

Revista del **Consumidor**

PARA UNA VERDADERA NOCHE BUENA

Consume **Con** responsabilidad

Cuida tu economía
Finanzas
personales

Comercio electrónico
Gastos
hormiga digitales

Qué hacer si...
La agencia
de viajes
incumple

Tendencias
Artesanías
y adornos
navideños

Estudio de calidad
Gelatinas

Radiografía
Gadgets
para niños



DICIEMBRE DE 2018
NÚM. 502
\$28 / ISSN 0185-8874

**COMPARAR ANTES DE COMPRAR
ES TU DERECHO Y LA PROFECO TE
PROPORCIONA LA HERRAMIENTA**



bit.ly/ProfecoQQP

EDITORIAL

El que tienes en tus manos es el número 502 con el que la Revista del Consumidor cierra este 2018.

Diciembre, al que pertenece esta edición, es un mes de luces, abrazos, sonrisas, colorido y de revisar lo que se hizo en el año para empezar con ánimos renovados el siguiente ciclo.

Llegará la Navidad con sus aromas y sabores, y ese espacio que nos deja para abrazar a nuestros seres queridos y reavivar en nuestros corazones valores tan importantes como la generosidad, la solidaridad, la paz y la hermandad, que deben acompañarnos siempre.

Finalmente, el 31 estaremos despidiendo un año más, seguramente agradecidos por haber llegado hasta ahí y con un costal de propósitos positivos para el año venidero.

Sin embargo, la alegría de estas fiestas va aparejada siempre con un alto consumo, así que el inicio del mes es el momento perfecto para evaluar cuánto vamos a invertir en los festejos y elaborar un presupuesto.

Advertía un viejo anuncio televisivo de la **Profeco**: “Vamos a cuidar nuestro aguinaldo”, y es cierto, porque si bien lo más seguro es que llegues a este periodo con dinero extra, hay que pensar cómo invertir de la mejor manera ese producto de nuestro esfuerzo y trabajo, por el bien de la economía de nuestras familias.

No se trata de no gastar, sino de ha-

cerlo de manera responsable, de hacer compras razonadas y evaluar si aquello que comprarás es realmente necesario, apóyate en las herramientas que ofrece la Procuraduría Federal del Consumidor, como el Quién es Quién en los Precios, la Brújula de Compra y, por supuesto, la Revista del Consumidor en sus versiones impresa y digital.

Recuerda comprar en el comercio formal para tener la posibilidad de reclamar, en caso de que lo necesites, y pedir comprobantes y garantía para acudir a la **Profeco** si tienes alguna inconformidad.

Durante el mes estarán a tu disposición los servicios que ya conoces: el Teléfono del Consumidor, el Concilianet, el Conciliaexpres y las redes sociales de la Procuraduría, con toda la disponibilidad para atender dudas, denuncias y quejas.

Prepara los festejos seguro de que la **Profeco** estará cerca de ti, como siempre, y recibe nuestros mejores deseos para estas fiestas y el año que está por arribar.

Este 1 de diciembre de 2018 ya tienes la opción en línea de la versión digital de la revista que ya también circula en su versión impresa, el día que asume la presidencia de México, Andrés Manuel López Obrador.

Seguiremos atentos en defender los derechos de los consumidores.

Feliz temporada.

Revista del Consumidor

Rogelio Cerda Pérez
Procurador Federal del Consumidor

Omar Cervantes Rodríguez
Director General de Comunicación Social

Juan Carlos Estefan Mafud
Coordinador General de Educación y Divulgación

Alberto Javier Rhodes Hernández
Director General de Difusión

Ana Laura Valverde Torres
Editora en Jefe

Javier Caballero Sandoval
Editor Gráfico

Azul Rocío Ramírez
Redactora

Gustavo Hurtado Sarabia
Fotografía

Mónica Miranda Villalba
Roberto Paz Amaya
Alejandro Sánchez Velasco
Diseño

Mariana Meneses Díaz
Coordinación App

Alma Beade Ruelas
Andrea Guadalupe Villegas Borquez
Maira Lilia Hernández León
Carlos Enrique García Soto
María Rosa Ochoa Camposeco
Brenda García
Enrique Arechavala
Colaboradores

Susana Frías de Cristóbal
Departamento de Distribución y Circulación

© 5516 6612 - 5212 0468
circulacion@profeco.gob.mx
Suscripciones y Publicidad

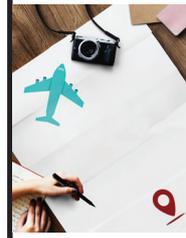
Consejo Editorial

Raymundo Rodríguez Diego
María de los Angeles Jasso Cisneros
Carlos de Jesús Ponce Beltrán
Rafael Ochoa Morales
Pedro Fernando Flamand Gutiérrez

Félix Cortés Camarillo
Sonia Salgado Vargas
Humberto Lepe Lepe
Engels Rafael Ruelas Olivera
Claudia Paola Domínguez Paniagua

www.gob.mx/profeco

La *Revista del Consumidor*, publicada mensualmente por la Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco), con oficinas centrales en Av. José Vasconcelos 208, Col. Condesa, Del. Cuauhtémoc, CDMX, C. P. 06140, está destinada a informar y a orientar sobre temas de consumo. Información sobre suscripciones, ventas y contratación de espacios para mensajes institucionales en el teléfono 5553 0574. El contenido de los artículos firmados no necesariamente refleja la opinión de la revista ni de Profeco; se incluyen a partir de nuestros principios editoriales de búsqueda de pluralidad y diálogo entre corrientes de opinión. Está permitida la reproducción de los estudios del Laboratorio y/o los análisis de precios en cualquier otro medio que apoye la intención de informar a grupos más amplios de la población. Los análisis de precios y los sondeos de preferencias de consumidores se publican como una referencia válida para las fechas indicadas en cada caso y son independientes de las acciones de verificación y otras que Profeco lleve a cabo en el cumplimiento de sus funciones. Editor responsable: Ana Laura Valverde Torres. Reservas de Derechos al uso Exclusivo No. 04-2001-121116162800-102, ISSN: 0185-8874, ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor (Indautor). Certificado de Licitud de Título núm. 1127 y Certificado de Licitud de Contenido núm. 639, expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas de la Secretaría de Gobernación, el 30 de abril de 1981. Se reservan todos los derechos respecto del título de esta publicación conforme a la Unión Internacional de Derechos de Autor. Registrada como correspondencia de Segunda Clase por la Dirección General de Correos, con el número PP09-0336. Características 218621140. Impresor responsable Multigráfica Publicitaria, S. A. de C. V., Democracias 116, Col. San Miguel Amantla, CDMX, C. P. 02700. Fecha de impresión diciembre de 2018. Distribución nacional por Arredondo e Hijos Distribuidora, S. A. de C. V.; Comercializadora y Editorial DAGASO, S. A. de C. V., y Grupo GBN, Comercializadora, S. A. de C. V. Tiraje: 20,000 ejemplares.



4 | *Qué hacer si...*

LA AGENCIA DE VIAJES INCUMPLE

Te informamos cómo hacer valer tus derechos si la empresa con la que contrataste se niega a cumplir con lo pactado.

6 | *Comprar sabiendo*

CONSOLAS DE VIDEOJUEGOS

Son de los regalos más solicitados de chicos y grandes; sin embargo, haz compras razonadas y compara precios.

8 | *Brújula de compra*

CASAS DE EMPEÑO

Los bienes remedian males y estos negocios ofrecen la ventaja de que puedes empeñar un artículo para salir del apuro económico.

10 | *Cuida tu economía*

FINANZAS PERSONALES

Es temporada de cuidar mejor el bolsillo; aquí te dejamos algunas recomendaciones.

12 | *Gente grande*

EN ESTA TEMPORADA, ¡¡NTEGRATE A LOS FESTEJOS!

Es la oportunidad para romper con la rutina, platicar, convivir, reír, bailar y comer. Estas fechas cuida tu salud y disfruta de la compañía de tus seres queridos.

14 | *Consultorio médico*

GASTRITIS

El 80% de la población mexicana la padece y, a decir de la Secretaría de Salud, este mal aumenta durante las fiestas decembrinas por la ingesta de calorías, irritantes y condimentos.

16 | *Conexión*

EL FILTRO DE LUZ AZUL Y SU IMPORTANCIA

Tu celular tiene una función que protege tu vista de la exposición a la luz azul, entérate de qué se trata y cómo activarla.

CONTENIDO

34 | El Laboratorio Profeco Informa

Gelatinas

Son de los postres preferidos de los niños y se pueden disfrutar a cualquier hora del día. Entérate qué evaluó el **Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor** de estos productos.



FOTOGRAFÍA: ALEJANDRO SANCHEZ

18 | Comercio electrónico

GASTOS HORMIGA DIGITALES

Son enemigos imperceptibles pero considerables para tu bolsillo; te decimos de cuáles se trata y cómo controlarlos.



20 | Reporte especial

JUGUETES RÉPLICAS DE ARMAS DE FUEGO

BANG



Debe especificarse en la etiqueta el material con el que están hechos, así como cumplir con ciertas especificaciones.

22 | Contante y sonante

CASAS DE EMPEÑO

Hay en el país más de 10 mil casas de empeño, las cuales se ubican en más de 845 municipios, de acuerdo con el INEGI.

44 | El Laboratorio Profeco Informa

SANDWICHERAS Y TOSTADORES ELÉCTRICOS

PRÁCTICOS, DE FÁCIL USO Y MÚLTIPLE UTILIDAD. ENTÉRATE A QUÉ PRUEBAS FUERON SOMETIDOS Y QUÉ CALIFICACIÓN OBTUVIERON.

24 | Radiografía

GADGETS PARA NIÑOS

Te enlistamos los artículos más buscados para que tengas una idea de sus precios y medites sobre los regalos de esta temporada.



28 | Tendencias

ARTESANÍAS Y ADORNOS NAVIDEÑOS

No pueden faltar en la decoración del hogar o la oficina; sus formas y colores atrapan la vista de cualquiera y dan armonía al ambiente en esta época.

32 | Platillo sabio

CROQUETAS DE POLLO CON ARRÓZ VERDE Y BACALAO A LA VIZCAÍNA



TIPS

CANASTA BÁSICA

PRECIOS (MÁS BAJOS, MÁS ALTOS Y PROMEDIO) POR CIUDAD Y ESTABLECIMIENTO, DURANTE OCTUBRE DE 2018

54 | Tecnología doméstica

PIÑATA SUSTENTABLE

Llegó diciembre y con él las tradicionales posadas, por eso, en esta ocasión te mostramos cómo hacer una piñata con materiales que puedes encontrar en tu casa.

LA AGENCIA DE VIAJES INCUMPLE

TE INFORMAMOS CÓMO HACER VALER TUS DERECHOS SI LA EMPRESA CON LA QUE CONTRATASTE SE NIEGA A CUMPLIR CON LO PACTADO.

Una agencia de viajes es la empresa que contrata y/o actúa como intermediario en beneficio de un usuario-turista respecto de los servicios nacionales o internacionales, tales como: aerolíneas, cruceros, hoteles, seguro de viaje, excursiones, guías, transporte local, etcétera.

OBLIGACIONES DE LAS AGENCIAS DE VIAJES

▶ Entregarte copia del contrato de adhesión o la constancia correspondiente que se hizo con el prestador de servicios (aerolínea, hotel, arrendadora de vehículos, entre otros), documento que debe incluir el sello o membrete de la agencia con todos sus datos de identificación. Hará las veces de contrato la constancia, así como las papeletas de reservaciones, los boletos de avión y las condiciones generales que establezca el prestador final del servicio, dentro de su material impreso.

▶ Entregarte las constancias elaboradas por el prestador de servicios de que se trate en los siguientes casos:

a) Boletos de avión, autobús, tren o ferrocarril, arrendamiento de autos, barcos o cruceros.

b) Cuando la agencia haga funciones de operador o mayorista vendiendo al público en general, deberá entregar un cupón al pasajero (o al grupo) que contenga lo siguiente:

- Nombre o razón social (dirección de la casa matriz y teléfonos).
- Descripción de los servicios contratados.
- Condiciones generales y términos de la prestación del servicio.
- Procedimiento en caso de cancelaciones.
- Tipos de alojamiento.

c) Cuando la agencia de viajes realice únicamente una reservación de hotel, auto u otros, deberá entregar al usuario-turista una constancia de dicha reservación y el número o clave que le haya sido proporcionado por el prestador final (esta constancia puede ser de los sistemas globalizadores, siempre y cuando contengan sello o membrete de la agencia que lo expide). Si se requiere un depósito o anticipo se debe acompañar del recibo correspondiente.

▶ Debe informarte sobre las condiciones de cancelación que prevalezcan, de acuerdo con las políticas establecidas por el prestador final del servicio.



SI EL PROVEEDOR
NO CUMPLIÓ CON
LOS TÉRMINOS
Y CONDICIONES
OFRECIDOS EN LA
CONTRATACIÓN,
PROFECO
TE RESPALDA.

RESPONSABILIDADES DE LAS AGENCIAS DE VIAJES

Si los servicios no son prestados en los términos pactados, la agencia es la responsable en los siguientes términos:

- a) Debe auxiliar al usuario-turista a conseguir los servicios que solucionen su emergencia o, en su caso, su traslado de regreso.
- b) Coadyuvar con el usuario-turista para reclamar, ante el prestador final, las indemnizaciones que correspondan conforme a la ley.
- c) Si el prestador final demuestra la responsabilidad de la agencia, ésta debe realizar los pagos al usuario-turista que correspondan.

RECOMENDACIONES

- ▶ Solicita la información que requieras sobre el servicio contratado.
- ▶ Realiza una comparación del servicio entre diversas agencias de viajes, tomando en cuenta precios, clase, destinos a recorrer, medio de transporte que se utilizará.
- ▶ Investiga si la agencia seleccionada cuenta con políticas de devolución, cambio de horario o destino, si ofrece garantía, cuenta con promociones o tiene restricciones para la compra de los paquetes.
- ▶ Cerciórate de que la agencia de viajes cuente con un domicilio físico para realizar aclaraciones o reclamaciones.
- ▶ En caso de que estés interesado en contratar con alguna agencia de viajes, solicita el contrato y antes de firmar revisa los términos y condiciones.

¡RECUERDA!

Si el proveedor no cumplió con los términos y condiciones ofrecidos en la contratación, **Profeco** está contigo y pone a tu disposición los siguientes mecanismos para que hagas valer tus derechos como consumidor:

QUEJA¹

Tiene por objetivo el inicio del procedimiento conciliatorio en el que esta autoridad, por medio de un servidor público (conciliador), exhortará a las partes (consumidor-proveedor) a dirimir su controversia y buscar una solución a la reclamación.

Podrás presentarla ante la delegación², subdelegación o unidad de servicio de la **Profeco** a tu elección: conforme al lugar en que se haya originado el hecho motivo de la reclamación; en el del domicilio del reclamante, del proveedor, o en cualquier otro que se justifique, como el de tu actividad habitual o de residencia, en un horario de atención de lunes a viernes de 9:00 a 15:00 horas.

¹Artículo 99 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.

²<https://www.gob.mx/profeco/acciones-y-programas/delegaciones-y-subdelegaciones?idiom=es>



PROFECO TE PROTEGE:

Para cualquier duda o aclaración, comunícate al  **Teléfono del Consumidor en el (55) 5568 8722**, para la Ciudad de México y área metropolitana, y al **01 800 468 8722, sin costo**, para el interior de la República Mexicana, o bien, por medio del link electrónico  <http://telefonodelconsumidor.gob.mx/> y redes sociales: Twitter:  @Profeco,  Facebook/Profeco Oficial y @AtencionProfeco.

CONSOLAS DE VIDEOJUEGOS

En esta época muchos optan por regalar a chicos y grandes consolas de videojuegos; sin

Son quizá de los regalos más solicitados por jóvenes y no tan jóvenes. Datos de un estudio de Competitive Intelligence Unit (CIU) muestran que en 2017 en nuestro país, en Navidad, las ventas de estos gadgets llegaron a los 7.2 mil millones de pesos. Si tienes previsto adquirir uno de estos aparatos te damos algunas características de ellos que debes tener en cuenta:

Identifica tus necesidades

Antes de hacer una elección, conoce las opciones disponibles en el mercado, ya que ofrecen diferentes experiencias. Si lo tuyo es evocar tiempos pasados y tener grandes movimientos a la hora de jugar, las consolas de Nintendo (Switch y Wii) son tu mejor opción. Si buscas calidad gráfica, pocos movimientos y juegos de acción, elige el PlayStation 4 o el Xbox One.

Almacenamiento

Es un elemento fundamental, debido a que la memoria es necesaria para guardar los datos de las partidas, fotos y videos de las mismas, así como descargar juegos mediante las diferentes plataformas en línea. Una consola con memoria superior a los 500 gigas es ideal, ya que los datos de las partidas, los juegos y videos suelen tener gran tamaño.



embargo, no te dejes llevar por la publicidad, realiza compras razonadas y compara precios.

Busca ofertas

Diciembre es el mes en el que aumenta la compra de estos artículos, considera que debido a la demanda, el precio aumenta considerablemente.

Referencias

Seguramente tus amigos ya tienen una consola, averigua de cuál se trata y por qué la eligieron pero, sobre todo, si lo que buscas es jugar en línea, asegúrate de elegir una que te ofrezca esta función.

Fuentes:

Comprar videojuegos en México: cuáles son las mejores tiendas en línea, los precios más económicos y envíos, en <https://bit.ly/2A00IKs>

Qué consola comprar a un niño: guía con consejos y comparativa Switch, Playstation y Xbox, en <https://bit.ly/2A0esVv>

Tablet Buying Guide: 8 Essential Tips, en <https://bit.ly/2PJgKNK>

Consejos para comprar una consola de videojuegos en Buen Fin, en <https://bit.ly/2QkmBq3>

<https://www.theciu.com/publicaciones-2/2017/11/20/perfil-del-mercado-de-videojuegos-en-mxico-2017>

Juego en línea

Esta modalidad y el procesamiento en la nube son elementos clave en el desempeño de las consolas PlayStation 4, Xbox One y Switch. Si adquieres cualquiera de estas tres considera el pago de una membresía de PlayStation Plus y Xbox Gold, pues te garantizará acceso al juego en línea y, a su vez, te ofrecerá juegos gratuitos cada mes.

Ahora bien, PlayStation Plus se paga en dólares, mientras que Xbox Gold y Nintendo, en pesos.

CASAS DE EMPEÑO

Los bienes remedian males y estos negocios ofrecen la ventaja de que puedes empeñar un artículo para salir del apuro cuando no hay otra forma de conseguir dinero.

Brújula de compra

El crédito prendario de las casas de empeño es de los más solicitados; cifras de la Asociación Mexicana de Empresas de Servicios Prendarios (Amespre) muestran que el flujo anual de pignorantes es de 9 millones.

La Asociación Nacional de Casas de Empeño (ANACE) explica que en México un alto porcentaje de la Población Económicamente Activa (PEA) no tiene acceso a créditos bancarios, aun-

que sí tiene necesidades concretas de dinero, de ahí que el servicio de préstamo prendario se convierta en una opción más ante alguna necesidad económica.

De acuerdo con datos del Directorio Estadístico Nacional de Unidades Económicas (DENUE), del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), existen más de nueve mil montepíos y casas de empeño en todo el país.

Pasos para empeñar

1 Es necesario presentar una identificación oficial y, obviamente, la prenda a empeñar.

2 Se valúa la prenda.

3 Informan al solicitante el monto del préstamo (desde 30% hasta 80% del avalúo).

4 Se firma un contrato (el cual deberá estar registrado en la **Profeco**).

5 La casa de empeño entrega el efectivo, junto con la boleta de empeño.

6 El consumidor recibe una copia del contrato, que incluye la descripción de la prenda depositada, el costo anual total (CAT) y las condiciones para su recuperación (plazo e importe a pagar). Además, especifica el monto del seguro contra robo (de la casa de empeño) y el almacenaje.

Para recuperar la prenda es necesario pagar a la casa de empeño el monto total, de preferencia uno o dos días antes del plazo establecido. Si se requiere de más tiempo para recuperar la prenda, se solicita un refrendo, es decir, ampliar el plazo pagando los costos del periodo vencido.



¿Qué puedes empeñar?



- Alhajas, oro y joyas.
- Consola de videojuegos y juegos de video.
- Electrónicos como minicomponentes, televisores y pantallas.
- Equipo de cómputo.
- Teléfonos móviles inteligentes de modelos recientes.
- Bicicletas.
- Cámaras de video y de fotografía.
- Baterías de cocina y vajillas.
- Aparatos electrodomésticos y de línea blanca.
- Muebles en buen estado como salas y recámaras.
- Instrumentos musicales.
- Herramientas mecánicas y eléctricas.
- Motos y autos.



En México, a partir de junio de 2006, se adicionó a la Ley Federal de Protección al Consumidor (LFPC) el artículo 65 BIS, que regula la operación de las casas de empeño, con lo que se hace competente a la Profeco para intervenir en asuntos relacionados con este tipo de operaciones. La ley establece que para operar, las casas de empeño deben inscribirse en el Registro Público de Casas de Empeño (RCPE), el cual tiene como objetivo brindar seguridad jurídica a los consumidores. Para saber si la casa de empeño de tu interés está registrada ante el RCPE, consulta: https://rpce.profeco.gob.mx/casa_empeno.php
Estos negocios tienen la obligación de registrar su

contrato de adhesión, de acuerdo con lo dispuesto en la LFPC y la NOM-179-SCFI-2016, "Servicios de mutuo con interés y garantía prendaria", que entró en vigor en agosto de 2017.

Las casas de empeño deben ser transparentes en sus operaciones e informarte:

- Porcentaje promedio y mínimo de préstamo conforme el avalúo de la prenda.
- CAT promedio.
- Costo mensual totalizado promedio.
- Costo diario totalizado promedio.
- Tasa de interés.
- Plazo de pago máximo.
- Cantidad de refrendos.
- Comisiones vigentes.
- Ramo de prendas aceptadas.
- Número de contrato registrado en Profeco y número de RPCE.



No olvides que si te cobran indebidamente, no te respetan lo acordado o te niegan el servicio, Profeco te respalda, llama al 📞 Teléfono del Consumidor: 5568 8722, Ciudad de México y área metropolitana, y 01 800 468 8722, sin costo, para el resto del país o envía un correo electrónico a: 🌐 asesoria@profeco.gob.mx y en nuestras redes sociales oficiales, Twitter: 🐦 @AtencionProfeco y en 📘 Facebook: ProfecoOficial.

FINANZAS PERSONALES

ES TEMPORADA DE CUIDAR MEJOR EL BOLSILLO; AQUÍ TE DEJAMOS ALGUNAS RECOMENDACIONES.

Diciembre es un mes especial y es muy probable que quieras gastar de más; si tienes un guardadito hazlo, si no, modérate en tu consumo, disfruta las fiestas navideñas y considera nuestras recomendaciones:

Comprar por comprar.- Olvídate de las compras desesperadas y no te dejes llevar por la emoción y la felicidad que esta época provoca.

Elabora un presupuesto.- Planea tus gastos antes de salir de compras y elabora una lista de lo que realmente necesitas; haz un presupuesto que te sea posible respetar, así no dañarás tu bolsillo.

Ofertas, ¿reales?.- No te enganches con las promociones que las tiendas ofrecen esta temporada, visita los centros comerciales únicamente cuando tengas que hacerlo, entra, compra lo que habías planeado y sal de inmediato.

Compara precios.- Realiza tus compras con antelación y sin prisa, compara precios y visita varios establecimientos, pues siempre es posible encontrar otras opciones de menor costo.

Reflexiona antes de tomar una decisión.- Antes de comprar piensa si el obsequio que quieres regalar a esa persona especial es de su gusto y tiene utilidad duradera, así la elección tendrá mayor valor. Recuerda que no por ser caro será mejor regalo.

Consumo responsable.- Evita comprar de más si usas la tarjeta de crédito, es mejor ahorrar durante el año y no comenzar el nuevo año pagando deudas. Recuerda que enero y febrero son meses de gastos importantes, pues si tienes niños debes considerar a los Reyes Magos, la inscripción al colegio y colegiatura, si es el caso.

Compra en negocios establecidos.- Exige *ticket*, factura, garantía y/o contrato por escrito, será tu comprobante en caso de cualquier reclamación o devolución.

Intercambios.- Los intercambios evitan gastos innecesarios y aumentan su valor, si promueves entre tus amigos o familiares el “hazlo tú mismo”; además de ahorrar, recibirás y darás regalos personalizados sin gastar de más.

Año nuevo.- Piensa en el año próximo, recuerda que cada época del año trae consigo pagos fijos. Considera al inicio de 2019 ahorrar mensualmente 20 o 30% de tu sueldo. Haz del ahorro un hábito.

¡Evita gastar más de lo que te permiten tus ingresos y ahorros; no dejes que te consuman las emociones!

Recomendaciones para cuidar tu economía en la cena de fin de año



El júbilo y las emociones por el año que termina y el que está por comenzar pueden llevarnos a un descontrol de nuestros gastos y, con ello, afectar nuestra economía familiar, no sólo en estos días, sino que repercute en la temida y esperada cuenta de enero.

Recuerda que después de las fiestas los gastos para cubrir necesidades básicas de la familia seguirán siendo los mismos y, además, hay pagos fijos de servicios que debes considerar: luz, agua, teléfono, predial, deudas, créditos, alquileres, alimentos, medicamentos si es el caso, etc.; por ello, sólo el remanente debe ser utilizado en los festejos para no afectar tu economía familiar.

Para lograrlo, es importante medirse en las compras y usar responsablemente las tarjetas de crédito, en otras palabras: ¡nunca gastar más de lo que se gana! Te damos unas sencillas recomendaciones para tener una agradable celebración de fin de año sin poner en riesgo tu presupuesto:

► **Considera el total de tus gastos.** Ten en cuenta la cantidad que normalmente gastas para tus necesidades diarias y, con base en ello, destina una cantidad que no afecte tu bolsillo para los preparativos de la cena de fin de año, en caso de que no recibas aguinaldo o dinero extra.

► **Planifica.** Analiza bien qué van a consumir antes, durante y después de tu cena. Haz una lista minuciosa de todo lo que necesitarán para comprar únicamente lo previsto y no salirse del presupuesto.

► **Antes de comprar consulta** nuestra herramienta Quién es Quién en los Precios, y aprovecha las promociones de fin de año que puedas encontrar.

► **Considera comprar congelados con anticipación,** sobre todo si piensas preparar pescado, ya que estarán más económicos que en las fechas cercanas y no perderán su calidad.

► Si tienes tarjeta de crédito, **úsala siempre y cuando sea para un bien duradero** o tengas los recursos suficientes para pagar el total de lo que gastaste al momento del corte.

► **Organízate con la familia o amistades para repartirse los gastos de la cena** de fin de año. Fijen un presupuesto y pidan partes iguales a todos los miembros de la celebración o que cada familia coopere con algún platillo, botana, postre o bebida. También pueden organizarse en grupo para hacer las compras en común para que les salga más económico.

► **Revisa las etiquetas y compara entre distintas marcas.** Lee los ingredientes, contenido neto y verifica la fecha de caducidad.

► **Adquiere frutas y verduras de temporada** para que te resulten más económicas y frescas; prefiere los alimentos producidos en México, de esta manera estarás haciendo un consumo justo y solidario, lo que favorece a la economía local.

► **Planea el menú en función de los precios del mercado.** Por ejemplo, si el precio del pavo se dispara, prueba con pollo relleno; afortunadamente nuestra gastronomía mexicana nos permite buscar opciones más económicas y sabrosas, aprovéchalas.

► **Prepara botana con vegetales,** ya que además de ser ligera les ayudará en la digestión y así podrán disfrutar de la cena que preparaste sin que sobre demasiada y se desperdicie.

► **Guarda tus recibos, tickets o comprobantes de compra** por si requieres hacer alguna reclamación o devolución.

► Si eres de los que les gusta salir a cenar a algún restaurante, **reserva con suficiente anticipación** y pregunta en qué consiste el servicio por el precio que pagarán, así no te llevarás sorpresas por pagos que no tenías contemplados.

Ante todo, recuerda que lo más importante es hacer de tu fiesta de fin de año un momento para disfrutar, amar y compartir tranquilamente con tus seres queridos, y no una lista de deudas y preocupaciones. ¡Te deseamos feliz año nuevo!

Fuentes:

Economía.mx. (s/f). economía.com.mx. Consultado el 31 de octubre de 2018, de Economice en navidad y año nuevo: https://www.economia.com.mx/economico_en_navidad_y_ano_nuevo.htm
Sabaté, J. (25 de diciembre de 2016). sinembargo.mx. Consultado el 31 de octubre de 2018, de 9 tips para ahorrar dinero en fin de año sin pasar por tacaño: <https://www.sinembargo.mx/25-12-2016/3129077>
Vida, R. (31 de diciembre de 2015). Prensa Libre. Consultado el 31 de octubre de 2018, de Cómo cuidar el dinero en las fiestas de fin de año: <https://www.prensalibre.com/vida/como-cuidar-el-dinero-en-las-fiestas-de-fin-de-ao>

EN ESTA TEMPORADA,
¡INTEGRATE A LOS FESTEJOS!

ESTAMOS A UNOS DÍAS DE LAS FIESTAS DECEMBRINAS, TIEMPOS PROPICIOS PARA ENCONTRARNOS CON FAMILIARES Y AMIGOS. ES LA OPORTUNIDAD PARA ROMPER CON LA RUTINA, PLATICAR, CONVIVIR, REÍR, BAILAR Y COMER. ESTA TEMPORADA CUIDA TU SALUD Y DISFRUTA DE LA COMPAÑÍA DE TUS SERES QUERIDOS.



Considera estos tiempos entre los más adecuados para reunirte con la familia y amigos, y manifiesta el cariño que sientes hacia ellos.

Participa en cada una de las actividades navideñas de tu círculo, únete a los festejos. Aquí te ofrecemos unos tips:



Los adornos del árbol navideño

Dirige a tu familia en la colocación de los adornos y las luces, verás que queda muy lindo con la colaboración de todos.

El nacimiento

Eres el principal transmisor de la cultura y tradiciones, puedes guiarlos para que el nacimiento quede perfecto.

CUIDA TU SALUD

Es muy importante que cuides tu alimentación en cualquier época del año, sobre todo en las fiestas decembrinas, pues la comida se convierte en parte fundamental de la convivencia amistosa y familiar. Los adultos mayores tienen más incidencia en padecer algunas enfermedades relacionadas

con la edad, ya que se ven disminuidas algunas capacidades, como la digestión o masticar, lo que puede desencadenar problemas de desnutrición e incluso sobrepeso. Por ello, es importante que sigas algunas recomendaciones para que al compartir los alimentos de la temporada, no afecten tu organismo.



- **Consumo lo preparado en casa.**

Si te es posible prepara tus propios alimentos para la cena. La comida rápida y la industrializada incluyen aditivos químicos, colorantes y conservadores, y pueden causar problemas estomacales, reacciones alérgicas y sobrepeso.

- **Cocina alimentos suaves y fáciles de masticar.** A cierta edad las condiciones para masticar no son las mismas, cuida tu dentadura y de preferencia come alimentos blandos.

- **Nuestro cuerpo necesita varios nutrientes**, como hidratos de carbono, proteínas, lípidos, vitaminas, minerales, agua y fibra, indispensables para mantenerlo en mejor estado de salud. En esta temporada no descuides tu alimentación.

- **Modera el consumo** de sal y azúcar en los platos y postres.

- **Al cocinar usa** de preferencia aceites vegetales y limita las grasas de origen animal, son un riesgo para el sistema circulatorio.

- **Si te es posible** prepara **Platillos Sabios Profeco**. Consulta la página <https://www.gob.mx/profeco>.

- **Come un refrigerio saludable** antes de la cena, así evitarás atracones de comida.

- **Limita la ingesta** de dulces, si los tienes restringidos.

- **Duerme, descansa, recupérate.**

- **No olvides tu rutina de ejercicios.**

- **Evita cargar o mover muebles.**

- **Si estás cansado, no tienes ganas o no quieres**, di no a la fiesta.



Elabora algún postre

Qué mejor que tu toque para cerrar con broche de oro la cena. Puedes incluir a los más pequeños para que te ayuden y platiquen.



Realicen actividades emotivas

Veán álbumes de fotos, películas de la familia o, por qué no, cuéntales a tus nietos las travesuras de su mamá, papá o tíos cuando eran niños, se divertirán en grande.



Obsequios

Si van a dar regalos, puedes ayudar a envolverlos o a escribir las dedicatorias en tarjetas para que tengan tu sello personal.

Paseo en familia o con amistades

Asistan en grupo a ver el alumbrado navideño y aprovechen para tomarse fotografías que puedan obsequiar como tarjetas navideñas, con dedicatoria a sus seres queridos. Será un regalo muy significativo.



Fuentes

-El estrés y la depresión durante los días festivos: Consejos para hacerle frente, en <https://mayoclinic.org/2SXSZAw>

-La depresión blanca o blues de Navidad, en <https://bit.ly/2PIHk51>

GASTRITIS



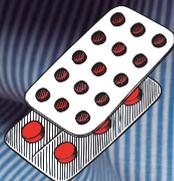
El 80% de la población mexicana la padece y, a decir de la Secretaría de Salud, este mal aumenta durante las fiestas decembrinas por la ingesta de calorías, irritantes y condimentos.

¿QUÉ ES?

La enfermedad ácido péptica es cuando se forman ulceraciones dolorosas en el revestimiento del estómago y/o el duodeno (primera parte del intestino delgado). Puede ocasionar dolor abdominal, reflujo e indigestión y en algunos casos, sangrado o perforación del estómago.

CAUSAS

Las dos más comunes son:
1) Uso excesivo de analgésicos como la aspirina, ibuprofeno o el ketorolaco.
2) Infección del estómago por una bacteria llamada *Helicobacter Pylori*. Las úlceras no son producidas por los alimentos muy condimentados ni por el estrés.





TRATAMIENTO

En caso de que se demuestre la presencia de *H. Pylori*, el médico recetará una combinación de antibióticos junto con un medicamento que bloquee la producción de ácido en el estómago. Es importante suspender la ingesta de analgésicos. Se recomienda mantenerse alejado del alcohol y los cigarrillos. El tratamiento es 90% efectivo y en caso de que la úlcera no sane, es probable que se requiera de nuevas endoscopias y rara vez de cirugía.



ALIMENTACIÓN

Evita lácteos ricos en grasa como la nata, quesos curados o leche entera, así como irritantes y condimentos. Consume carnes blancas como el pollo o el pavo y, según la tolerancia, el pescado y el jamón serrano. No consumas café, té o bebidas con gas, de preferencia toma agua.



DIAGNÓSTICO

La endoscopia de tubo digestivo alto es el método más preciso para documentar la presencia de úlceras y tratar sus complicaciones. Durante ésta se puede tomar una biopsia para determinar la presencia de la bacteria *H. Pylori*.

RECOMENDACIONES

Come cinco veces al día para reducir el volumen de cada comida, come despacio y mastica lentamente, cena dos o tres horas antes de acostarte, consume infusiones digestivas como la manzanilla y evita temperaturas extremas en tus alimentos.



FACTORES DE RIESGO

El consumo de alcohol, tabaquismo, historia familiar de úlceras, ser mayor de 50 años y el constante consumo de analgésicos puede predisponer el desarrollo de úlceras gástricas.



CONSUMO DE ALCOHOL

El alcohol puede irritar y desgastar el revestimiento estomacal, lo que hace que el estómago sea más vulnerable a los jugos digestivos. Es más probable que el consumo excesivo de éste cause gastritis aguda.

SÍNTOMAS

El más común es un dolor quemante en la parte alta del abdomen (que se presenta cuando el estómago está vacío, pero puede darse en cualquier momento del día y durar desde unos minutos hasta unas horas), sensación de mareo o estómago muy lleno, digestión lenta y eructos frecuentes, pérdida de apetito, vómitos con o sin sangre, presencia de sangre en las heces y pérdida de peso.



Referencias

Enfermedad por Úlceras Pépticas. American Gastroenterological Association Institute Patient Info, abril 2016.
Sato K, et al. Evidence-based clinical practice guidelines for peptic ulcer disease 2015. *J Gastroenterol* 2016;51(3):177-94.
<https://www.alimmenta.com/dietas/gastritis/>

*Medicina Interna, Gastroenterología y Endoscopia Gastrointestinal /Académico de la Escuela de Ciencias de la Salud de la UP.
jestradas@up.edu.mx

EL FILTRO DE LUZ AZUL Y SU IMPORTANCIA

Tu celular tiene una función que protege tu vista de la exposición de luz azul, entérate de qué se trata y cómo activarla.



La luz visible está compuesta por rayos de distintos colores, entre ellos el color azul, que es parte del espectro radioeléctrico y está en el rango de longitudes de onda que el ojo humano es capaz de percibir, y en el que el 25% de la luz blanca es en realidad azul y un componente natural de la luz.

Esa luz está presente en distintos aparatos electrónicos como pantallas tipo LED, celulares y monitores. Diversos estudios sobre el tema aseguran que puede generar diferentes trastornos, como la pérdida de visión y desórdenes de sueño.

Una investigación de la **Escuela de Medicina de Harvard** estima que la constante exposición a esta luz suprime la producción de la hormona **melatonina**, encargada de provocar sueño.

La **Universidad de Toledo de Estados Unidos**, por su parte, llevó a cabo un estudio en el que se observó que esta luz transforma moléculas presentes en la retina de nuestros ojos en toxinas, a esta enfermedad se le conoce como **Degeneración Macular Asociada a la Edad (DMAE)**. Se presenta a edad avanzada, pero al pasar prolongados lapsos delante de una pantalla, el proceso degenerativo de las células se acelera.

Derivado de lo anterior, algunos fabricantes han incluido en sus equipos un “filtro” para este tipo de luz, debido al uso constante de dispositivos móviles.

Los celulares tienen este filtro bajo diferentes nombres: filtro de luz azul, modo nocturno o de noche (*night shift*), protector de ojos, entre otros, y en caso de no tenerlo puedes descargar diferentes softwares o aplicaciones para obtenerlo.

Sin embargo, a pesar de los resultados obtenidos en distintas investigaciones, aún no se comprueban los efectos por la exposición a la luz azul que emiten las pantallas, el estudio del tema continúa para saber la manera en que reaccionan las células a la exposición diaria.



¿CÓMO FUNCIONA?

Este filtro cambia automáticamente los colores de la pantalla al extremo más cálido del espectro, de manera que la pantalla se ve en tonos más anaranjados, por lo que es importante no confundirlo con el ajuste de luz y brillo.



SIN FILTRO



CON FILTRO

En algunos dispositivos se puede configurar el tiempo en el que se desea activar, es decir, puede elegirse sólo por la noche, lo cual de manera automática se aplicará al estar sincronizado con el reloj del dispositivo.

RECOMENDACIONES



• **RECUERDA ACTIVAR EL MODO NOCHE EN TU CELULAR, DE ESTA FORMA LA PANTALLA MOSTRará UNA LUZ MÁS CÁLIDA.**



• **DE PREFERENCIA NO UTILICES TU EQUIPO MÓVIL EN LUGARES OSCUROS, AUN CUANDO TENGAS EL MODO NOCHE ACTIVADO.**



• **EN CASO QUE TU CELULAR NO CUENTE CON ESTA OPCIÓN, UTILIZA LENTES QUE TE PROTEJAN DE LA LUZ AZUL O DESCARGA EL SOFTWARE EN TU EQUIPO MÓVIL.**

GASTOS HORMIGA DIGITALES



SON ENEMIGOS IMPERCEPTIBLES PERO CONSIDERABLEMENTE PERJUDICIALES PARA TU BOLSILLO; TE DECIMOS DE CUÁLES SE TRATA Y CÓMO CONTROLARLOS.

El café de la mañana, el taxi o alguna golosina que acostumbras consumir frecuentemente son considerados gastos hormiga; sin embargo, hoy estos gastos también se han digitalizado.

Se trata de fugas de dinero muy pequeñas, imperceptibles al principio pero que a fin de mes (o de la quincena), si haces cuentas, representan cantidades significativas de dinero. El costo a veces pasa inadvertido por lo sencillo y automatizado que se vuelve hacer cargos directo a la tarjeta de débito o crédito, o comprar una tarjeta de prepago.

Al mencionar gastos digitales nos referimos a:

- **Aplicaciones móviles.** Se han convertido en algo común para los 64.7 millones de usuarios en el país que cuentan con un *smartphone*¹. De acuerdo con la consultora *The Competitive Intelligence Unit (CIU)*, las *apps* se dividen, por modalidad de descarga, en:

- **Gratuitas:** Basan su modelo de negocio en ofertas publicitarias y, en muchas ocasiones, para seguir usando la *app* es necesario ver videos, imágenes o entrar a enlaces publicitarios.

- **Con compras de contenido adicional dentro de la aplicación,** modalidad conocida como *freemium* o de compras *in-app*.

- **De paga o premium.** Tienen costo de descarga.



- **Comercio electrónico.** Es muy tentador comprar desde la comodidad de tu casa, puedes encontrar gran cantidad de productos y servicios, así como cupones y promociones.

- **Servicios de streaming.** Existen múltiples plataformas de transmisión en línea de videos, películas y audio, cada una con contenido exclusivo.



- **Juegos.** Además de comprarlos, es posible que sea necesario gastar en vidas extra y/o complementos necesarios para facilitar avanzar de nivel, esto se facilita, ya que puedes cargar tus datos bancarios a tu perfil o comprar tarjetas de prepago.



- **Servicios.** El transporte privado, comida a domicilio, envío de flores o regalos, entre otros, se han convertido en importantes fugas en tu bolsillo.

Es por eso que te damos algunos consejos para controlar los gastos hormiga digitales:

- Acostumbra llevar un control de todos tus gastos y servicios que contratas, a fin de conocer la cantidad exacta que estás gastando cada mes y cuáles representan una fuga de dinero.



- Define tus necesidades, asigna un presupuesto a los gastos digitales y evita sobrepasarlo.

- El gasto no sólo es el dinero que inviertes en las *apps*, también cuentan los datos móviles; es preferible que, si vas a hacer una descarga o jugar en línea, te conectes a una red *wifi* segura.



- Si tienes contratados varios servicios de *streaming*, analiza cuáles son los que realmente disfrutas y/o necesitas.

- Hay en el mercado muchas *apps* de moda pero, antes de hacer una compra, analiza qué tan funcional o entretenido puede llegar a ser para ti; también revisa si no existe una versión gratuita que te permita evitar el gasto.



- Evita automatizar los pagos o cargarlos directamente a tu tarjeta, esto hace que pierdas visibilidad sobre tus gastos.

- Antes de contratar un servicio o descargar una *app* o un servicio incluido en ésta, detente un momento a analizar si es realmente necesario, si vale la pena el gasto o si es sólo un impulso del momento.



- Revisa si la plataforma tiene paquetes familiares que te permitan dividir el costo entre varias personas.

Recuerda que si realizas una planeación de tus gastos y evitas hacer compras impulsivas, incluso si son de unos pocos pesos, es menos probable que llegues a fin de mes o de quincena con problemas de liquidez, y es posible que puedas ahorrar.

¹ Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH) 2017, realizada por el INEGI en colaboración con la Secretaría de Comunicaciones y Transportes (SCT) y el Instituto Federal de Telecomunicaciones (IFT).

JUGUETES RÉPLICAS DE ARMAS DE FUEGO

DEBE ESPECIFICARSE EN LA ETIQUETA EL MATERIAL CON EL QUE ESTÁN HECHOS, ASÍ COMO CUMPLIR CON CIERTAS ESPECIFICACIONES.



En esta temporada de fiestas decembrinas, en que se entregan regalos, te sugerimos no comprar juguetes réplicas de armas de fuego que no cumplan con las características mencionadas por la Norma Oficial Mexicana NOM-161-SCFI-2003, “Seguridad al usuario. Juguetes. Réplicas de arma de fuego. Especificaciones de seguridad y métodos de prueba”, que podrás consultar en la siguiente liga:

http://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=688972&fecha=20/10/2003

LO QUE DEBES CONSIDERAR

1

De acuerdo con la norma, las pistolas de juguete deben ser fabricadas de plástico transparente o de un color fluorescente, no de color plata, gris o negro, y no deben tener el mismo tamaño que las pistolas profesionales, esto para evitar confusión entre una y otra.

2

Los proyectiles utilizados deben elaborarse con materiales que eviten lesiones y daños a la integridad física de los consumidores. Estos materiales deben declararse en la etiqueta, en caracteres claros, tanto en aquellos que van acompañados por el juguete al que se aplique, como en los que se comercialicen por separado.

3

Las pistolas de juguete deben ir acompañadas de instructivos sin cargo adicional y deben contener indicaciones claras y precisas para su uso, conservación y mejor aprovechamiento, así como advertencias para el manejo seguro y confiable.



RECOMENDACIONES

1

Si encuentras juguetes réplicas de armas de fuego que no cuenten con las especificaciones señaladas anteriormente, denuncia vía twitter a:

🐦 @AtencionProfeco o en el 📞 Teléfono del Consumidor 5568 8722, para la Ciudad de México y Área metropolitana, y al 📞 01 800 468 8722, sin costo, para el resto del país.

2

Los juguetes réplicas de armas de fuego representan un riesgo para la seguridad del consumidor, no sólo porque sus disparos podrían lesionar a terceras personas, sino porque fomentan la violencia entre los menores y pueden ser utilizados en actos delictivos.

3

Estos artículos no se pueden importar, comercializar y no se pueden fabricar para poder lanzar proyectiles, activar el mecanismo conocido como cortar cartucho, y el percutor o martillo debe ser fijo.

4

La información acerca de juguetes réplicas de armas de fuego debe ser veraz, describirse y presentarse de forma que no induzca a error al consumidor con respecto de la naturaleza y características del producto, observándose en todo caso lo dispuesto por la Ley Federal de Protección al Consumidor (LFPC).



Para mayor información sobre estas Alertas de Servicios, Alertas Rápidas y las vigentes, accede a 🌐 www.gob.mx/profeco o a 🌐 www.alertas.gob.mx, llama al 📞 Teléfono del Consumidor: 5568 8722 - 01800 468 8722.

CASAS DE EMPEÑO

HAY EN EL PAÍS MÁS DE
7 MIL
CASAS PIGNORANTES
QUE ESTÁN
REGISTRADAS
ANTE PROFECO.

A PARTIR DE
JUNIO DE 2006
SE ADICIONÓ EL ARTÍCULO
65 BIS A LA **LEY FEDERAL**
DE PROTECCIÓN AL
CONSUMIDOR (LFPC),
QUE REGULA LA OPERACIÓN
DE LAS CASAS DE EMPEÑO,
CON LO QUE SE HACE
COMPETENTE A LA
PROFECO PARA
INTERVENIR EN ASUNTOS
RELACIONADOS CON ESTE
TIPO DE OPERACIONES.

30 SOCIOS TIENE LA ASOCIACIÓN MEXICANA
DE EMPRESAS DE SERVICIOS PRENDARIOS.

64% DE LOS USUARIOS DE PRÉSTAMOS PRENDARIOS
REPORTO EN 2015 UN INGRESO MENSUAL INFERIOR
A LOS 5 MIL PESOS Y 55% NO RECIBIO LAS
PRESTACIONES LABORALES DE LEY.

MÁS DE **30 MILLONES DE PRÉSTAMOS** OTORGARON ESTAS INSTITUCIONES
A **13 MILLONES DE PERSONAS**, CON UN MONTO TOTAL DE **44 MIL MILLONES DE PESOS**,
ENTRE ABRIL DE 2015 Y MARZO DE 2016.

30% DEL TOTAL DE LA POBLACIÓN DE 18 A 70 AÑOS
RECURRIRIO A PEDIR PRESTADO Y, DE ESE PORCENTAJE,
20% ACUDIO A UNA CASA DE EMPEÑO.

Fuentes:
<https://www.cnbv.gob.mx/indicadores/C3%20B3n/Documentos/Encuestas/Encuesta%20Nacional%20de%20Pr%C3%A9stamos%20de%20Caja%20de%20Empe%C3%B1o/ENIF%202015.pdf>
<https://www.scielo.org.mx/pdf/rmef/v13n2/2448-6795-rmef-13-02-247.pdf>
[Amespre.org](https://www.amespre.org)
https://rpece.profeco.gob.mx/casa_empeno.php

BRÚJULA DE COMPRA



**JUNTOS GENERAMOS UNA CULTURA
DE CONSUMO RESPONSABLE**

bit.ly/BrújulaDeCompra

GADGETS

para NIÑOS

Los chavos de hoy están inmersos en un mundo tecnológico, no por nada la tendencia del consumo de juguetes digitales es constante y va al alza. Te enlistamos los artículos más buscados para que tengas una idea de sus precios y medites sobre los regalos de esta temporada.

De acuerdo con el **Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef)**, la tecnología digital ha cambiado al mundo y los niños no son la excepción. A medida que se incrementa el número de menores que se conectan en línea y que tienen acceso a la tecnología a una edad más temprana, se transforma cada vez más su infancia. Es un hecho que hoy en día los niños nacen ro-

deados de tecnología, incluso se han inventado *gadgets* específicamente para ayudarlos en diferentes actividades. Si en estas fechas decembrinas tienes pensado adquirir un dispositivo tecnológico para los pequeños de casa, te diremos qué considerar, su precio y los resultados del sondeo realizado por la **Profeco** sobre los *gadgets* que usan los menores de hasta 12 años de edad en la Ciudad de México.

Niños mexicanos y la diversión electrónica

Información de la **Asociación Mexicana de Internet** de 2017 muestra que en ese año había en México más de 79 millones de usuarios de internet, de los cuáles 34% eran jóvenes de entre 6 y 17 años.

Los principales dispositivos para conexión:



(89%)
teléfono inteligente



(49%)
laptop



(34%)
computadora de escritorio

En cuanto a la principal barrera que encontraron para conectarse a internet, los menores de 17 años manifestaron que era el permiso de sus papás para hacerlo.

Por otra parte, según la **Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH)**, hasta mayo de 2017, de la población

total de 6 a menos de 17 años, **34%** eran usuarios de computadoras, **28%** de internet y **18%** de celular.

Si bien los juguetes análogos continúan siendo objeto del deseo de los niños, se estima una tendencia constante y creciente en el uso de los juguetes digitales y *gadgets* enfocados a usuarios de edades tempranas.

Los gadgets en el día a día

Un *gadget* puede ser un dispositivo con un propósito y función concreta, práctico, con diseño novedoso y a la vanguardia tecnológica.

De acuerdo con el sondeo realizado por la **Dirección General de Estudios sobre Consumo de Profeco**, del 21 de septiembre al 12 de octubre, a 408 personas en la Ciudad de México sobre *gadgets* o dispositivos tecnológicos que usan los niños de 3 a 12 años de edad, 81% mencionó que los menores utilizan teléfono celular o *smartphone*, 57% tableta y 40% consolas de videojuegos, principalmente.

Los principales usos son: ver videos (88%), jugar o descargar videojuegos (85%), en menor porcentaje tareas escolares (33%) y buscar información (31%). En lo referente al tiempo de uso, 41% señaló 1 hora entre semana, mientras que 62% lo usa entre 1 y 2 horas los fines de semana; sin embargo, 91% de los encuestados establece en su hogar restricciones sobre su uso, como el límite de tiempo y cuando es necesario hacer tareas escolares.

Adicionalmente se les preguntó si los *gadgets* estaban considerados como opciones de regalos para los menores en las festividades de fin de año, a lo que sólo 24% respondió que sí piensa regalar a sus hijos algún dispositivo electrónico con motivo del Día de Reyes o Navidad, mientras que el resto respondió que no o todavía no sabe si lo haría.

Si bien 6 de cada 10 comprará por decisión propia un dispositivo tecnológico a sus hijos, también hay quienes lo harán por sugerencia o pedido de los mismos (ver gráfica).



Los principales dispositivos que piensan regalar este fin de año son **teléfonos celulares o *smartphone* (37%)**, **tabletas (25%)** y **consola de videojuegos (21%)**, entre otros.

Precios de gadgets

Para algunos padres todavía existe desconfianza para dejar que sus hijos se acerquen a la tecnología, aunque de lo que se trata realmente es de hacer uso responsable y sin excesos, con actividades apropiadas para la edad de los pequeños.

En el mercado hay diversidad de dispositivos de todos los precios, aunque dado el precio de algunos, bien vale la pena pensarlo dos veces antes de decidir comprarlos, y más si son para niños.

Para saber los costos que podrías encontrar este fin de año, la **Profeco** recopiló precios de algunos dispositivos considerados como *gadgets* para niños en diferentes tiendas de autoservicio y departamentales en la Ciudad de México.

Cabe mencionar que los precios presentados en el cuadro son sólo un ejemplo, ya que podrás encontrar más bajos o más altos, lo que dependerá de las características técnicas y accesorios.



Producto	Precios (\$) ^{1/}		Diferencias	
	Desde	Hasta	(\$)	(%)
Audífonos (<i>in ear</i>)	199	3,599	3,400	1,709
Audífonos supraaurales (<i>on ear</i>)	899	3,499	2,600	289
Barras de sonido	2,999	7,999	5,000	167
Cámara de acción	999	2,999	2,000	200
Cámara mini	1,799	2,100	301	17
Computadora portátil	6,699	21,999	15,300	228
Consola de videojuego	1,999	9,599	7,600	380
Dron	799	2,498	1,699	213
Muñecos interactivos	631	789	158	25
Robot esférico (<i>sphero</i>) varios modelos	2,899	4,199	1,300	45
Robot interactivo	879	2,649	1,770	201
Smartphone	699	4,669	3,970	568
Smartwatch	999	4,399	3,400	340
Tableta de 7"	1,199	7,999	6,800	567
Videocámara	1,499	4,399	2,900	193

^{1/} Los precios presentados son de ejemplo y referencia; es decir, puede haber precios más bajos y más altos a los presentados en el cuadro. La información presentada es estrictamente para fines informativos y comparativos. Esta selección de precios, servicios y productos se ha realizado de forma aleatoria. No tomes este artículo como una serie de recomendaciones de consumo, sólo como referencia. Fuente: Precios recabados en sitios de internet del 2 al 17 de octubre 2018, por lo que a la fecha de esta publicación pudieron haber cambiado.

Recuerda, si requieres mayor información sobre características especiales y técnicas, modelos, servicios adicionales, precios y promociones, te recomendamos acudir directamente con el proveedor del producto o servicio, para que te informe más a detalle sobre el *gadget*.



Fuentes:

- Universidad del Valle de México. Centro de Opinión Pública. Sala de prensa. Consultado el 27 de septiembre de 2018 en: <http://laureate-comunicacion.com/prensa/>
- Healthy Children.org. Los niños y la tecnología: consejos para los padres en la era digital. Consultado el 19 de octubre de 2018, en: <https://www.healthychildren.org/Spanish/family-life/Media/Paginas/tips-for-parents-digital-age.aspx>.
- INEGI. Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (ENDUTIH), 2017.

Recomendaciones

En estos tiempos que los niños están creciendo en un mundo digital, los esfuerzos por parte de los padres o personas a cargo deben centrarse en ayudarles a aprender conceptos saludables del uso de los dispositivos y comprender los riesgos en línea, incluida la pérdida de privacidad y más probabilidades de riesgos y peligros.

Para ayudarte en el control de los dispositivos por parte de los menores te brindamos los siguientes consejos:

- 1 La crianza se aplica tanto en el mundo real como en el medio virtual. Fija límites.
- 2 Haz del tiempo libre, sin dispositivos digitales, una prioridad diaria.
- 3 Ver, jugar y participar con tus niños en las actividades que realizan con sus dispositivos fomenta interacciones sociales "de carne y hueso", el aprendizaje y estrecha lazos.
- 4 Crea zonas libres de tecnología, como la cocina, el comedor, los patios, etc.
- 5 Advierte a los niños sobre la importancia de la privacidad y los peligros de los depredadores en internet.

Antes de comprar algún tipo de gadget, considera lo siguiente:

- 1 Investiga las características y modalidades del soporte técnico y si es apto para niños.
- 2 Compara precios en varios establecimientos formales.
- 3 Verifica que el gadget esté acorde con la edad de los menores y cuente con garantía, y que el instructivo venga en español.
- 4 Conserva los recibos de compra para cualquier duda o aclaración.
- 5 Si piensas comprar por medio de internet, verifica los estándares de seguridad ("s" en seguida de https, candado o llave en la parte inferior o superior del navegador y certificado digital con fecha vigente), con el fin de evitar que tu información personal y financiera sea interceptada y usada en tu perjuicio.



El artículo 12 de la **Ley Federal de Protección al Consumidor** especifica que el proveedor tiene obligación de entregar al consumidor factura, recibo o comprobante, en donde se constaten los datos específicos del servicio prestado. Si tienes alguna inconformidad con el proveedor del producto o servicio, acude a tu delegación **Profeco** más cercana o llama al **Teléfono del Consumidor: 5568 8722 y 01800 468 8722.**

Ante publicidad engañosa, denúnciala llamando al Teléfono del Consumidor o envía un correo a **denunciapublicitaria@profeco.gob.mx**. Recuerda, guarda comprobantes de pago, volantes o cualquier documento emitido por el establecimiento, en caso de presentar una queja o denuncia.





Artesanías y adornos navideños

NO PUEDEN FALTAR EN LA DECORACIÓN DEL HOGAR O LA OFICINA; SUS FORMAS Y COLORES ATRAPAN LA VISTA DE CUALQUIERA Y DAN ARMONÍA AL AMBIENTE EN ESTA ÉPOCA.

La Navidad ya ésta aquí, basta recorrer las tiendas de autoservicio y departamentales para observar la venta de todo tipo de productos alusivos. Si este año piensas adquirir algún producto para los festejos decembrinos, te invitamos a aprovechar las artesanías que ofrece cada región de nuestro país, con el sello distintivo de identidad plasmado por la comunidad en donde se elaboran.

No sólo apoyarás la economía familiar y de las entidades a las que vayas, también disfrutarás las decoraciones que ofrecen y conocerás las riquezas de nuestro México.



¿DÓNDE COMPRAR?

Las artesanías son como pequeños tesoros que reflejan la riqueza cultural, comprarlas es llevarte y tener en tus manos una pequeña parte de la tradición de un pueblo.

Si ya tienes pensado cómo adornar tu casa, qué necesitas para hacer una posada, cómo pondrás el nacimiento o cómo decorar el árbol de Navidad, pe-

ro sientes que algo le falta, te decimos dónde podrás encontrar el complemento perfecto, incluso para quien va a empezar de cero.

La **Profeco** recopiló información de 6 entidades y municipios que se caracterizan en la elaboración de productos navideños. En el cuadro podrás encontrar su ubicación y las artesanías de cada lugar.

Entidad	Municipio	Para comprar...	Ubicación
Estado de México	Acolman	Piñatas.	El municipio de Acolman se encuentra en la zona norte-centro del Estado de México. Colinda al norte con los municipios de Teotihuacán y Tecámac; al sur con Chiautla, Tezoyuca y Atenco; al oeste con Ecatepec, y al este con Tepetlaoxtoc.
	Amecameca	Árboles de Navidad naturales.	Ubicado en la zona de la Sierra Nevada, entre la provincia del eje volcánico y la cuenca del Río Moctezuma. Limita al norte con el municipio de Tlalmanalco; al este con el estado de Puebla; al sur con los municipios de Atlautla y Ozumba, y al oeste con los municipios de Ayapango y Juchitepec.
	Tlalmanalco	Adornos y figuras ecológicas artesanales.	Se encuentra en la zona sureste del estado. Colinda al este con el estado de Puebla; en la zona norte con los municipios de Chalco, Ixtapaluca y Cocotitlán; al oeste con el de Temamatla, y al sur con los municipios Tenango del Aire, Ayapango y Amecameca.
Jalisco	Tlaquepaque	Figuras artesanales para nacimientos, entre otros productos.	Se encuentra políticamente en la región centro conurbada en el estado de Jalisco. Limita al norte con los municipios de Tonalá, Zapopan y Guadalajara, y al sur con Tlajomulco de Zúñiga.
Michoacán	Tlalpujahua	Esferas, artículos navideños y elementos decorativos. La feria de la esfera, se lleva a cabo de octubre a diciembre.	Está al noroeste del estado. Limita al norte con Contepec; al este y sur con el Estado de México, y al oeste con Senguio y Maravatío.
Oaxaca	Santa Catarina Ixtepeji	Adornos artesanales para el nacimiento.	Se localiza en la región de la Sierra Norte y forma parte del distrito de Ixtlán. Limita al norte con Guelatao de Juárez, San Juan Chicomezpuhíl, San Miguel del Río y Santa María Jaltianguis; al sur con San Agustín Etla, San Andrés Huayapam, Santo Domingo Tomaltepec, Tlaxiactac de Cabrera y Teotitlán del Valle; al oeste con San Agustín Etla y Nuevo Zoquiapam, y al este con Santa Catarina Lachatao.
Puebla	Atlixco	Plantas de Noche Buena.	Se ubica en la parte centro-oeste del estado. Colinda al norte con Tanguismanalco; al noreste con Santa Isabel Cholula y Ocoyucan; al suroeste con Atzitzihuacan; al sur con Huaquechula y Tepeojuma; al sureste con San Diego la Meza Tochimiltzingo; al este con la ciudad de Puebla, y al oeste con el municipio de Tochimilco.
	Chignahuapan	Esferas artesanales.	Se localiza al norte de la entidad. Limita con Zacatlán; al sur con el estado de Tlaxcala; al oeste con Zacatlán y Aquixtla, y al poniente con el estado de Hidalgo.
	San Salvador Huixcolotla	Papel picado, adornos navideños, faroles, esferas de papel, piñatas, árboles navideños.	Ubicado en la parte central del estado. Los lugares que lo rodean son: al norte el municipio de Mixtla, al sur San Antonio Cañada, al este Tochtepec y al oeste el municipio de Tecali de Herrera.
	Zacatlán	Si bien no es adorno, se puede adquirir la clásica sidra. Desde la rosada, gasificada, dulce, natural, de pera y durazno.	Localizado en la parte noroeste del estado. Colinda al norte con Chiconcuautla y Huachinango; al sur con Aquixtla y Chignahuapan, y al oeste con Ahuacatlán, Tepetzintla y Tetela de Ocampo.

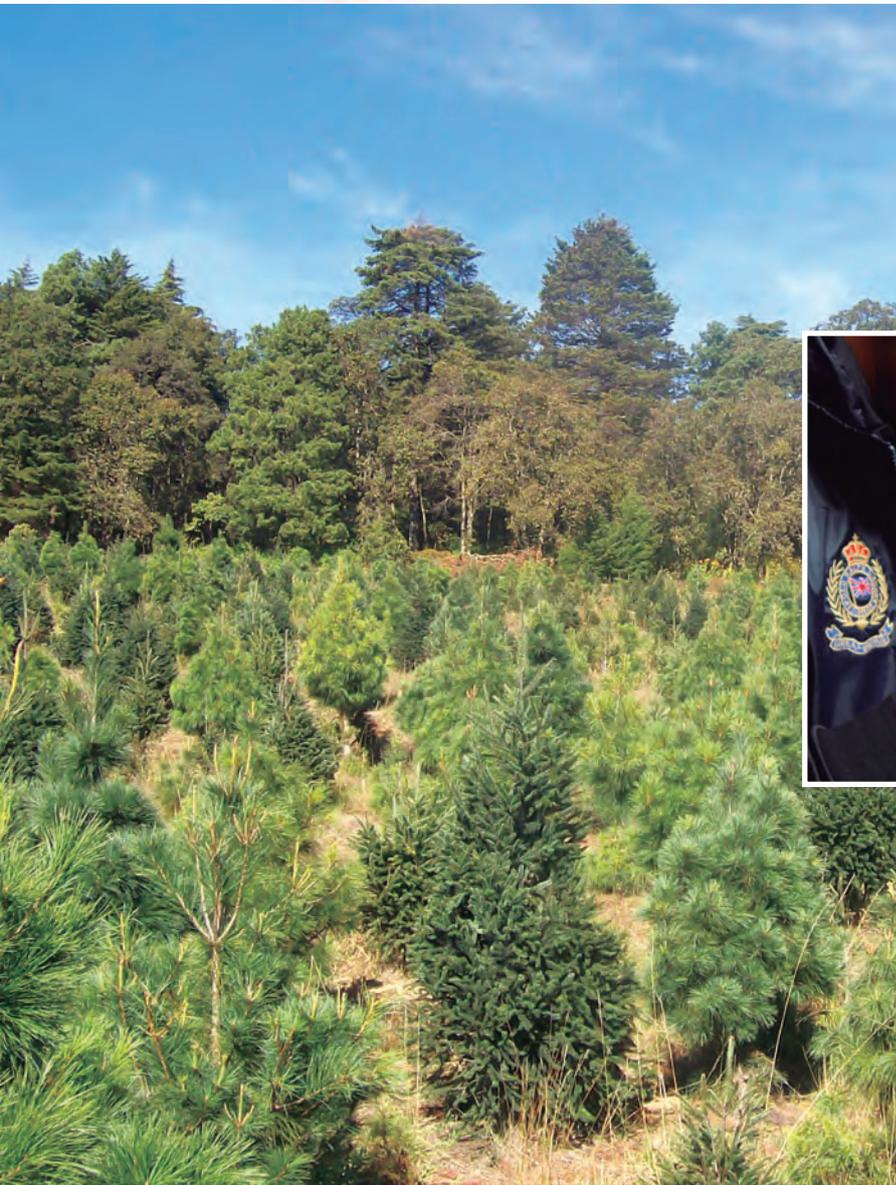
Fuente: Información recabada de los sitios web: Mexico desconocido / Pueblos mágicos, Sector / Municipios de México (www.municipios.mx)



El **Fondo Nacional para el Fomento de las Artesanías (Fonart)** indica que “cuando compres artesanías mexicanas recuerda el esfuerzo y la dedicación que los artesanos ponen en cada pieza que elaboran”, pero sobre todo sé parte de la campaña de **No al regateo**, ya que, de acuerdo con el organismo, los artesanos venden sus piezas hasta en 30% menos del precio original.

Por último, no olvides tus derechos como consumidor. El **artículo 12** de la **Ley Federal de Protección al Consumidor (LFPC)** establece que el proveedor tiene la obligación de entregarte factura, recibo o comprobante, en el que consten los datos específicos del servicio prestado.

Es importante guardar comprobantes de pago,



volantes o cualquier documento emitido por el establecimiento, ya que esto ayudará en caso de presentar una queja o denuncia.

Si tienes alguna inconformidad con tu proveedor, acude a tu delegación **Profeco** más cercana o llama al **Teléfono del Consumidor: 5568 8722** y **01800 468 8722**.

Ante publicidad engañosa denúnciala llamando al **Teléfono del Consumidor** o envía un correo a **denunciapublicitaria@profeco.gob.mx**.





9 DE CADA 10 MEXICANOS SON APEGADOS A LAS

TRADICIONES DECEMBRINAS, CON FUERTE INCLINACIÓN A LA CELEBRACIÓN DE LA NAVIDAD.

8 DE CADA 10 CONNACIONALES



PONEN ÁRBOL Y DECORAN SU CASA CON LUCES Y ADORNOS NAVIDEÑOS.



PARA 8 DE CADA 10 ENCUESTADOS, CELEBRAR LA NAVIDAD ES MUY IMPORTANTE.



6 DE CADA 10 PONEN NACIMIENTO.

Fuente: Encuesta telefónica realizada en 2017 por la empresa Gabinete de Comunicación Estratégica.



Fuentes:

- Sitio web México desconocido. "10 destinos para comprar adornos navideños". Consultado el 28 de agosto de 2018 en: <https://www.mexicodesconocido.com.mx/destinos-comprar-adornos-navidenos-mexico.html>
- Universidad del Valle de México. Centro de opinión pública. Estudio "Tradiciones navideñas". Consultado el 29 de agosto de 2018 en: <http://opinionpublicauvm.mx/project/tradiciones-navidenas>
- Gabinete de Comunicación Estratégica. Infografía "Navidad 2017". Consultado el 29 de agosto de 2018 en: <http://gabinete.mx/>
- Fondo Nacional para el Fomento de las Artesanías (Fonart). Listado de corredores turísticos artesanal. Consultado el 4 de octubre de 2018, en: <https://www.gob.mx/foanart/acciones-y-programas/corredores-turisticos-artesanales-163018>
- Sales Heredia, Francisco. "Las artesanías en México, situación actual y retos". Consultado el 28 de septiembre de 2018, en: http://biblioteca.diputados.gob.mx/janium/bv/cesop/lxii/art_mex_sitact_re.pdf
- Sección Amarilla. "Lo que debes considerar antes de comprar artesanías mexicanas". Consultado el 5 de octubre de 2018, en: <https://blog.seccionamarilla.com.mx/considerar-antes-comprar-artesanas-mexicanas/>

Recomendaciones

- Haz una lista, establece un presupuesto antes de ir de compras y apégate a él. De preferencia no lleves dinero de más, así evitarás tentaciones de último momento.
- Anticipa tus compras, de esta forma podrás encontrar precios más bajos y adquirirás lo necesario, relajado y sin prisas.
- Considera reutilizar productos de navidades anteriores y sólo adquiere lo que verdaderamente necesites para tus adornos.
- Compara precios de diferentes productos y en distintos establecimientos, esto te puede generar ahorros importantes.
- Guarda tus comprobantes de pago para cualquier aclaración o reclamación.
- Antes de adquirir algo, infórmate sobre las condiciones de cambio y políticas de devolución del establecimiento.
- Varios artesanos no cuentan con sistema para cobro con tarjeta, considera llevar suficiente efectivo.



EN ESTA ENTREGA, DOS RECETAS QUE PUEDES INCLUIR EN TU CENA NAVIDEÑA

CROQUETAS DE POLLO CON ARROZ VERDE (6 RACIONES)

INGREDIENTES

- 1 pechuga de pollo cocida y picada finamente (500 g)
- 2 tazas de leche (500 ml)
- 1 huevo batido (55 g)
- 1 vaso de yogur natural sin azúcar (150 g)
- 180 g de arroz
- 1 taza de pan molido (170 g)
- 2 cucharadas de harina de trigo (20 g)
- 1 manojo de espinacas (200 g), limpias y rebanadas con todo y tallo
- 150 g de cebolla, 1/3 entera y el resto finamente picada
- 1 pimiento rojo (100 g) en rajitas o zanahoria rallada
- 1 rama de apio, finamente picada (50 g)
- 1 diente de ajo (2 g)
- 1/3 de taza de aceite (80 ml)
- 2 cucharadas de mantequilla (20 g)
- 1 pizca de nuez moscada
- Sal y pimienta al gusto

PREPARACIÓN

1. Derrite la mantequilla y acitrona la cebolla, añade la harina y revuelve hasta que tome un color ligeramente dorado.
2. Incorpora la leche y la nuez moscada, salpimienta y continúa moviendo hasta que la salsa espese.
3. Añade el pollo, la cebolla, el apio y mezcla hasta que todo se integre. Verifica la sazón. Vierte en un tazón y deja en refrigeración durante 1/2 hora.
4. Divide la masa en porciones iguales y forma las croquetas. Pásalas por el huevo batido y después por el pan, quitándoles el exceso, y colócalas sobre una charola empapelada.
5. Rocíalas con un poco de aceite en aerosol y hornéalas a 180 °C durante aproximadamente 30 minutos, volteándolas para que se doren parejo.
6. Licua la mitad de las espinacas con 2 tazas de agua, el trozo de cebolla y el diente de ajo. Prepara el arroz de la manera convencional utilizando como agua de cocción el licuado con las espinacas, salpimienta y agrega las espinacas crudas.
7. Una vez cocido el arroz, retira del fuego, integra el pimiento, el yogur, verifica la sazón y mezcla cuidadosamente.
8. Sirve el arroz y coloca encima las croquetas, adornando al gusto.



KCAL.
569



PROTEÍNAS
32 G



GRASA
24 G



COLESTEROL
113 MG



FIBRA
DIETÉTICA
3 G

APORTE NUTRIMENTAL POR RACIÓN



APORTE NUTRIMENTAL POR RACIÓN

KCAL.
462

PROTEÍNAS
35 G

GRASA
25 G

COLESTEROL
14 MG

FIBRA
DIETÉTICA 3 G

BACALAO A LA VIZCAÍNA (12 RACIONES)

INGREDIENTES

- ½ kg de bacalao de la mejor calidad, de preferencia de lonja gruesa (peso sin hueso ni piel), puede sustituirse por el pescado seco de tu preferencia
- 800 g de papitas semicocidas y peladas, partidas por la mitad
- 1 baguette delgada (90 g) o 3 bolillos rebanados y oreados
- 600 g de jitomates maduros, asados y molidos, sin piel ni semillas
- 1 ½ tazas de puré de tomate (440 g)
- 1 lata de pimientos morrones, cortados en rajas (250 g)
- 1 cebolla, cortada en rodajas finas (200 g)
- 150 g de aceitunas deshuesadas y partidas por la mitad (reservar 12 enteras para adornar)
- 1 manojo de perejil fresco, finamente picado (100 g)
- 9 chiles largos en vinagre (90 g), partidos en trozos (reserva 3 enteros para adornar)
- 3 cucharadas de alcaparras (35 g)
- 6 dientes de ajo grandes (18 g), finamente picados
- 100 g de almendras rebanadas
- 1 taza de vino blanco (200 ml), se puede sustituir por cerveza, caldo o agua
- 3 cucharadas de vinagre
- 3 cucharadas de caldo de los chiles güeros
- 200 ml de aceite de oliva extravirgen (reserva 1/3 de taza para el pan) o cualquier otro aceite vegetal comestible
- 1 cucharadita de orégano bien triturado
- sal, páprika y pimienta al gusto

PREPARACIÓN

1. Desde la noche anterior, remoja el pescado en agua fría y cámbiala varias veces para que se desale.
2. Desmenuza el bacalao (de preferencia en crudo), pero si está muy duro, introdúcelo en una olla con agua hirviendo y déjalo hasta que la carne se suavice.
3. Después, escurre, deja enfriar y desmenuza cuidadosamente, retirándole todas las espinas y piel.
4. En una cazuela caliente el aceite y acitrona la cebolla y los ajos. Enseguida incorpora el pescado desmenuzado y fríe hasta que se vea bien impregnado del aceite.
5. Agrega el jitomate molido y el puré y deja en el fuego hasta que cambie de color y se reduzca un poco.
6. Añade las papitas, el perejil, las aceitunas, alcaparras, los chiles güeros, las almendras y el vino blanco.
7. Condimenta con el orégano, páprika y pimienta. Mezcla cuidadosamente, tapa y baja el fuego, moviendo ocasionalmente con cuidado para que no se bata.
8. Cuando las papitas se sientan bien cocidas, agrega las rajas de pimiento, el vinagre y verifica la sazón; integra y deja unos minutos al fuego para que termine de sazonar y reseque al gusto.
9. Unta las rebanadas de pan con un diente de ajo y luego barnízalas con el aceite restante. Hornéalas o dóralas sobre un comal a fuego bajo.
10. Sirve el bacalao bien caliente, adornando con los chiles, aceitunas enteras y el pan dorado.

FOTOGRAFÍA: ENRIQUE ARECHAVALA
ESTILISTA DE ALIMENTOS: BRENDA GARCÍA
NUTRIÓLOGA: MARÍA ROSA OCHOA

Gelati

Son de los postres preferidos de los niños y se pueden disfrutar a cualquier hora del día. Entérate qué evaluó el **Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor** de estos productos.

Son fáciles de preparar y agradables al paladar, con variados sabores y nos han acompañado a lo largo de nuestra vida.

En el mercado hay amplia variedad de gelatinas preparadas o polvos para hacerlas. Son el resultado de la mezcla de agua o leche y polvo que contiene grenetina y que se obtiene a partir del colágeno, proteína encargada de formar estructuras flexibles y fuertes en nuestro organismo.

Estos productos no sólo tienen grenetina, dependiendo de la marca adicionan azúcares o edulcorantes (acesulfame K, aspartame, sucralosa, stevia), acidulantes, saborizantes, colorantes y algunas vitaminas. El aporte nutrimental variará de acuerdo con los ingredientes que contengan y la cantidad adicionada.

Una porción de gelatina de 30 gramos (15 %) puede tener hasta 19 gramos de azúcar. Algunas marcas comercializan la presentación light, en la que no adicionan azúcares, y otras la contienen en cantidades considerables.

La **Profeco** se dio a la tarea de analizar las distintas marcas que hay en el mercado para proporcionar información sobre su calidad y contenido.

NORMATIVIDAD

- **NOM-002-SCFI-2011.** Productos preenvasados. Contenido neto. Tolerancias y métodos de verificación.
- **NOM-051-SCFI/SSA1-2010.** Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados. Información comercial y sanitaria.
- **Reglamento de Control Sanitario de Productos y Servicios.** Secretaría de Salud.

FICHA TÉCNICA

REALIZACIÓN DEL ESTUDIO
13 DE SEPTIEMBRE AL 11 DE
OCTUBRE DE 2018

PERIODO DEL MUESTREO
13 AL 14 DE SEPTIEMBRE DE
2018

MARCAS ANALIZADAS

24

PRUEBAS REALIZADAS

1,942

mas



PARA CONTRIBUIR AL SABOR, PERO TAMBIÉN A QUE LA GELATINA SOLIDIFIQUE, LOS PRODUCTOS CONTIENEN DIFERENTES ÁCIDOS, COMO CÍTRICO, MÁLICO Y FUMÁRICO.



Fotos: Alejandro Sánchez Velasco y Roberto Paz Amaya

EL ESTUDIO

Se analizaron

18 PRODUCTOS

que se comercializan en polvo y

6 GELATINAS

ya preparadas.

En polvo se estudiaron aquellos para preparar gelatina con:



agua



leche

Se evaluó:



Aporte nutrimental.- Se determinó el contenido de proteína, grasa (en aquellas preparadas con leche) y azúcar. Los datos reportados se refieren al contenido nutrimental en 130 gramos de producto preparado (se trata de la porción que se reporta en las etiquetas de los productos y que es equivalente a un vasito de gelatina preparada).



Información en la etiqueta.- Se verificó que en la etiqueta publicaran: denominación del producto, lista de ingredientes, modo de preparación del alimento, nombre y dirección del fabricante o comercializador, número de lote, fecha de consumo preferente y contenido neto del producto, etiquetado frontal nutrimental, así como que la información fuera veraz.



Aporte calórico.- Éste se calculó con base en lo que proporciona una porción de 130 gramos.



Precio.- Para fines comparativos, en cada marca se incluye el costo del producto para preparar una porción de 130 gramos.



EN CUANTO A LA CALIDAD SANITARIA, TODOS LOS PRODUCTOS OBTUVIERON RESULTADOS FAVORABLES. NINGUNO PRESENTA MICROORGANISMOS QUE REPRESENTEN RIESGOS A LA SALUD, NI EVIDENCIA DE MAL MANEJO SANITARIO.



RESULTADOS Y CONCLUSIONES

■ En varias de las marcas el azúcar es el principal ingrediente, otras contienen azúcar y endulzantes no calóricos; finalmente, en las denominadas light se sustituye el azúcar por los endulzantes que no proporcionan calorías pero sí sensación de dulzor al consumirlos (ver tablas).

■ El sabor es aportado por saborizantes naturales y artificiales, y las opciones son: fresa, fresa salvaje, yogurth de fresa, chicle, piña, limón, naranja, uva, jamaica, lima, guayaba y guanábana.



■ Algunos productos tienen bajo aporte calórico, considerando que contribuyen con menos de 40 kcal por un vasito de gelatina de 130 g, que es una pequeña porción (2%) de las 2,000 kcal que deben consumirse al día (ver tablas).

La única marca que adiciona vitaminas y minerales es **Mc CORMICK / polvo para preparar gelatina sabor malteada de fresa**, fortificado con vitaminas y minerales / México/ 35 g, y **Mc CORMICK / polvo para preparar gelatina sabor fresa**, fortificado con vitaminas y minerales. Esta adición sólo se trata de 5% del Valor Nutricional de Referencia (VNR), cantidad diaria que se sugiere consumir.



■ **BAMBI** / Gelatina de agua / México / 850 gy **BAMBI** / Gelatina de agua y leche Gourmet light, frambuesa mango / México / 110 g, no cumplieron con el contenido neto declarado.



■ Las marcas **Fruti Cool** / Polvo para preparar gelatina de leche sabor fresa / México / 140 g y **Fruti Cool** / Polvo para preparar gelatina de agua sabor fresa / México / 130 g, tuvieron omisiones respecto de algunos requisitos de etiquetado, de acuerdo con lo exigido por la **NOM-051-SCFI/SSAI-2010**, “Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados. Información comercial y sanitaria” (ver tablas).



■ El producto **Frutevia Jelly** / polvo para preparar gelatina endulzado con **STEVIA** / sabor frutos rojos / México / 25 g, resalta la leyenda enriquecido con vitamina C, pero no está ostentada como ingrediente.



Todas las **gelatinas aportan proteína**, las marcas analizadas, proporcionan, en promedio, **3 g** por vasito de **130 g**.



Las **gelatinas preparadas con leche** son las que aportan más **energía** por contener la **grasa** proveniente de ésta.

GELATINAS COMERCIALIZADAS EN POLVO (PARA PREPARAR CON AGUA)



Aurrera

Polvo para preparar gelatina sabor fresa/ México / 140 g

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
Completa	Cumple	Aspartame y Acesulfame K
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$0.96	
Proteína (g)	1.85	
Grasa (g)	-	
Azúcar (g)	12.13	
Aporte energético (kcal)	56	



CONGELLI

Polvo para preparar gelatina sabor limón/ México / 170 g

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
Completa	Cumple	-
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$1.00	
Proteína (g)	2.39	
Grasa (g)	-	
Azúcar (g)	16.33	
Aporte energético (kcal)	75	



D'Gari light

Polvo para preparar GELATINA con agua, bajo en calorías / México / 20 g

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
Completa	Cumple	Aspartame y Acesulfame K
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$1.09	
Proteína (g)	1.95	
Grasa (g)	-	
Azúcar (g)	-	
Aporte energético (kcal)	8	



D'Gari

Polvo para preparar GELATINA con agua/ México / 120 g

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
Completa	Cumple	Sucralosa
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$1.21	
Proteína (g)	2.35	
Grasa (g)	-	
Azúcar (g)	10.53	
Aporte energético (kcal)	52	



Frutevia Jelly

Polvo para preparar gelatina endulzada con STEVIA. Sabor frutos rojos / México / 25 g

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
*	Cumple	Stevia
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$1.11	
Proteína (g)	1.84	
Grasa (g)	-	
Azúcar (g)	-	
Aporte energético (kcal)	7	

* Resalta la leyenda Enriquecido con vitamina C, sin embargo no la declara en los ingredientes



Fruti Cool

Polvo para preparar gelatina de agua. Sabor fresa / México/ 130 g

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
**	Cumple	Sucralosa y Acesulfame K
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$1.15	
Proteína (g)	1.41	
Grasa (g)	-	
Azúcar (g)	12.95	
Aporte energético (kcal)	57	

** El etiquetado frontal nutrimental no es acorde a lo establecido en la norma NOM-051-SCFI/SSA1-2010.



GOLDEN HILLS

Polvo para preparar gelatina sabor a fresa / México / 100 g

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
Completa	Cumple	Sucralosa y Acesulfame K
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$1.05	
Proteína (g)	1.43	
Grasa (g)	-	
Azúcar (g)	12.67	
Aporte energético (kcal)	56	



JELL-O

Polvo para preparar gelatina reducida en azúcar sabor a fresa / México / 25 g

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
Completa	Cumple	Aspartame y Acesulfame K
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$1.25	
Proteína (g)	1.99	
Grasa (g)	-	
Azúcar (g)	0.33	
Aporte energético (kcal)	9	



JELL-O

Polvo para preparar gelatina baja en calorías sabor a fresa / México / 25 g

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
Completa	Cumple	Aspartame y Acesulfame K
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$1.30	
Proteína (g)	1.81	
Grasa (g)	-	
Azúcar (g)	-	
Aporte energético (kcal)	7	



Ke precio

Polvo para preparar gelatina de agua sabor fresa / México / 140 g

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
Completa	Cumple	-
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$1.05	
Proteína (g)	1.54	
Grasa (g)	-	
Azúcar (g)	13.09	
Aporte energético (kcal)	59	



Mc CORMICK

Polvo para preparar gelatina sabor fresa, fortificado con vitaminas y minerales. Sabor fresa silvestre / México / 35 g

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
Completa	Cumple	Aspartame y Acesulfame K
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$1.00	
Proteína (g)	2.43	
Grasa (g)	-	
Azúcar (g)	1.17	
Aporte energético (kcal)	14	

UNA PORCIÓN DE 130 GRAMOS DE GELATINA PUEDE CONTENER HASTA 19 GRAMOS DE AZÚCAR.



Mix d'Duché

Polvo para preparar gelatina sin azúcar. Sabor fresa / México / 35 g

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
Completa	Cumple	-
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$0.98	
Proteína (g)	2.60	
Grasa (g)	-	
Azúcar (g)	-	
Aporte energético (kcal)	10	



Pronto light

Polvo para preparar gelatina sin azúcar sabor fresa / México / 25 g

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
Completa	Cumple	Aspartame y Acesulfame K
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$1.05	
Proteína (g)	1.98	
Grasa (g)	-	
Azúcar (g)	-	
Aporte energético (kcal)	8	



Pronto Reducida en azúcar

Polvo para preparar gelatina reducida en azúcar sabor fresa / México / 84 g

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
Completa	Cumple	Sucralosa
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$1.35	
Proteína (g)	2.03	
Grasa (g)	-	
Azúcar (g)	7.35	
Aporte energético (kcal)	37	

GELATINAS COMERCIALIZADAS EN POLVO (PARA PREPARAR CON LECHE)



D'Gari

Polvo para preparar GELATINA con leche / Sabor a fresa / México / 120 g

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
Completa	Cumple	Sucralosa y Acesulfame K
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$ 3.03 * / 1	
Proteína (g)	5.67	
Grasa (g)	1.79	
Azúcar (g)	17.03	
Aporte energético (kcal)	107	



D'Gari light

Polvo para preparar GELATINA con leche, reducido en calorías. Sabor yoghurt fresa / México / 25 g

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
Completa	Cumple	Aspartame y Acesulfame K
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$ 3.80 * / 1	
Proteína (g)	5.25	
Grasa (g)	1.09	
Azúcar (g)	4.50	
Aporte energético (kcal)	49	



Fruti Cool

Polvo para preparar gelatina de leche. Sabor fresa / México / 140 g

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
**	Cumple	Sucralosa y Acesulfame K
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$ 3.03 * / 1	
Proteína (g)	4.95	
Grasa (g)	3.73	
Azúcar (g)	19.16	
Aporte energético (kcal)	130	

** El etiquetado frontal nutrimental no es acorde a lo establecido en la norma NOM-051-SCFI/SSA1-2010*



Mc CORMICK

Polvo para preparar gelatina sabor malteada de fresa, fortificado con vitaminas y minerales / México / 35 g

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
Completa	Cumple	Aspartame y Acesulfame K
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$ 3.00 * / 1	
Proteína (g)	6.15	
Grasa (g)	4.12	
Azúcar (g)	6.34	
Aporte energético (kcal)	87	

*El costo se calculó considerando también la leche que se usó para su preparación.
1 La leche usada corresponde a la indicada en la etiqueta, ya sea descremada, semidescremada o entera.

APORTE NUTRIMENTAL

Gelatinas que se comercializan ya preparadas (ya preparadas)

- LALA YOMI®/Gelatina sabor fresa reducida en azúcar/ México/ 125 g
- Dany DANONE® /Gelatina de agua sabor fresa/ México/ 125g
- BAMBI / Gelatina de agua y leche. Gourmet light, frambuesa mango/ México/ 110g
- BAMBI / Gelatinas de agua/ México/ 850 g (20 piezas)
- ART LIGHT®/ Gelatina sin azúcar de sabores: jamaica, lima, guayaba y guanábana/ México/ 500g (4 piezas de 125 g c/u)
- ART / Gelatina sabores fresa, limón, piña, uva y naranja/ México/ 500g (4 piezas de 125 g c/u)

Gelatinas comercializadas en polvo (para preparar con leche)

- Mc CORMICK®/ Polvo para preparar gelatina sabor malteada de fresa, fortificado con vitaminas y minerales/ México/ 35g
- Fruti Cool®/ Polvo para preparar gelatina de leche. Sabor fresa/ México/ 140g
- D'Gari light®/ Polvo para preparar GELATINA con leche, reducido en calorías. Sabor yoghurt fresa/ México/ 25g
- D'Gari®/ Polvo para preparar GELATINA con leche/ México/ 120g

Gelatinas comercializadas en polvo (para preparar con agua)

- Pronto Reducida en azúcar / Polvo para preparar gelatina sin azúcar sabor fresa/ México/ 84g
- Pronto light / Polvo para preparar gelatina sin azúcar sabor fresa/ México/ 25g
- Mix d'Duché / Polvo para preparar gelatina sin azúcar. Sabor fresa/ México/ 35g
- Mc CORMICK / Polvo para preparar gelatina sabor fresa, fortificado con vitaminas y minerales. Sabor fresa silvestre/ México/ 35g
- Ke precio / Polvo para preparar gelatina de agua sabor fresa/ México/ 140g
- JELL-O /Polvo para preparar gelatina baja en calorías sabor a fresa/ México/ 25g
- JELL-O /Polvo para preparar gelatina reducida en azúcar sabor a fresa/ México/ 25g
- GOLDEN HILLS / Polvo para preparar gelatina sabor a fresa/ México/ 100g
- Fruti Cool / Polvo para preparar gelatina de agua. Sabor fresa/ México/ 130g
- Frutevia Jelly / Polvo para preparar gelatina endulzada con STEVIA. Sabor frutos rojos/ México/ 25g
- D'Gari / Polvo para preparar GELATINA con agua/ México/ 120g
- D'Gari light / Polvo para preparar GELATINA con agua, bajo en calorías/ México/ 20g
- CONGELLI / Polvo para preparar gelatina sabor limón/ México/ 170g
- Aurrera®/ Polvo para preparar gelatina sabor fresa/ México/ 140g



GELATINAS QUE SE COMERCIALIZAN YA PREPARADAS (YA PREPARADAS)



ART

Gelatina sabores fresa, limón, piña, uva y naranja / México / 1 kg (8 piezas de 125 g c/u)

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
Completa	Cumple	Acesulfame K y Stevia
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$6.89	
Proteína (g)	2.25	
Grasa (g)	-	
Azúcar (g)	11.91	
Aporte energético (kcal)	57	



ART LIGHT

Gelatina sin azúcar de sabores: jamaica, lima, guayaba y guanábana / México / 500g (4 piezas de 125 g c/u)

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
Completa	Cumple	Acesulfame K y Aspartame
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$3.72	
Proteína (g)	2.67	
Grasa (g)	-	
Azúcar (g)	0.92	
Aporte energético (kcal)	14	



BAMBÍ

Gelatinas de agua/ México / 850 g (20 piezas)

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
Completa	No cumple	Acesulfame K y Sucralosa
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$3.20	
Proteína (g)	2.05	
Grasa (g)	-	
Azúcar (g)	11.97	
Aporte energético (kcal)	56	



BAMBÍ

Gelatina de agua y leche. Gourmet light, frambuesa mango / México / 110 g

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
Completa	No cumple	Sucralosa y Acesulfame K
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$9.10	
Proteína (g)	3.52	
Grasa (g)	1.16	
Azúcar (g)	1.07	
Aporte energético (kcal)	29	



Dany DANONE

Gelatina de agua. Sabor fresa / México / 125 g

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
Completa	Cumple	-
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$3.95	
Proteína (g)	2.00	
Grasa (g)	-	
Azúcar (g)	18.53	
Aporte energético (kcal)	82	



LALA YOMI

Gelatina sabor fresa reducida en azúcar / México / 125 g

Información al consumidor	Contenido neto	Edulcorantes
Completa	Cumple	Acesulfame K y Estevia
Resultado del producto preparado por porción de un vasito de 130 g		
Costo	\$3.43	
Proteína (g)	1.72	
Grasa (g)	-	
Azúcar (g)	11.83	
Aporte energético (kcal)	54	

EL APORTE NUTRIMENTAL VARIARÁ DE ACUERDO CON LOS INGREDIENTES QUE CONTENGA Y LA CANTIDAD ADICIONADA.





SANDWICHERAS Y TOSTADORES ELÉCTRICOS

PRÁCTICOS, DE FÁCIL USO Y MÚLTIPLE UTILIDAD. ENTÉRATE A QUÉ PRUEBAS FUERON SOMETIDOS Y QUÉ CALIFICACIÓN OBTUVIERON.

La idea de poder disfrutar de un rico bocadillo con un pan de caja, preparado en minutos, es muy práctico si se tiene un aparato de tamaño pequeño, de fácil transportación y limpieza que podemos tener en la casa u oficina.

El Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor puso a prueba tostadores y sandwicheras, te informamos de los resultados obtenidos.



EL ESTUDIO

SE ANALIZARON 25 MODELOS: 12 TOSTADORES DE PAN
Y 13 SANDWICHERAS (3 PARA PANINI)

Estos productos, de un total de 9 marcas, de venta en el mercado nacional. Los tostadores de pan se dividieron en dos categorías: **a)** para dos rebanadas de pan, y **b)** para cuatro. A su vez, las sandwicheras se dividieron en: las tradicionales y para panini.

PRUEBAS REALIZADAS



Consumo de energía

En el caso de los tostadores, se hizo el tostado de pan en un nivel de tostado medio, de acuerdo con su instructivo de uso. Para las sandwicheras, se colocaron en sus placas un par de sándwiches y se midió el consumo que demanda desde que se cierra hasta que el indicador señala que ha terminado. En ambos casos se realizaron cinco ensayos de manera continua, con descansos de un minuto entre cada ciclo de operación.



Tiempo de tostado y de preparación de sándwiches

Se midió el tiempo que tardan ambos tipos de aparatos para realizar su tarea, desde que se introduce el pan hasta que el aparato lo expulsa e indica que ha terminado el proceso. El valor en minutos y segundos es un promedio de los cinco ensayos realizados, con base en la prueba de consumo de energía.



Uniformidad del tostado

En esta prueba se busca que el pan presente un tostado parejo y que el color obtenido por el mismo sea marrón y no demasiado tenue, o bien negruzco, que indicaría que se tostó de más. Además, se verificó la consistencia del pan, que debe ser crocante, es decir, ni muy blando ni muy duro (ver tablas).



Seguridad

Cuando operamos aparatos de calentamiento como los analizados, es importante saber si bajo el uso normal esperado se presentan riesgos de quemadura o incendio hacia el usuario o el entorno. Con base en lo anterior, se determinó el incremento de temperatura máximo que sufren sus partes accesibles cuando operan bajo condiciones normales de acuerdo con la norma de seguridad que le aplica. Todos los modelos cumplen con la normatividad.

Información al consumidor

Se verificó que en la etiqueta incluya: tipo de producto, marca, modelo y características de alimentación eléctrica; garantía en español que incluya sus alcances y restricciones, e instructivo de uso que informe el modo apropiado de operación, cuidados y precauciones necesarias. Todos los modelos cumplen con la normatividad. Por lo anterior, esta información no se muestra en la tabla de resultados.



Atributos

En la tabla de resultados te indicamos las principales características y funciones con que cuenta cada uno de los modelos analizados.



Evaluación

Te ofrecemos una explicación acerca de las calificaciones plasmadas en las tablas de resultados para cada modelo analizado.

NOTA. - En lo que respecta a las sandwicheras tradicionales, cada sándwich se divide en dos triángulos por efecto de la presión de las placas del aparato, por lo que la evaluación del tostado se realiza en uno de ellos a la vez; en tanto, para el caso de las de panini, al ser una pequeña parrilla es normal que se vean caminos paralelos más oscuros que otros. En ese caso, la uniformidad del tostado se calificó como el color más predominante.



EXCELENTE. El acabado del pan es aquel que calificamos como “tostado dorado”, es decir, tiene un color marrón uniforme en la superficie y presenta muy pocas áreas de color más claro. La consistencia del pan es crocante, es decir, no es blando y tampoco duro.



MUY BUENO. Con esta calificación están aquellos aparatos en que el acabado del pan es de color marrón más oscuro, con diversas áreas de color más claro que no afectan demasiado el terminado. El pan tiene consistencia crocante, aunque más suave que las calificadas con Excelente.



BUENO. El pan tienen un acabado color marrón muy oscuro en diversas áreas, aunque la consistencia es suave. El sabor puede tener notas amargas, lo que significa que el pan empezó a quemarse.



SUFICIENTE. Por último, con esta calificación están los aparatos que dejan un color prácticamente negro, señal de que ha quemado el pan; aunque esta situación puede estar en toda la superficie, algunas pueden ser más claras. La consistencia tiende a ser suave y su sabor, por lo quemado, es amargo.

En cuanto al **consumo de energía**, considera que los modelos calificados como **EXCELENTE** son aquellos que logran hacer su función con menos de 7 w/h (watts por hora), los **MUY BUENOS** con 7 w/h o hasta 8 w/h, y los **BUENOS** consumen un poco más, entre 9 w/h y 10.5 w/h. Los modelos calificados con **SUFICIENTE** requieren entre 10.5 w/h y hasta 14 w/h. Lo anterior es sólo una referencia, ya que es preferible seleccionar un modelo de bajo consumo pero con el mejor desempeño y no al revés.

TOSTADORES ELÉCTRICOS DE PAN



Marca	T-Fal	Proctor Silex	Taurus	Krups	T-Fal
Modelo	TT1A18MX	22632	Sagitario	KH311050	TT330DMX
País de origen	China	China	China	China	China
Garantía	1 año	1 año	2 años	1 año	1 año
Potencia de entrada	800 W	800 W	750 W	850 W	650 W
Uniformidad del tostado	E	E	MB	MB	MB
Energía para tostar un par de panes	MB	MB	E	E	E
Tiempo promedio de tostado (minutos : segundos) ⌚	2 m 2 s	1 m 32 s	1 m 59 s	1 m 56 s	2 m 13 s
Seguridad	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple
Número de cavidades	2	2	2	2	2
Capacidad en rebanadas	☞☞	☞☞	☞☞	☞☞	☞☞
Bandeja para migas	✓	✓	✓	✓	✓
Palanca o botón de elevación de pan	✓	✓	✓	✓	✓
Niveles de tostado 📶	7	7	7	7	6
Botón de apagado	✓ Botón cancelar	✓	✓ Botón cancelar	✓ Botón cancelar	✓ Botón cancelar
Display	No	No	No	No	No
Indicador de tostado (nivel de dorado) 📶	No	No	No	No	No
Función de recalentado	No	No	✓	✓	No
Función para bagel 🌀	No	No	✓	✓	No
Resaltamos		Su selector de tostado es mediante perilla.	Su selector de tostado es mediante perilla; función de descongelación.	Selector de perilla; función de descongelación.	Su selector de tostado es mediante perilla.

ATRIBUTOS

NOTA: Todos los modelos ofrecen la información relativa a su uso, precauciones, recomendaciones y garantía, conforme a la normatividad aplicable.



Smeg

Smeg

Cuisinart

Hamilton Beach

Oster

Oster

Hamilton Beach

TSF02PGUS

TSF01CRUS

CPT-440

22791

TSSTTRDFL2-013

TSSTTRJB30S-013

22811

China

China

China

China

China

China

China

1 año

1 año

3 años

1 año

1 año

1 año

1 año

1400 W

980 W

1800 W

850 W

750 W

1500 W

800 W



2 m 15 s

1 m 41 s

1 m 54 s

1 m 40 s

1 m 24 s

2 m 6 s

2 m 7 s

Cumple

Cumple

Cumple

Cumple

Cumple

Cumple

Cumple

2

2

4

2

2

2

2



6

6

7

7

7

7

7



No

No



No



No



Por LED

Por LED

No

No

Por LED

No

No



No



No



Su selector de tostado es mediante perilla; función de descongelación.

Se pueden colocar hasta 2 rebanadas de pan por cavidad; su selector de tostado es mediante perilla; función de descongelación.

Se pueden colocar hasta 2 rebanadas de pan por cavidad; su selector de tostado es mediante perilla; función de descongelación. NOTAS: (*) Incluye ascensor motorizado, (**) incluye dos displays y dos paneles de botones por cada 2 cavidades.

Su selector de tostado es mediante perilla.

Su selector de tostado es mediante perilla.

Su selector de tostado es mediante perilla, aviso audible de término del tostado.

Simbología/Evaluación global:



Excelente



Muy bueno



Bueno



Suficiente

SANDWICHERAS ELÉCTRICAS



Marca	Oster	Black +Decker	Proctor Silex	Cuisinart	Taurus	Cuisinart	
Modelo	CKSTSM2900B-013	SM1000W	25408-MX	GR-11	Lanche Max 2	WM-SW2N	
País de origen	China	China	China	China	China	China	
Garantía	1 año	2 años	1 año	3 años	2 años	3 años	
Potencia de entrada	750 W	820 W	700 W	1200 W	700 W	700 W	
Tipo (tradicional / panini)	Tradicional	Tradicional	Tradicional	Panini	Tradicional	Tradicional	
Evaluación global	E	E	E	MB	MB	MB	
Uniformidad del tostado	MB	MB	E	E	B	B	
Energía para preparar un par de sandwiches	E	E	B	S	MB	MB	
Tiempo promedio de preparación (minutos : segundos) ⌚	2 m 55 s	2 m 51 s	2 m 23 s	4 m 15 s	1 m 45 s	2 m 6 s	
Seguridad	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple	
ATRIBUTOS	Indicador de encendido	Por LED rojo	Por LED rojo	Por LED rojo	Por LED rojo	Por LED rojo	
	Indicador de sandwich listo	Por LED verde	Por LED verde	Por LED verde	Por LED verde	Por LED verde	
	Enrollable	✓	No	No	✓	✓	✓
	Observaciones	Se puede guardar en forma vertical para ahorrar espacio.	Se puede guardar en forma vertical para ahorrar espacio.	Se puede guardar en forma vertical para ahorrar espacio.	Forma de parrilla pequeña.	Se puede guardar en forma vertical para ahorrar espacio.	Se puede guardar en forma vertical para ahorrar espacio.

NOTA: Todos los modelos ofrecen la información relativa a su uso, precauciones, recomendaciones y garantía, conforme a la normatividad aplicable.



Taurus	Proctor Silex	Hamilton Beach	Oster	T-Fal	Hamilton Beach	Black+Decker
Poseidón	25461	25430	CKSTSM3892-013	SM155283	25460Z	SM24530 W
China	China	China	China	China	China	China
2 años	1 año	1 año	1 año	1 año	1 año	2 años
850 W	1400 W	1400 W	700 W	700 W	1400 W	700 W
Tradicional	Panini	Tradicional	Tradicional	Tradicional	Panini	Tradicional
MB	B	B	S	S	S	S
2 m 19 s	2 m 26 s	2 m 4 s	6 m 33 s	2 m 23 s	2 m 9 s	1 m 53 s
Cumple	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple
Por LED rojo	Por LED rojo	Por LED rojo	Por LED rojo	Por LED rojo	Por LED rojo	Por LED rojo
Por LED verde	Por LED verde	Por LED verde	Por LED verde	Por LED verde	Por LED verde	Por LED verde
		No				
Se puede guardar en forma vertical para ahorrar espacio.	Forma de parrilla pequeña.	Se puede guardar en forma vertical para ahorrar espacio.	Incluye placas intercambiables para hacer waffles; almacenaje vertical.	Se puede guardar en forma vertical para ahorrar espacio.	Forma de parrilla pequeña.	Se puede guardar en forma vertical para ahorrar espacio.

Simbología/Evaluación global: Excelente Muy bueno Bueno Suficiente

Lo que encontramos

EL NIVEL DE TOSTADO SE OBTIENE POR MEDIO DE UN CONTROL QUE NORMALMENTE ES UNA PERILLA.

NO SIEMPRE VIENE AJUSTADO PROPORCIONALMENTE COMO SE INDICA, PUES DE UN PASO A OTRO PUEDE DORARSE EN DEMASÍA LA REBANADA DE PAN.

- El modelo **CPT-440**, de la marca **Cuisinart**, tiene un mecanismo motorizado para el momento que termina el tostado. Con este sistema el pan sale despacio y no brinca como en las demás tostadoras. En nuestro comparativo es el único modelo con cuatro cavidades para tostar; presenta dos displays y dos paneles de botones para controlar dos cavidades y puede utilizarse por separado.



- Los modelos **TSF02PGUS**, de la marca **Smeg**, y **TSSTTRJB30S-013**, de la marca **Oster**, tienen dos cavidades largas para tostar dos rebanadas de pan en cada una.

- El espacio que presentan los tostadores para introducir las rebanadas de pan es lo suficientemente ancho como para poder tostar pan estilo europeo, el cual es más grueso que el de caja, lo que provoca que el tostado tarde un poco más y no será lo mismo tostar un pan de caja que uno estilo europeo, ya que para obtener el mismo término de tostado se requiere seleccionar un nivel diferente de tostado.

- Algunos modelos tienen funciones especiales como descongelar, la cual hace que el calor aplicado al alimento sea constante pero no alto para descongelarlo y hacer más sencilla su preparación. Otros modelos ofrecen un accesorio para hacer waffles. En la columna llamada "Resaltamos", de las tablas de resultados, te indicamos estos atributos.



- Los modelos **22791**, de **Hamilton Beach**; **22632**, de **Proctor Silex**, y **TT1A18MX** y **TT330DMX**, de **T-Fal**, al terminar de tostar no alcanzan a subir del todo la plataforma donde se asientan los panes, por lo que es necesario introducir los dedos para sacarlos.

EN CUANTO A LAS SANDWICHERAS, PODEMOS DECIRTE QUE, EN GENERAL, SU DESEMPEÑO ES EL ESPERADO.

- El modelo **CKSTSM3892-013**, de **Oster**, incluye unas placas extra para poder hacer waffles. En su instructivo se indica cómo realizar el cambio.



- Las sandwicheras para panini tienen la posibilidad de asar otro tipo de alimento, por ejemplo, una pechuga de pollo, dándole un acabado de parrilla, aunque el tiempo de cocción será mayor que el de un emparedado. Para utilizarlas para carnes, te recomendamos leer el manual de uso.

- Las sandwicheras no tienen selector de temperatura, pues ésta será la misma en sus placas en cualquier momento; el tiempo para preparar el emparedado es el que te señala el indicador luminoso, en verde se detiene el funcionamiento del aparato y es cuando puedes extraer el sándwich.

- En general, con las sandwicheras tipo panini se logra un tostado más crocante que con las sandwicheras tradicionales, debido a que estas últimas encierran por completo el sándwich y la humedad queda más tiempo en contacto con los panes, aspecto que con las tipo panini no ocurre, al ser placas que quedan paralelas a cada rebanada de pan.

Recomendaciones de uso

▶ Por ser aparatos de calentamiento, debes usarlos sin desatenderlos.

▶ No permitas que los niños operen estos aparatos.



▶ Ubica el nivel de tostado que deseas para tu pan. Colocar la perilla selectora a la mitad puede ser un buen inicio; en la mayoría de las tostadoras esta posición significó un buen tostado sin llegar a quemarse.

▶ Salvo el caso de los modelos CPT-440, de la marca Cuisinart; 22791, de Hamilton Beach; 22632, de Proctor Silex, y los modelos TT1A18MX y TT330DMX, de T-Fal, los tostadores sacan el pan de sus compartimientos con un salto de la base.

▶ El modelo **CPT-440, de la marca Cuisinart**, tiene dos parrillas de limpieza; revisa las instrucciones para retirarlas y hacer la limpieza adecuada de tu tostador.



▶ Para limpiar tu sandwichera procura no utilizar fibras o productos químicos, pues pueden dañar la superficie antiadherente de las placas. Utiliza un paño suave y haz la limpieza cuando la temperatura de las superficies esté tibia y así quitar fácilmente los restos de alimento.

En el caso de las sandwicheras, recuerda que el dorado del pan puede resultar muy ligero (calificación de Suficiente) y no tan intenso como podría gustarte (en la tabla de resultados, el dorado obtenido es para un ciclo de operación que en promedio dura 2 minutos, aproximadamente). Si prefieres un tostado más intenso, puedes dejar operando por más tiempo la sandwichera, aunque el consumo de energía será mayor, al igual que el tiempo necesario para lograrlo.



▶ Para operarse estos aparatos deben ser colocados en una superficie plana. Si detectas mal funcionamiento de tus aparatos, no intentes arreglarlos, por principio, deja de utilizarlos, desconéctalos de la toma eléctrica y verifica en su manual los centros de servicio donde podrán repararlos.

Recomendaciones de compra

- ▶ Adquiérelos en comercios establecidos.
- ▶ Asegúrate de que te sellen la garantía de tus aparatos.
- ▶ Cerciórate de que en la caja estén incluidos todos los aditamentos necesarios para su correcta operación.

Normatividad

NOM-024-SCFI-2013
Información comercial para empaques, instructivos y garantías, de los productos electrónicos, eléctricos y electrodomésticos.

NOM-008-SCFI-2002
Sistema General de Unidades de Medida.

NOM-003-SCFI-2014
Productos eléctricos.
Especificaciones de seguridad.

NMX-J-521/1-ANCE-2012
Aparatos electrodomésticos y similares. Seguridad Parte 1: Requisitos generales.

NMX-J-521/2-9-ANCE-2016
Aparatos electrodomésticos y similares. Seguridad Parte 2-9: Requisitos particulares para parrillas, tostadores y aparatos portátiles de cocimiento similares.

CEI IEC 60442:1998+AMD1:2003 CSV Consolidated version.
Electric toasters for household and similar purposes - Methods for measuring the performance.

Procedimientos internos de prueba

CI-DIFT-163 y 164
Procedimientos de prueba para la medición de potencia de entrada y corriente.

CI-DIFT-166
Procedimiento de prueba para corriente de fuga.

CI-DIFT-165
Procedimiento de prueba de calentamiento.

Ficha técnica

Realización del estudio	Periodo del muestreo
31 de agosto a 12 de octubre de 2018	31 de agosto a 01 de octubre de 2018

Marcas / modelos analizados	Total de pruebas / ensayos
9 / 25	8 / 1219

LLEGÓ DICIEMBRE Y CON ÉL LAS TRADICIONALES POSADAS, POR ESO, EN ESTA OCASIÓN TE ENSEÑAREMOS A HACER UNA PIÑATA CON COSAS QUE PUEDES ENCONTRAR EN TU CASA.

■ **Recomendación**
Si quieres hacer la tradicional de estrella, con cartón grueso haz los conos y fórralos del color que más te guste. Después, pégalos con pegamento blanco en la superficie de la piñata.



PIÑATA SUSTENTABLE



MATERIALES



Papel de colores



1 globo grande



Papel periódico



Engrudo



Tijeras



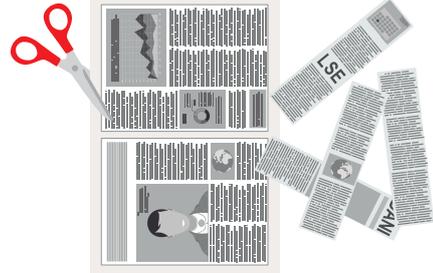
Resistol

Engrudo (preparación)
Necesitamos una taza de harina de trigo y tres tazas de agua. Disuelve la harina en una taza con agua, revuelve y añade las dos tazas de agua restantes. Pon a fuego lento hasta que hierva la mezcla y continúa mezclando hasta que desaparezcan los grumos, deja enfriar y listo para usarse.

PROCEDIMIENTO



1 Infla el globo y haz un nudo para que no se escape el aire. El tamaño que tendrá tu piñata dependerá de qué tan inflado esté el globo.



2 Toma las hojas de periódico y haz tiras con ellas.



3 Unta las tiras de periódico con engrudo y colócalas sobre la superficie del globo, como si lo vendaras.

Aplica tres o cuatro capas de papel para que tu piñata sea más resistente.

Procura dejar libre un espacio alrededor del nudo.



4 Al terminar pon el globo al sol y espera a que seque. Esto puede tardar de dos a tres días.

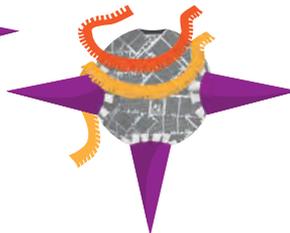
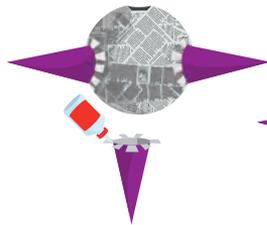


5 Cuando la cubierta del globo esté dura, poncha el globo.



El hueco que quedó donde antes estaba el nudo será el lugar por donde introducirás los dulces.

6 El último paso consiste en darle color. Toma papel de colores y adórnala como más te guste. Déjala secar y, ahora sí, tienes lista tu piñata.



Directorio de delegaciones

OFICINAS CENTRALES

Av. José Vasconcelos #208, Col. Condesa, Del. Cuauhtémoc, Ciudad de México.
Tel. (01 55) 5625 6700
asesoria@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN AGUASCALIENTES

Lic. Alberto Gómez Velasco
Juan de Montoro #103, Col. Centro, C.P. 20000, Aguascalientes, Aguascalientes.
Tel. (01 449) 915 9460, 915 1082
aguascalientes@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN BAJA CALIFORNIA

Lic. Julio Felipe García Muñoz
Guadalupe Victoria #9440, Edificio Daroca, a espaldas de Plaza Fiesta, Col. Zona del Río, C.P. 22320, Tijuana, Baja California.
Tel. (01 664) 684 8795, 684 8704
tijuana@profeco.gob.mx

SUBDELEGACIÓN MEXICALI

Lic. Rosa Isela Dávalos Méndez
Av. Pioneros #1005, Palacio Federal, Col. Centro Cívico, C.P. 21000, Mexicali, Baja California.
Tel. (01 686) 557 30 84,
557 30 85, 556 06 07
mexicali@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN BAJA CALIFORNIA SUR

Lic. Martha Alicia Nevarez Esparza
Jalisco S/N, Esq. Francisco I. Madero, Col. Pueblo Nuevo, C.P. 23060, La Paz, Baja California Sur.
Tel. (01 612) 125 3887, 122 8077
la.paz@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN CAMPECHE

Lic. Pedro Eduardo R. De la Gala Herrera
Av. 16 de Septiembre S/N, Palacio Federal, Primer Piso, Col. Centro, C.P. 24000, Campeche, Campeche.
Tel. (01 981) 811 0672, 816 6002
campeche@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN CHIAPAS

Lic. José Antonio Coello Villatoro
Blvd. Serra Rojas #1090, Edificio anexo, Nivel Sección A, Col. Paso Limón, C.P. 29045, Tuxtla Gutiérrez, Chiapas.
Tel. (01 961) 602 5943 602 5939

SUBDELEGACIÓN TAPACHULA

Lic. Emilio Pinzón González
8va. Av. Sur #46, entre 2ª y 4ª poniente, Col. Centro, C.P. 30700, Tapachula de Córdova y Ordoñez, Chiapas.
Tel. (01 962) 626 7501
tapachula@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN CHIHUAHUA

Lic. Yubia Iveth Velázquez Chávez
Ramírez #2007, Esq. Calle 22, Col. Pacífico, C.P. 31030, Chihuahua, Chihuahua.
Tel. (01 614) 437 0771
chihuahua@profeco.gob.mx

SUBDELEGACIÓN CD. JUÁREZ

Lic. Daniel Alberto Álvarez Calderón
Benjamín Franklin #3220, Centro Comercial Plaza de las Américas Loc-7 A, Col. Margaritas, C.P. 32315, Cd. Juárez, Chihuahua.
Tel. (01 656) 613 9840, 613 5093
cd.juarez@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN COAHUILA

Lic. Sigfrido Macías Pérez
Blvd. Venustiano Carranza #2879, Col. La Salle, C.P. 25240, Saltillo, Coahuila de Zaragoza.
Tel. (01 844) 415 9556, 416 7544
saltillo@profeco.gob.mx

SUBDELEGACIÓN TORREÓN

Lic. Irma Leticia Castaño Orozco
Av. Matamoros #1285 Poniente, entre Valdez Carrillo y Cepeda, Col. Centro, C.P. 27000 Torreón, Coahuila de Zaragoza.
Tel. (01 871) 712 7473 y 712 6406
torreon@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN COLIMA

Dra. Gloria Margarita Puentes de la Mora
Manuel Álvarez #44, Col. Centro, C.P. 28000, Colima, Colima.
Tel. (01 312) 314 5952, 312 7991
colima@profeco.gob.mx

SUBDELEGACIÓN MANZANILLO

Lic. José Antonio Ramírez Jirano
Encargado de despacho
Balbino Dávalos #54, Esq. Carrillo Puerto, Col. Centro, C.P. 28200 Manzanillo, Colima.
Tel. (01 314) 332 9180, 332 9107
manzanillo@profeco.gob.mx

CIUDAD DE MÉXICO

DELEGACIÓN CENTRO (AZCAPOTZALCO, BENITO JUÁREZ, CUAUHTÉMOC Y GUSTAVO A. MADERO)

Lic. Miguel Salomón Álvarez
Dr. Carmona y Valle #11, 4º y 5º pisos, Col. Doctores, C.P. 06720, CDMX.
Tel. (01 55) 5578 1771, 5578 0636
centro_df@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN ORIENTE (IZTACALCO, IZTAPALAPA Y VENUSTIANO CARRANZA)

Dr. Juan Carlos Sánchez Magallán
Azafrán # 18, 1er. piso, Col. Granjas México, Del. Iztacalco, C.P. 08400, CDMX.
Tel. (01 55) 5686 1900, 2636 0302
oriente_df@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN PONIENTE (ÁLVARO OBREGÓN, CUAJIMALPA, MAGDALENA CONTRERAS Y MIGUEL HIDALGO)

Lic. Rodolfo Alejandro Chavero Bojórquez
Toltecas #23, Esq. Calle 10, Col. San Pedro de los Pinos, C.P. 01180, CDMX.
Tel. (01 55) 5273 9745
poniente_df@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN SUR (COYOACÁN, MILPA ALTA, TLÁHUAC, TLALPAN Y XOCHIMILCO)

Lic. Emmanuel Maya Jiménez
Periférico #5323, Col. Isidro Favela, Del. Tlalpan, C.P. 14030, CDMX.
Tel. (01 55) 5528 8435, 5528 7829
sur_df@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN DURANGO

Lic. Esmeralda Azucena Gallegos Rosales
Zaragoza #110 Sur, Col. Zona Centro, C.P. 34000, Victoria de Durango, Durango.
Tel. (01 618) 825 3325, 825 3327
durango@profeco.gob.mx

ESTADO DE MÉXICO

DELEGACIÓN NAUCALPAN

Lic. Luis Miguel Sánchez López
Av. 3 #47, entre Av. de las Torres y Blvd. Toluca, Col. Fraccionamiento Industrial, Naucalpan, C.P. 53370, Naucalpan de Juárez, Estado de México.
Tel. (01 55) 5576 6375
naucalpan@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN NEZAHUALCÓYOTL

Lic. Cristina González Cruz
Cucaracha #293, Esq. Gustavo Baz, Col. Benito Juárez, C.P. 57000, Cd. Nezahualcóyotl, Estado de México.
Tel. (01 55) 5743 7866
nezahualcoyotl@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN TLALNEPANTLA

Lic. Orlando Moreno Martínez
Av. Mario Colín #56, Col. Centro, C.P. 54000, Tlalnepantla de Baz, Estado de México.
Tel. (01 55) 5390 7539, 5390 8309
tlalnepantla@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN TOLUCA

C.P. Higinio Martínez Castillo
Santos Degollado #103, Col. Centro, C.P. 50000, Toluca de Lerdo, Estado de México.
Tel. (01 722) 215 9148
toluca@profeco.gob.mx

SUBDELEGACIÓN ECATEPEC

Lic. José Jorge Trejo Ávila
Encargado de despacho
Av. Hank González #50, Mza. 44, Pasillo 29, Col. Valle de Anáhuac, C.P. 55210, Ecatepec de Morelos, Estado de México.
Tel. (01 55) 2973 0496, 5774 5006
ecatepec@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN GUANAJUATO

Lic. José Huerta Arredondo
5 de Mayo #341, Col. Obregón, C.P. 37320, León de los Aldama, Guanajuato.
Tel. (01 447) 716 6465, 716 5568

SUBDELEGACIÓN IRAPUATO

Lic. Roberto Zamora Guerrero
Francisco Hernández #678, Esq. Victorino de la Fuente, Col. Moderna, C.P. 36690, Irapuato, Guanajuato.
Tel. (01 462) 635 2414
irapuato@profeco.gob.mx
leon@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN GUERRERO

Lic. Saúl Montufar Mendoza
Av. Costera Miguel Alemán #304, Col. Centro, C.P. 39300, Acapulco de Juárez, Guerrero.
Tel. (01 744) 483 1558, 483 8585
acapulco@profeco.gob.mx

SUBDELEGACIÓN IGUALA

Lic. Gustavo López Ayuci
Encargado de despacho
Av. Vicente Guerrero #112, Col. Centro, C.P. 40000, Iguala de la Independencia, Guerrero.
Tel. (01 733) 332 7450, 332 6411
iguala@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN HIDALGO

M.V.Z. José Alberto Chávez Mendoza
Av. Cuauhtémoc #700, Esq. Pasaje a la Iglesia La Villita, Col. Revolución, C.P. 42060, Pachuca de Soto, Hidalgo.
Tel. (01 771) 719 4801, 719 4800
pachuca@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN JALISCO

Lic. Gabriela Vázquez Flores
Morelos #1830, Col. Americana, C.P. 44150, Guadalajara, Jalisco.
Tel. (01 33) 3615 7337
guadalajara@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN MICHOACÁN

Lic. Edgardo Castro Maruri
Blvd. García de León #1908, Col. 5 de Diciembre, C.P. 58280, Morelia, Michoacán de Ocampo.
Tel. (01 443) 315 6150, 315 6202
morelia@profeco.gob.mx

Directorio Profeco

DELEGACIÓN MORELOS

Lic. Víctor Iván Saucedo Tapia
Av. Morelos #277, Col. Centro,
C.P. 62000, Cuernavaca, Morelos.
Tel. (01 777) 314 5670, 314 5877
cuernavaca@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN NAYARIT

Lic. Marco Antonio Figueroa Martínez
Av. México Sur #142, Col. Centro,
C.P. 63000, Tepic, Nayarit.
Tel. (01 311) 214 8458, 212 3457
tepic@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN NUEVO LEÓN

Lic. Francisco Moyar Martínez
Av. Profesor Moisés Sáenz #602,
Col. Mitras Centro, C.P. 64460, Monterrey, Nuevo
León. Tel. (01 81) 1878 4958
monterrey@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN OAXACA

Lic. Rebeca Leticia Cervantes Navarro
Heroico Colegio Militar #1109, P.A.,
Col. Reforma, C.P. 68050, Oaxaca, Oaxaca.
Tel. (01 951) 515 1478
oaxaca@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN PUEBLA

C.P. Armando M. Valerdi y Rojas
19 Sur #506, Desp. 103, Col. La Paz,
C.P. 72160, Puebla de Zaragoza, Puebla.
Tel. (01 222) 232 2161, 246 5885
puebla@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN QUERÉTARO

Lic. Dalia Xóchitl Garrido Rubio
Circuito Moisés Solana #82, Col. Prados del
Mirador, C.P. 76070, Santiago de Querétaro,
Querétaro.
Tel. (01 442) 223 6263
queretaro@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN QUINTANA ROO

Lic. Xavier de Jesús Rosado Martínez
Av. Coba #9 y 11, Supermanzana 22,
Col. Centro, C.P. 77500, Cancún, Quintana Roo.
Tel. (01 998) 884 2701, 887 3960
cancun@profeco.gob.mx

SUBDELEGACIÓN PLAYA DEL CARMEN

Lic. Marisol Huitrón Rangel
Calle 10 entre 20 y 25, Mza. 103, Lote 3, Local
3, Col. Centro, Código Postal 77710, Playa del
Carmen, Solidaridad, Quintana Roo.
Tel. (01 984) 803 1261
playa.carmen@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN SAN LUIS POTOSÍ

Lic. Miguel Cardoza Mora
Librado Rivera #215 y 225, Col. Del Valle,
C.P. 78200, San Luis Potosí, SLP.
Tel. (01 444) 841 2503
san.luis.potosi@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN SINALOA

Lic. Gilberto Ojeda Camacho
Bvd. Rotarismo #1851, 1 y 2, Esq. Enrique
Félix Castro, Col. Desarrollo Urbano 3 Ríos, C.P.
80020, Culiacán, Sinaloa.
Tel. (01 667) 716 0906, 713 0761
culiacan@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN SONORA

Lic. Rolando Gutiérrez Coronado
Oaxaca #150 Poniente, Esq. Escobedo Edificio
San Enrique, Col. Centro,
C.P. 83000, Hermosillo, Sonora.
Tel. (01 662) 213 8615, 213 8319
hermosillo@profeco.gob.mx

SUBDELEGACIÓN CD. OBREGÓN

Lic. Carmen Alicia Limón Olivás
Encargada de despacho
Chihuahua #169 Sur, entre Guerrero e Hidalgo,
Col. Centro, C.P. 85000,
Ciudad Obregón, Sonora.
Tel. (01 644) 415 2588, 415 2380
cd.obregon@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN TABASCO

Lic. Pedro Orlando Aldecoa Calzada
Carmen Cadena Buendía #133, Col. Nueva
Villahermosa, C.P. 86070, Villahermosa, Tabasco.
Tel. (01 993) 1312 9390
villahermosa@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN TAMAULIPAS

Lic. Martha Guevara de la Rosa
Juan B. Tijerina #925 y Nicolás Bravo, Col. Centro,
C.P. 87000, Ciudad Victoria, Tamaulipas.
Tel. (01 834) 316 1357
cd.victoria@profeco.gob.mx

SUBDELEGACIÓN REYNOSA

Lic. Alberto Martínez Cabazos
Encargado de despacho
Blvd. Morelos #475 Altos, Esq. República de
Argentina, Col. Anzalduas, C.P. 88630,
Reynosa, Tamaulipas.
Tel. (01 899) 922 7714, 922 5460
reynosa@profeco.gob.mx

SUBDELEGACIÓN TAMPICO

Lic. Alejandro Calderón Hidalgo
Encargado de despacho
Av. Hidalgo #5004, 1er. piso, local 1,
Col. Sierra Morena, C.P. 89210,
Tampico, Tamaulipas.
Tel. (01 833) 217 8173, 213 2432
tampico@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN TLAXCALA

Lic. María Galdina Edith Padilla Bañuelos
Calle 33 #203, Col. Loma Xicoténcatl,
C.P. 90070, Tlaxcala, Tlaxcala.
Tel. (01 246) 462 7835, 462 2022
tlaxcala@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN VERACRUZ

Lic. Marcos Castillo López
Av. Salvador Díaz Mirón #2880,
Esq. Salubridad, Col. Fraccionamiento Moderno,
C.P. 91918, Veracruz, Veracruz.
Tel. (01 229) 100 3891, 100 3894
veracruz@profeco.gob.mx

SUBDELEGACIÓN XALAPA

C. P. Víctor Manuel Rojas Utrera
Cánovas #2, Col. Centro, C.P. 91000,
Xalapa Enriquez, Veracruz.
Tel. (01 228) 812 4382, 817 3030
xalapa@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN YUCATÁN

Dr. José Antonio Nevárez Cervera
Calle 49 #479-A, entre calles 54 y 56,
Col. Centro, C.P. 97000, Mérida, Yucatán.
Tel. (01 999) 252 9408, 928 5966
merida@profeco.gob.mx

DELEGACIÓN ZACATECAS

Lic. Óscar Alfonso del Real Muñoz
Telégrafos #14, Col. Lomas del Consuelo, C.P.
98614, Guadalupe Zacatecas, Zacatecas.
Tel. (01 492) 924 0230, 922 2476
zacatecas@profeco.gob.mx

Rogelio Cerda Pérez
Procurador Federal del Consumidor
rcerdap@profeco.gob.mx
Ext. 16722

Rafael Ochoa Morales
Subprocurador Jurídico
Subprocuraduría.juri@profeco.gob.mx
Ext. 16780

María de los Ángeles Jasso Cisneros
Subprocuradora de Servicios
majassoc@profeco.gob.mx
Ext. 16725

Raymundo Rodríguez Diego
Subprocurador de Verificación
raymundord@profeco.gob.mx
Ext. 16827

Carlos de Jesús Ponce Beltrán
Subprocurador de Telecomunicaciones
cponceb@profeco.gob.mx
Ext. 12001

Pedro Flamand Gutiérrez
Coordinador General de Administración
pfflamandg@profeco.gob.mx
Ext. 17009

Juan Carlos Estefan Mafud
Coordinador General de Educación y
Divulgación
jcestefanm@profeco.gob.mx
Ext. 16915

Omar Cervantes Rodríguez
Director General de Comunicación Social
ocervantesr@profeco.gob.mx
Ext. 16943

Humberto Lepe Lepe
Director General de Delegaciones
hlepe@profeco.gob.mx
Ext. 16760

Héctor Alejandro Gutiérrez Ordaz
Director General de Planeación y Evaluación
hagutierrez@profeco.gob.mx
Ext. 17014

Av. José Vasconcelos 208,
Col. Condesa, Del. Cuauhtémoc, Ciudad de
México
C.P. 06140
Teléfono: (55) 5625 6700
Procuraduría Federal del Consumidor

Centro de Documentación Profeco (Cedoc)

Calle Toltecas #23, Esq. Calle 10, Col. San Pedro de los Pinos, Del. Álvaro Obregón, Ciudad de México.

Consulta o compra la **Revista del Consumidor**, adquiere los libros publicados por **Profeco** y accede a una biblioteca especializada en consumo.

Lunes a viernes de 9 a 18 horas.

ALERTA

Cuando un producto presenta riesgos para tu economía, salud o integridad física
www.alertas.gob.mx

Alerta 67/2018: ¡Ojo dueños de autos Tiguan, modelos Trendline Plus BW22PY, Comfortline BW23PY, R-Line BW23PY + W9F y Highline BW24LT, año 2018!



Empresa: Volkswagen de México S. A. de C. V.

Producto: 299 unidades afectadas.

Riesgo y/o desperfecto: Existe la posibilidad de que las tuercas de fijación de las rótulas derecha e izquierda del eje delantero no se hayan ajustado con el par de apriete adecuado y, como consecuencia, podrían liberarse de las rótulas del eje delantero y provocar pérdida de propulsión y estabilidad.

Solución: La sustitución de las tuercas de la unión atornilladas de las rótula con la mangueta delantera derecha e izquierda, sin costo alguno. La campaña de revisión tendrá un periodo de 12 meses, a partir del 04 de junio de 2018. Envía un correo a: contacto@vw.com.mx.

Alerta 69/2018: ¡Precaución usuarios de trajes de baño para niño, niña, mujer y hombre de la marca InfiniTex 3-Stripe!



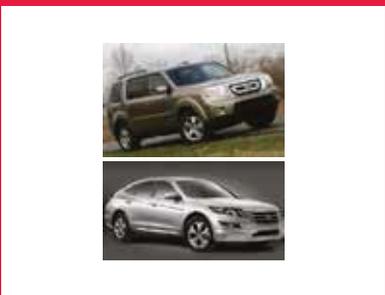
Empresa: Adidas de México, S. A. de C. V.

Producto: 10,536 prendas afectadas y fabricadas entre el periodo de primavera/verano 2017, otoño/invierno 2017, primavera/verano 2018 y otoño/invierno 2018.

Riesgo y/o desperfecto: Los productos presentan falla en las tres tiras adheridas a ellos, ocasionada en el proceso de manufactura o por un defecto en la materia prima de las mismas. La anomalía no es perceptible en el traje de baño seco pero sí al entrar en contacto con el agua.

Solución: Adidas de México indicó que los consumidores que hayan adquirido alguno de los productos podrán devolverlos a cambio de un reembolso por el monto que corresponda al precio que fue adquirido.

Alerta 70/2018: ¡Cuidado usuarios de vehículos marca Honda, modelos Ridgeline 2014, Crosstour 2015, Honda Pilot 2014 y 2015 Y Fit año 2014!



Empresa: Honda de México, S. A. de C. V.

Producto: 6,438 unidades afectadas y ensambladas con infladores de bolsas de aire del lado del pasajero producidos por la empresa Takata Corporation.

Riesgo y/o desperfecto: Si una bolsa de aire llegara a activarse, los componentes del inflador podrían ser expulsados de forma anormal al interior del vehículo en caso de un choque, pudiendo lesionar a los ocupantes del vehículo.

Solución: Para prevenir esta situación no deseada, se reemplazarán los infladores de las bolsas de aire del lado del pasajero, sin costo alguno para el consumidor. Para cualquier duda contacta a Honda por los siguientes medios: www.honda.mx/ y www.honda.mx/contacto.php

Para mayor información sobre estas alertas rápidas y las vigentes, accede a www.gob.mx/profeco o a www.alertas.gob.mx, llama al Teléfono del Consumidor: **5568 8722 - 01800 468 8722**, o escribe a rar@profeco.gob.mx.

Recetario de bebidas

Ponche de frutas



Recetario de bebidas

Ponche de frutas

INGREDIENTES

- 6 lt de agua (25 tazas de agua)
- 1 taza de flor de jamaica (40 g)
- 1 barra de piloncillo (200 g)
- 12 ciruelas pasas (120 g)
- 4 manzanas (800 g)
- 4 peras (700 g)
- 4 guayabas (240 g)
- 4 tamarindos pelados (100 g)
- 1 membrillo (200 g)
- 4 cañas de azúcar (200 g), cortados en bastones
- 12 tejocotes (240 g)
- 2 rajas de canela (10 g)

PREPARACIÓN

- 1 Hervir el agua y agregar la flor de jamaica; continuar la cocción por 10 minutos, retirar del fuego y colar.
- 2 Trocear el piloncillo y mezclarlo con el agua de jamaica.
- 3 Limpiar las frutas y cortarlas en cubos.
- 4 Hervir todos los ingredientes a fuego bajo durante 1 hora o hasta que la fruta esté suave.
- 5 Servir el poche caliente.

Recetario de bebidas

Paloma



Recetario de bebidas

Paloma

INGREDIENTES

- 1 vaso pequeño de tequila blanco (2 oz)
- 1 chorro de jugo de limón
- 1 vaso de refresco (puede ser sustituido por jugo) de naranja o toronja
- 1 pizca de sal
- Hielos

PREPARACIÓN

- 1 En un vaso jaibolero escarchado con sal (empapando un poco la boca del vaso y apoyándolo hacia abajo en un plato con sal para que se adhiera), añade tres cubos de hielo y vacía el tequila junto con el jugo de limón.
- 2 La proporción son dos partes de tequila para media parte de limón.
- 3 Añade al vaso el refresco de naranja o toronja, según preferencias, y mezcla suavemente.
- 4 Decora con una rodaja de limón y listo.

Fuentes

<https://laroussecocina.mx/receta/ponche-de-navidad-y-sus-juegos/>
<https://www.verema.com/blog/licores-destilados/1405292-10-cocteles-faciles-tequila>

TIPS

**CANASTA
BÁSICA**



QUIÉN ES QUIÉN EN LOS PRECIOS

PRECIOS (MÁS BAJOS, MÁS ALTOS Y PROMEDIO) POR CIUDAD Y ESTABLECIMIENTO, DURANTE OCTUBRE DE 2018



Reporte mensual de precios de productos de la canasta básica

Te compartimos el informe al cierre de cada mes, con los precios más bajos, más altos y promedio.

Al corte del 31 de octubre se reporta que los precios en la mayoría de los productos se mantuvieron estables o incluso hubo disminuciones respecto del mes anterior.

Mi lista del mandado

La siguiente plantilla de artículos básicos te auxiliará al momento de surtir tu despensa. Elige únicamente lo que realmente necesitas y evita fugas de dinero.

Limpieza

- Jabón líquido para ropa
- Jabón en polvo
- Jabón en barra
- Lavatrastes
- Cloro
- Fibra
- Limpiador para pisos
- Trapeador (mechudo)
- Guantes

Uso personal

- Jabón de tocador
- Champú
- Desodorante
- Desodorante para pies
- Crema corporal
- Pasta dental
- Toallas sanitarias
- Cepillo dental
- Rastrillo

Botiquín

- Alcohol
- Algodón
- Cotonetes
- Mertiolate
- Agua oxigenada
- Gasas
- Banditas o tiritas antisépticas
- Cinta adhesiva
- Tijeras
- Guantes estériles

- Pinzas
- Vendas
- Ciertos medicamentos sin receta (analgésicos, antiácidos, laxantes, medicamentos contra la diarrea y las náuseas)

Otros

- Consomé de pollo en polvo o cubo
- Tortillas
- Sopas
- Huevo
- Mayonesa
- Cátsup
- Mostaza
- Aceite
- Azúcar
- Sal
- Arroz
- Frijol
- Café
- Chocolate en polvo
- Leche
- Cereal
- Pan de caja
- Gelatina
- Mermelada
- Papel aluminio o film
- Cerillos
- Focos
- Palillos
- Servilletas

Frutas y verduras

- Jitomate
- Tomate
- Cebolla
- Ajo
- Cilantro
- Chile
- Papa
- Calabaza
- Zanahoria
- Coliflor
- Espinaca
- Limón
- Plátano
- Naranja
- Manzana
- Mango
- Melón
- Uva
- Papaya

Del refri

- Leche
- Crema
- Queso
- Mantequilla
- Jamón
- Salchicha
- Yogurt
- Margarina



TIPS

PRECIOS (MÁS BAJOS, MÁS ALTOS Y PROMEDIO) POR CIUDAD Y ESTABLECIMIENTO, DURANTE OCTUBRE DE 2018

PRECIO PROMEDIO DE OCTUBRE

PRECIO MÁS BAJO

PRECIO MÁS ALTO

PRODUCTO	CIUDAD	PRECIO MÁS BAJO REGISTRADO DURANTE OCTUBRE, POR ESTABLECIMIENTO	PRECIO PROMEDIO DE OCTUBRE	PRECIO MÁS ALTO REGISTRADO DURANTE OCTUBRE, POR ESTABLECIMIENTO
Tortilla de maíz, 1 kg granel 	Ciudad de México y Área Metropolitana	Súper Chedraui Sucursal Aztecas, Ecatepec	\$12.0	\$9.1
	Monterrey	Bodega Aurrera Sucursal Topo Chico, Monterrey	\$13.9	\$10.3
	Veracruz	Soriana Sucursal Floresta, Veracruz	\$13.8	\$9.7
	Querétaro	Soriana Sucursal Plaza Las Américas, Santiago de Querétaro	\$14.1	\$10.0
	Culiacán	Soriana Sucursal Culiacán, Culiacán	\$14.6	\$9.5
	Cuernavaca	Mega Soriana Sucursal La Selva, Cuernavaca	\$15.0	\$10.2
Pan blanco, bolillo, pieza 	Ciudad de México y Área Metropolitana	Bodega Aurrera Sucursal Plaza Churubusco, Iztacalco	\$1.5	\$1.3
	Monterrey	Bodega Aurrera Sucursal Fresnos, Apodaca	\$1.6	\$1.4
	Veracruz	Bodega Aurrera Sucursal Diaz Mirón, Veracruz	\$1.4	\$1.3
	Querétaro	Soriana Sucursal Plaza Las Américas, Santiago de Querétaro	\$1.4	\$1.3
	Culiacán	Mi Bodega Aurrera Sucursal Saltillo Guasave, Guasave	\$1.7	\$1.2
	Cuernavaca	Bodega Aurrera Sucursal 3869, Cuernavaca	\$1.4	\$1.4
Carne para asar de res 1 kg 	Ciudad de México y Área Metropolitana	Chedraui Sucursal Neza Norte, Nezahualcóyotl	\$145.2	\$114.0
	Monterrey	Wal Mart Sucursal Las Torres, Monterrey	\$141.3	\$129.0
	Veracruz	Mega Soriana Sucursal Boca del Río, Boca del Río	\$140.5	\$118.0
	Querétaro	Wal Mart, Santiago de Querétaro	\$142.9	\$129.0
	Culiacán	Soriana Sucursal Culiacán, Culiacán	\$140.6	\$119.0
	Cuernavaca	Fresco La Comer Sucursal Fresko Bugambilia, Cuernavaca	\$142.8	\$119.0
Pollo entero 1 kg 	Ciudad de México y Área Metropolitana	Chedraui Sucursal Neza Norte, Nezahualcóyotl	\$37.1	\$25.9
		Chedraui Sucursal Centro Sur, Santiago de Querétaro		
		Mega Soriana Sucursal La Selva, Cuernavaca	\$156.0	\$156.0
		Walmart Sucursal Plaza Centrika, Monterrey	\$154.0	\$154.0
		Superama Sucursal Milenio, Santiago de Querétaro	\$1.8	\$1.8
		Mercado Garmendia, Culiacán	\$5.0	\$5.0
		Walmart Sucursal Domingo Diez, Cuernavaca	\$1.5	\$1.5
		Superama Sucursal Av. Toluca, Álvaro Obregón	\$162.0	\$162.0
		Walmart Sucursal Boca del Río, Boca del Río	\$1.5	\$1.5
		Wal Mart Sucursal Lincoln, Monterrey	\$1.8	\$1.8
		Panadería Ermita, Miguel Hidalgo	\$2.0	\$2.0
		Tortillería El Modelo, Tlalnepantla	\$15.0	\$15.0
		Tortillería San Luis, Monterrey	\$16.0	\$16.0
		Tortillería Floresta, Boca del Río	\$19.0	\$19.0
		Tortillería La Oriental Sucursal Palmas, Santiago de Querétaro	\$17.0	\$17.0
		Tortillería Familiar, Culiacán	\$18.0	\$18.0
		Tortillería El Az, Cuernavaca	\$18.0	\$18.0
		Walmart Sucursal Boca del Río, Boca del Río	\$1.5	\$1.5
		Superama Sucursal Milenio, Santiago de Querétaro	\$1.8	\$1.8
		Mercado Garmendia, Culiacán	\$5.0	\$5.0
		Walmart Sucursal Domingo Diez, Cuernavaca	\$1.5	\$1.5
		Superama Sucursal Av. Toluca, Álvaro Obregón	\$162.0	\$162.0
		Walmart Sucursal Plaza Centrika, Monterrey	\$154.0	\$154.0
		Mega Soriana Sucursal Boca del Río, Boca del Río	\$156.0	\$156.0
		Chedraui Sucursal Centro Sur, Santiago de Querétaro	\$164.0	\$164.0
		Ley Sucursal Plaza Ley Mazatlán (1021), Mazatlán	\$166.9	\$166.9
		Mega Soriana Sucursal La Selva, Cuernavaca	\$156.0	\$156.0
		Mercado San Bartolo Atepehuacan, Gustavo A. Madero	\$57.0	\$57.0



**Huevo Bachoco,
blanco, paquete
con 18 piezas
(aprox. 1.2 kg)**



**Azúcar estándar
morena, 2 kg**



**Manzana
1 kg**



Monterrey	\$41.3	Walmart Sucursal Plaza Centrika, Monterrey	\$29.9	H-E-B Sucursal Gonzalitos, Monterrey	\$51.9
Veracruz	\$32.9	Chedraui Sucursal Centro, Veracruz	\$29.0	Mega Soriana Sucursal Boca del Río, Boca del Río	\$42.5
Querétaro	\$40.8	Soriana Sucursal Plaza Las Américas, Santiago de Querétaro	\$29.9	Mercado Escobedo, Santiago de Querétaro	\$57.0
Culliacán	\$35.8	Casa Ley Sucursal Tres Ríos, Culliacán	\$28.9	Mercado Municipal Jose María Pino Suárez, Mazatlán	\$52.0
Cuernavaca	\$36.6	Bodega Aurrera Sucursal 3869, Cuernavaca	\$32.0	Fresko La Comer Sucursal Fresko Bugambilia, Cuernavaca	\$42.9
Ciudad de México y Área Metropolitana	\$31.5	Bodega Aurrera Sucursal Santa Lucía, Álvaro Obregón	\$27.4	Megasoriana Sucursal Coapa (Tec), Tlalpan	\$44.0
Monterrey	\$32.2	Bodega Aurrera Sucursal Santo Domingo, San Nicolás de los Garza	\$28.8	S Mart, Monterrey	\$35.9
Veracruz	\$32.3	Walmart Sucursal Boca del Río, Boca del Río	\$29.5	Mega Soriana Sucursal Boca del Río, Boca del Río	\$40.0
Querétaro	\$31.4	Bodega Aurrera Sucursal Centro Constituyentes, Santiago de Querétaro	\$28.5	Soriana Sucursal Plaza Las Américas, Santiago de Querétaro	\$34.9
Culliacán	\$39.3	Bodega Aurrera Sucursal Unidad Mazatlán, Mazatlán	\$28.8	Ley Sucursal Las Fuentes (1123), Guasave	\$45.9
Cuernavaca	\$31.8	Bodega Aurrera Sucursal 3869, Cuernavaca	\$28.8	Mega Soriana Sucursal La Selva, Cuernavaca	\$36.9
Ciudad de México y Área Metropolitana	\$44.0	U.N.A.M. Sucursal 02 Cd Universitaria, Coyoacán	\$36.8	Súper ISSSTE Sucursal 252, Cuauhtémoc	\$54.1
Monterrey	\$46.3	Soriana Sucursal Mitras, Monterrey	\$38.0	S Mart, Monterrey	\$59.9
Veracruz	\$42.8	Walmart Sucursal Boca del Río, Boca del Río	\$37.3	Soriana Sucursal Floresta, Veracruz	\$50.5
Querétaro	\$44.6	Farmacia Guadalajara Sucursal Madero 52, Santiago de Querétaro	\$37.9	Lacomer Sucursal Querétaro Estadio, Santiago de Querétaro	\$51.8
Culliacán	\$45.1	Casa Ley Sucursal Tres Ríos, Culliacán	\$35.0	Farmacia Guadalajara Sucursal Zaragoza Guasave, Guasave	\$54.0
Cuernavaca	\$46.3	Walmart Sucursal Domingo Diez, Cuernavaca	\$41.0	Fresko La Comer Sucursal Fresko Bugambilia, Cuernavaca	\$51.8
Ciudad de México y Área Metropolitana	\$42.3	Soriana Hiper Sucursal Izcalli (406), Cuautitlán Izcalli	\$23.8	Lacomer Sucursal El Olivar, Álvaro Obregón	\$67.9
Monterrey	\$44.8	Mercado El Mesón Estrella, Monterrey	\$25.0	Soriana Sucursal San Nicolás, San Nicolás de los Garza	\$59.9
Veracruz	\$36.6	Mega Soriana Sucursal Boca del Río, Boca del Río	\$24.5	Mega Soriana Sucursal Boca del Río, Boca del Río	\$45.8
Querétaro	\$47.1	Mercado Lomas de Casablanca, Santiago de Querétaro	\$25.0	Mercado Primero de Agosto, Santiago de Querétaro	\$65.0
Culliacán	\$46.9	Ley Sucursal Las Fuentes (1123), Guasave	\$38.9	Ley Express Sucursal Lola Beltrán, Culliacán	\$59.9
Cuernavaca	\$40.9	Mega Soriana Sucursal La Selva, Cuernavaca	\$23.8	Chedraui Sucursal Cuernavaca Flores Magón, Cuernavaca	\$61.7

La información refiere a los precios vigentes en el momento de su registro y se encuentran sujetos a cambios, ya que algunos establecimientos pueden variar sus precios más de una vez por día, por lo que sólo deben ser considerados como precios de referencia. La información se recopila y publica como referencia de compra para el público consumidor y por la metodología utilizada no permite medir la inflación que se registra en el país, siendo el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) la única autoridad facultada para determinarla.
Fuente: Quién es Quién en los Precios. Corte al 31 de octubre de 2018.