y a cualquier tipo de conducta o manifestación conocida como “spam”, asimismo se declara comprometido con la lucha contra este tipo de prácticas abusivas.

Por tanto, el prestador garantiza al usuario a que **bajo ningún concepto** los datos personales recogidos en el sitio web serán cedidos, compartidos, transferidos, ni vendidos a ningún tercero.

Por las mismas razones, el proceso de registro no debe ser utilizado para inscribir direcciones de correo de personas ajenas sin el consentimiento expreso de las personas afectadas. [nombre-sitio-web] implementa como contramedida a esta prácticas una lista de correo de tipo double opt-in que necesita la confirmación explícita por parte del titular de la cuenta de correo electrónico indicada como dirección de suscripción, antes de recibir comunicaciones por correo electrónico.

En el caso de que aun así un **usuario** reciba comunicaciones de este sitio web sin haberse registrado, o sin haber dado su consentimiento expreso a dicho registro, puede cancelar la suscripción desde los enlaces que se proporcionan en la propia comunicación.

Además, el usuario puede ponerse en contacto con nosotros a través del formulario de contacto que se mantiene en el sitio web, tanto para comunicar lo sucedido como para solicitar la eliminación inmediata de sus datos de nuestro sistema.

## Alojamiento de datos

[Este apartado es un simple ejemplo, hay que adaptarlos por completo]

Por razones técnicas y de calidad de servicio, el blog [www.tengoapneadelsueño.com] se encuentra alojado en los servidores de la empresa **1&1 Internet España S.L.U.**, ([política de privacidad](#)). Por las razones similares, la prestación del servicio de suscripción por correo electrónico y envío de newsletter se efectúa desde las instalaciones de la empresa **Mailrelay** ([política de privacidad](#)). Ambas empresas son de origen estadounidense con instalaciones que se ubican en este mismo país.

Tanto **1&1 Internet España S.L.U** como **Mailrelay** se encuentran adheridas a los principios de “Puerto Seguro” ([Safe Harbor](#)), de acuerdo con la **Decisión 2000/520/CE** de la Comisión de 26 de julio de 2000 lo que las [convierte entidades con un nivel adecuado de](#)

[protección](#) a efectos de la LOPD.

## Google Analytics

[Google Analytics](#) es un servicio análisis de datos estadísticas prestado por la empresa **Google** ([política de privacidad](#)). [nombre-sitio-web] utiliza este servicio para realizar un seguimiento de las estadísticas de uso del mismo.

Google Analytics utiliza cookies para ayudar al sitio web a analizar datos estadísticos sobre el uso del mismo (número de visitas totales, páginas más vistas, etc.). La información que genera la cookie (incluyendo su dirección IP) será directamente transmitida y archivada por Google en los servidores de Estados Unidos.

Google usará esta información por cuenta nuestra con el propósito de generar información estadísticas sobre el uso de [nombre-sitio-web], Google no asociará su dirección IP con ningún otro dato del que disponga Google. Google podrá transmitir dicha información a terceros cuando así se lo requiera la legislación, o cuando dichos terceros procesen la información por cuenta de Google.

Puede Usted rechazar el tratamiento de los datos o la información rechazando el uso de cookies mediante la selección de la configuración apropiada de su navegador, sin embargo, de hacerlo, limitará la plena funcionalidad de [nombre-sitio-web]. Al utilizar este sitio web, da su consentimiento al tratamiento de información por Google en la forma y para los fines arriba indicados.

## Google AdSense

Google, como proveedor asociado de [nombre-sitio-web], utiliza cookies para publicar anuncios en este sitio web. El usuario puede inhabilitar el uso de estas cookies siguiendo las instrucciones que se indican en [sección de publicidad de la política de privacidad de Google](#).

Google utiliza empresas publicitarias asociadas para publicar anuncios cuando visita nuestro sitio web. Es posible que estas empresas usen la información que obtienen de sus visitas a este y otros sitios web (sin incluir su nombre, dirección, dirección de correo electrónico o número de teléfono) para ofrecerle anuncios sobre productos y servicios que le resulten de interés. Si desea obtener más información sobre esta práctica y conocer sus opciones para impedir que estas empresas usen esta información, consulte por favor el enlace anterior.

## Feedburner

[www.tengoapneadesueño.com utilizar **FeedBurner** como gestor de suscripciones al feed, bajo la [política de privacidad](#) de Google antes mencionada. Ciudadano utiliza FeedBurner para servir al usuario los archivos XML que corresponden al contenido del feed y visualizar, en su caso, anuncios AdSense en ellos. Feedburner hace un tratamiento de direcciones IP durante este proceso similar al anteriormente descrito para el caso de Google Analytics y AdSense cuyos detalles se pueden consultar en la [política de privacidad](#) antes mencionada.

## Consentimiento al tratamiento de los datos personales del usuario

En el marco de sus actividades, [nombre-sitio-web] dispone de la posibilidad de registro de usuarios para el envío de comunicaciones por correo electrónico, efectuar comentarios en el blog y enviar mensajes a través del formulario de contacto.

El usuario mediante los actos de suscripción al blog, la realización comentarios o el formulario de contacto estará dando su consentimiento expreso al tratamiento de los personales proporcionados según lo dispuesto en el [artículo 6](#) de la LOPD. El usuario podrá ejercer sus **derechos** en los términos dispuestos por el [artículo 5](#) de la LOPD.

Estos mismos actos implican asimismo el consentimiento expreso del usuario a la transferencia internacional de datos que se produce en términos de la LOPD debido a la ubicación física de las instalaciones de los proveedores arriba mencionados.

Los datos de carácter personal solicitados en estas actividades, quedarán incorporados a un fichero cuya finalidad es la comunicación de novedades relativas al sitio web de [nombre-sitio-web] actuando como **responsable del fichero** el **prestador**. Los campos marcados con asterisco son de cumplimentación obligatoria, siendo imposible realizar la finalidad expresada si no se aportan estos datos. Queda igualmente informado de la posibilidad de ejercitar los derechos que se indican en el apartado relativo a los Derechos del usuario.

## Derechos del usuario

De conformidad con lo establecido en el [artículo 5](#) de la LOPD, se informa al usuario que la **finalidad exclusiva** de la base de datos de registro es el envío de información sobre novedades relacionadas con el sitio web [nombre-sitio-web]. Únicamente los titulares tendrán acceso a sus datos, y bajo ningún concepto, estos datos serán cedidos, compartidos, transferidos, ni vendidos a ningún tercero.

De acuerdo con lo dispuesto en la LOPD, el **usuario** en cualquier momento podrá ejercitar sus **derechos de acceso, rectificación, cancelación, y oposición** ante el **prestador**.

Para facilitar el ejercicio de estos derechos se facilita en todas las comunicaciones un **enlace de solicitud de baja** que redundará en la **eliminación inmediata** de los datos personales del usuario de nuestra base de datos.

## Enlaces de afiliación

[nombre-sitio-web] utiliza ocasionalmente enlaces de afiliación de productos y servicios de marcas que hayan establecido un programa de afiliados. Estos enlaces se usan exclusivamente después de hacer uso dichos productos y servicios, o bien, haber realizado pruebas que permitan valorar que cumplen con un adecuado nivel de calidad.

El prestador se compromete a no incluir enlaces afiliados arbitrarios a productos que no cumplan con las condiciones antes descritas entendiéndose además que este tipo de prácticas resultarían muy contraproducentes para la reputación del propio sitio web que los promociona.

## Propiedad Intelectual y uso de los

# contenidos

El sitio web [www.tengoapneadelsueño.com], incluyendo a título enunciativo pero no limitativo su programación, edición, compilación y demás elementos necesarios para su funcionamiento, los diseños, logotipos, texto y/o gráficos son propiedad del prestador o en su caso dispone de licencia o autorización expresa por parte de los autores.

[www.tengoapneadelsueño.com] otorga al usuario una licencia **Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0** cuyos términos exactos [se pueden consultar en este enlace](#).

Cualquier uso no autorizado previamente por parte del prestador será considerado un incumplimiento grave de los derechos de propiedad intelectual o industrial del autor.

Los diseños, logotipos, texto y/o gráficos ajenos al prestador y que pudieran aparecer en el sitio web, pertenecen a sus respectivos propietarios, siendo ellos mismos responsables de cualquier posible controversia que pudiera suscitarse respecto a los mismos. En todo caso, el prestador cuenta con la autorización expresa y previa por parte de los mismos.

Para realizar cualquier tipo de observación respecto a posibles incumplimientos de los derechos de propiedad intelectual o industrial, así como sobre cualquiera de los contenidos del sitio web, puede hacerlo a través del formulario de contacto que se mantiene en el sitio web.

## Ley Aplicable y Jurisdicción

Para la resolución de todas las controversias o cuestiones relacionadas con el presente sitio web o de las actividades en él desarrolladas, será de aplicación la legislación española, a la que se someten expresamente las partes.