

Revista del

Consumidor

Estudio de Calidad **Cereales**

Mentiras que venden
Publicidad engañosa

Gastos a domicilio
Apps de comida

Para eso trabajo
Adicción a las compras



Octubre
#596
ISSN 0185-8874

OFICINAS DE DEFENSA DEL CONSUMIDOR

Aguascalientes

Zona José Guadalupe Posada

Calle Juan de Montoro núm. 103, col. Centro, C. P. 20000, Aguascalientes. Tel. 449 994 1830, 449 915 9460 ext. 57036, 57043 y 57044.

Baja California

Zona Metropolitana de Tijuana

Guadalupe Victoria núm. 9440, col. Zona Río, C. P. 22320, Tijuana. Tel. 664 684 9119, 664 684 9401, 664 684 9783 ext. 56990 y 56991.

Baja California Sur

Zona La Paz

Av. Jalisco s/n, esq. Francisco I. Madero, col. Pueblo Nuevo, C. P. 23060, La Paz. Tel. 612 125 3887, 612 122 8077, 612 122 8088, 612 125 5400 ext. 55043 y 55044.

Campeche

Zona Golfo-Sureste

Av. 16 de Septiembre s/n, Palacio Federal, 1.º piso, col. Centro, C. P. 24000, Campeche. Tel. 988 116 6002 ext. 55050, 55054 y 55055.

Ciudad de México

Zona Leona Vicario

Dr. Carmona y Valle núm. 11, 4.º y 5.º piso, col. Doctores, C. P. 06720, alcaldía Cuauhtémoc. Tel. 55 5578 0636, 55 5578 1393, 55 5578 0646 ext. 55474 y 55475.

Zona Metropolitana CDMX-Oriente

Dr. Carmona y Valle núm. 238, col. Granjas San Antonio, C. P. 09070, alcaldía Iztapalapa. Tel. 55 2636 0302, 55 5686 1900, 55 5685 6759 ext. 55490 y 56659.

Zona Metropolitana CDMX-Poniente

Toltecas núm. 23, esq. Calle 10, col. San Pedro de Los Pinos, C. P. 01180, alcaldía Álvaro Obregón. Tel. 55 5273 9745, 55 5272 5056 ext. 56496 y 56498.

Coahuila

Zona Metropolitana de Torreón

Bvld. Independencia núm. 531 Oriente, col. Los Ángeles, C. P. 27140, Torreón. Tel. 871 712 6407, 871 716 6500, 871 712 7473 ext. 57010 y 57015.

Chiapas

Zona Sureste

Segunda calle Oriente Norte núm. 245, 2.º y 3.º piso de Palacio Federal, col. Centro, C. P. 29000, Tuxtla Gutiérrez. Tel. 961 602 5936, 961 602 5937 y 961 602 5938 ext. 56762, 56766 y 56767.

Chihuahua

Zona General Felipe Ángeles

Calle Ignacio Ramírez núm. 2007, esq. Calle 22, col. Pacífico, C. P. 31030, Chihuahua. Tel. 614 410 0778, 614 416 3142, 614 437 0771, 614 416 3145 ext. 55111 y 56088.

Zona Metropolitana de Ciudad Juárez

Av. Hermanos Escobar, núm. 3050, planta baja, col. La Playa, C. P. 32317, Ciudad Juárez. Tel. 656 613 5089, 656 613 5093 ext. 56934, 56937, 56939 y 56940.

Durango

Zona General Francisco Villa

Calle Aquiles Serdán Poniente, núm. 109, planta baja, col. Zona Centro, C. P. 34000, Durango. Tel. 618 825 3324, 618 825 3328, 618 825 3326 ext. 56900, 56901 y 56916.

Estado de México

Zona Metropolitana de Nezahualcóyotl

Calle Cucaracha núm. 293, esq. Gustavo Baz, col. Benito Juárez, C. P. 57000, Nezahualcóyotl. Tel. 55 5743 5749 y 55 5543 5747 ext. 55200, 56720 y 56723.

Zona Metropolitana de Tlalnepantla

Mario Colín núm. 56, col. Centro, C. P. 54000, Tlalnepantla de Baz. Tel. 55 5390 5927, 55 5390 7539 ext. 55220, 55221 y 56224.



Zona Metropolitana de Toluca

Calle Santos Degollado núm. 103, col. Centro, C. P. 50000, Toluca de Lerdo. Tel. 722 215 9148, 722 215 7071 ext. 55191 y 56442.

Guanajuato

Zona Miguel Hidalgo

Calle 20 de Noviembre s/n, Barrio de San Vicente, C. P. 36588, Irapuato, Guanajuato. Tel. 462 635 2414, 462 635 2415 ext. 56751 y 56755.

Zona del Bajío

Plaza Galerías las Torres, bvd. Juan Alonso de Torres núm. 1315 Oriente, col. San José del Consuelo, locales E25 y E26, C. P. 37200, León. Tel. 477 716 6044, 477 716 6465, 477 716 5968 ext. 56830 y 56835.

Guanajuato

Zona Acapulco-Lázaro Cárdenas

Av. Costera Miguel Alemán núm. 125, fracc. Magallanes, 4.º piso, C. P. 39670, Acapulco de Juárez. Tel. 744 483 1558, 744 483 6390, 744 483 9358, 744 483 1399 ext. 56955 y 56961.

Hidalgo

Zona Metropolitana de Pachuca

Av. Cuauhtémoc núm. 700, esq. Pasaje a la Iglesia la Villita, col. Revolución, C. P. 42060, Pachuca. Tel. 771 714 0636, 771 714 0690, 771 714 3419 ext. 56197 y 56206.

Jalisco

Zona Metropolitana de Guadalajara

Avenida 16 de Septiembre, núm. 564, 1.º piso, col. Zona Centro, C. P. 44100, Guadalajara. Tel. 33 3615 7389, 33 3616 9779, 33 3616 1246 ext. 56105 y 56112.

Zona Tlaquepaque-Colima

Oleoducto núm. 3123, col. Álamo Industrial, C. P. 45593, San Pedro Tlaquepaque. Tel. 33 3164 4417, 33 3666 3578 ext. 56673, 56677 y 56685.

Michoacán

Zona Metropolitana de Morelia

Bvld. Rafael García de León núm. 1908, col. 5 de Diciembre, C. P. 58280, Morelia. Tel. 443 315 7623, 443 315 6255 ext. 56610 y 56614.

Morelos

Zona General Emiliano Zapata

Calle Mar de Cortés s/n, col. Teopanzolco, C. P. 62350, Cuernavaca. Tel. 777 314 5918, 777 314 5919, 777 314 5920 ext. 56125, 56126 y 56137.

Nayarit

Zona Bahía de Banderas

Av. Paseo de Los Cocoteros núm. 55, int. 2450, Nuevo Vallarta, C. P. 63735, Bahía de Banderas. Tel. 322 297 4306, 322 297 4316, 322 297 4205 ext. 56450, 56455 y 56452.

Nuevo León

Zona Metropolitana de Monterrey

Av. Profesor Moisés Sáenz núm. 602, col. Mitras Centro, C. P. 64460, Monterrey. Tel. 81 8347 4849 ext. 55262 y 56061.

Sinaloa

Zona Pacífico

Bvld. Rotarismo núm. 1851, locales 1 y 2, esq. Enrique Félix Castro, col. Desarrollo Urbano 3 Ríos, C. P. 80020, Culiacán. Tel. 667 713 0742, 667 713 0745 ext. 55116 y 56340.

Sonora

Zona Metropolitana de Hermosillo

Plutarco Elías Calles s/n, esq. av. Pino Suárez, edificio de Oficinas Federales, col. Centro, C. P. 83000, Hermosillo. Tel. 662 213 8616, 662 214 9393, 662 213 8619 ext. 55352 y 55354.

Oaxaca

Zona Benito Juárez

Heroico Colegio Militar núm. 1109, planta alta, col. Reforma, C. P. 68050, Oaxaca. Tel. 951 513 4141, 951 513 4555 y 951 513 4649 ext. 56555.

Puebla

Zona General Ignacio Zaragoza

Calle 19 Sur núm. 506, despacho 103, col. La Paz, C. P. 72160, Puebla. Tel. 222 246 1760, 222 246 1522 ext. 56375, 56379 y 56384.

Querétaro

Zona Corregidora Josefa Ortiz

Circuito Moisés Solana núm. 82, col. Prados del Mirador, C. P. 76070, Querétaro. Tel. 442 223 5721, 442 223 5723, 442 223 5724 ext. 55310, 55311, 56021, 56024, 56026, 56034 y 56035.

Quintana Roo

Zona Caribe Mexicano

Supermanzana 39, manzana 06, L 1-01, av. Izamal, C. P. 77507, Cancún. Tel. 998 884 2701, 998 887 2877, 998 887 6497 ext. 55290, 55293 y 55294.

San Luis Potosí

Zona Altiplano

Librado Rivera núm. 215, col. del Valle, C. P. 78200, San Luis Potosí. Tel. 444 841 2500, 444 841 2506 ext. 56165, 56168 y 56180.

Tabasco

Zona Golfo-Sur

Calle Paseo Usumacinta núm. 608, esq. con Calle Francisco Sarabia, col. Gil y Sáenz, C. P. 86080, Villahermosa. Tel. 993 314 3122, 993 312 3795 ext. 55360, 56854 y 56860.

Tamaulipas

Zona Nororiental

Bvld. Morelos núm. 475 altos, esq. Rep. de Argentina, col. Anzaldúas, C. P. 88630, Reynosa. Tel. 899 922 7714, 899 922 7769, 899 922 0952 ext. 55373 y 55374.

Zona Golfo-Norte

Av. Hidalgo núm. 5004, 1.º piso, locales 1 y 3, col. Sierra Morena, C. P. 89210, Tampico. Tel. 833 213 7050, 833 217 8173, 833 217 4764 ext. 56700, 56704 y 56707.

Veracruz

Zona Golfo-Centro

Av. Salvador Díaz Mirón núm. 2880, esq. Salubridad, fracc. Moderno, C. P. 91918, Veracruz. Tel. 229 100 3891, 229 100 3894, 229 100 3890 ext. 55424, 55425 y 55427.

Yucatán

Zona Metropolitana de Mérida

Calle 49 núm. 479-A, entre calles 54 y 56, col. Centro, C. P. 97000, Mérida. Tel. 999 924 4212, 999 923 2323 ext. 55455 y 55456.

Zacatecas

Zona Gral. Luis Moya

Telégrafos núm. 14, col. Lomas del Consuelo, C. P. 98614, Guadalupe. Tel. 492 922 8561, 492 924 3593, 492 922 9507 ext. 55461 y 55463.



Economía
Secretaría de Economía

Profeco
Procuraduría Federal
del Consumidor

CONTENIDO



ESPECIAL
FINABIEN USA:
una tarjeta sin fronteras

3

NUESTRA VOZ
¿Impulso o necesidad?

6

CUIDA TU DINERO
Microhábitos financieros:
organiza tu bolsillo

9

GUÍA DE CONSUMO
Manzana: rica y nutritiva

11

PLATILLO SABIO
Lomo de cerdo en salsa
cremosa de mostaza

16

PARA SABER
Repletos de azúcares

17

ESTUDIO DE CALIDAD
Cereales de caja

21

PARA SABER
Me pongo mis jeans

42

ESTUDIO DE CALIDAD
Pantalones de mezclilla
para dama

45

TECNOLOGÍA DOMÉSTICA
Pasta lavatrastes

62

ENTORNO DIGITAL
Comodidad que te cuesta...
y mucho

64

FINANZAS PERSONALES
El ahorro comienza en la cocina

68

QUÉ HACER SI...
Que no le digan,
que no le cuenten

71

BRÚJULA DE COMPRA
Paquetería elegida,
entrega completa

74

CONSUMINIS PROFECO
Sabor para disfrutar

78

PARA ENTERARSE
Guías alimentarias

84

NADIE AFUERA
¿Sientes que te vigilan?

88

A LIBRO ABIERTO
Economía para la mayoría
de Thomas Porcher

91

**ALERTAS Y LLAMADOS
A REVISIÓN**
Kia y Toyota

93

EN RESUMEN

96

Profeco
Procuraduría Federal
del Consumidor

Revista del Consumidor

César Iván Escalante Ruiz
Procurador Federal del Consumidor

Claudia Naomi Fuentes Frago
Coordinadora General de Educación
y Divulgación

Aura Perroni Hernández
Directora General de Difusión

Tania Ovalle Rodríguez
Directora Editorial

Jocelyn N. Ramírez Cruz
Editora en Jefe

Azul Rocío Ramírez Vargas
Yesenia Salado Olivarez
Redactoras

Verónica Camacho Trejo
Corrección de estilo

Gabriela López Aparicio
Apoyo editorial

Roberto Paz Amaya
Editor Gráfico

Clarisa Moura
Lorena Acosta León
María Teresa Domínguez Domínguez
Maricarmen Tovar Rodríguez
Diseño

Consejo Editorial

Andrea González Hernández
Antonio Hernández Estrella
Epigmenio Ibarra Almada
Kimberly Armengol Jensen
María Josefina Menéndez Carbajal
Oscar Rosado Jiménez
Rafael Pineda "Rapé"
Rafael Hernández Carbajal
Raquel Ramírez Salgado
Soledad Aragón Martínez
Ximena Escobedo Juárez

Junta Editorial

Ana Karen Basurto Scott
Carlos Manuel Orozco Ruiz
Gabriela Limón García
Idris Rodríguez Zapata
Ivette Naime Javelly
Jaime Ovando Rodríguez
Juanita del Rocio Rubio Hermosillo
Maricela Juárez Herrera
Rebeca Olivia Sánchez Sandín
Vanessa Monserrat Romero Zavala

www.gob.mx/profeco



EDITORIAL

En la forma en que consumimos intervienen múltiples factores: nuestra economía, hábitos, cultura y entorno. Cada compra tiene costos y consecuencias; por ello, te invitamos a reconocer los impulsos al comprar y la influencia de la publicidad. El consumo informado comienza con acciones sencillas, de las que encontrarás varios ejemplos en esta edición.

Cocinar en casa es clave para ahorrar, pero también se vale darse un gusto de vez en cuando comiendo fuera. Encuentra el balance perfecto para tu bolsillo y descubre el impacto de esta decisión en tus finanzas.

No te pierdas los estudios de calidad sobre cereales de caja y pantalones de mezclilla para dama. Entérate si tu cereal favorito excede los niveles de azúcares recomendados y cuáles *jeans* son los más resistentes.

Consumini, gracias al clima de nuestro país disfrutamos de una gran variedad de alimentos todo el año. Descubre los beneficios de elegir los de temporada.

Consumir con responsabilidad no significa dejar de disfrutar, sino elegir con conciencia. Detenernos a pensar antes de comprar, ya sea frente al anaquel o detrás de una pantalla, nos permite tomar mejores decisiones y proteger nuestra economía.

Desde la Mesa de Redacción

Agradecemos la colaboración de:

Daniel Arturo Gómez Rosas
Producción audiovisual

Eduardo Rodríguez Nospango
Fotografía

Jesi Areli Pulido Betancourt
Ilustraciones

Monero Rapé
Cartón

Chef Monica Mannion
Platillo Sabio

Rufino Eduardo Esquivel Ochoa
Portada

Antonio Hernández Estrella
Fondo de Cultura Económica

Estefanía López Ávila
Condusef

Consejo Nacional para Prevenir
la Discriminación
Conapred

✉ @Profeco
✉ @RdelConsumidor
f /ProfecoOficial

f /RevistaDelConsumidorMX
@profecooficial
@revistadelconsumidormx

tv /ProfecoTV
@profeco
rconsumidor@profeco.gob.mx

Las marcas utilizadas en la Revista del Consumidor son con fines informativos o comparativos, de conformidad con lo dispuesto por la Ley Federal de Protección a la Propiedad Industrial.

FINABIEN USA: una tarjeta sin fronteras

Envía remesas con seguridad
y respaldo financiero.

En colaboración con la



Cada vez más connacionales que radican en Estados Unidos encuentran en la tarjeta FINABIEN USA una herramienta segura, económica y confiable para enviar dinero a México.

En la sección Quién es Quién en el Envío de Dinero a cargo de la Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco), su titular, César Iván Escalante Ruiz, ha destacado que la tarjeta FINABIEN USA es la mejor opción para el envío de remesas mediante depósito a cuenta o transferencia.



A través de este instrumento financiero, las personas usuarias obtienen beneficios, por ejemplo, la comisión más baja del mercado —de solo 2.99 dólares estadounidenses— y el acceso al mejor tipo de cambio.

Más que enviar remesas

De acuerdo con reportes de la Profeco, la tarjeta FINABIEN USA se ha mantenido como la alternativa más competitiva en el envío de remesas a México, lo que puede favorecer que las familias reciban más pesos según el monto, la comisión y el tipo de cambio aplicables.

Otra ventaja importante de contar con la tarjeta FINABIEN USA es que brinda acceso a una cuenta bancaria en Estados Unidos, lo que facilita la inclusión de las personas migrantes en el sistema financiero estadounidense.

Así, muchas personas conacionales pueden solicitar a sus empleadoras o empleadores el depósito de su nómina en la tarjeta. De esta forma, disponen de sus recursos de forma inmediata y segura.

Además, contar con una cuenta en Estados Unidos permite realizar compras en línea o en establecimientos físicos y disponer del respaldo de redes de pago como Visa.

¿CÓMO OBTENER TU TARJETA FINABIEN USA?

Tramítala en tres sencillos pasos:

Reúne tu documentación e información

- Identificación oficial (INE, pasaporte o matrícula consular)
- Comprobante de domicilio
- Correo electrónico
- Número de celular

Solicítala por el canal de tu preferencia

■ En línea:

- tarjetafinabien.com/us
- miconsulado.sre.gob.mx
- www.gob.mx/finabien

■ Presencial:

acude a los Consulados de México en Estados Unidos

Actívala desde tu celular

- Descarga la aplicación Financiera para el Bienestar (iOS y Android)
- Vincula tu tarjeta y ¡listo!





Las transferencias realizadas desde la aplicación cuentan con la ventaja de estar exentas del cargo del 1 % que se aplica en Estados Unidos a las operaciones en efectivo. De esta forma, la comunidad migrante dispone de una alternativa moderna que maximiza el valor de cada envío.

Una vez que la tarjeta FINABIEN se vincula a la aplicación de la Financiera para el Bienestar, es posible realizar aportaciones al IMSS para tu servicio médico y, en su caso, contratar el seguro de repatriación de cuerpos a un costo preferencial.

Con la tarjeta FINABIEN USA y México, cuidar de los tuyos a la distancia es más sencillo.

Impulsada por el Gobierno de México a través de la Financiera para el Bienestar, la tarjeta FINABIEN USA se consolida como una herramienta clave de inclusión financiera que simplifica trámites, fortalece los lazos afectivos y transforma las remesas en un recurso de desarrollo compartido.

¿Impulso o necesidad?

Identifica las causas que desencadenan la adicción a las compras.

Sentir una necesidad incontenible de comprar, experimentar ansiedad antes de dar el tarjetazo, notar una felicidad desmesurada tras adquirir algo y, finalmente, sufrir culpa al pensar cómo llegar a la siguiente quincena es una experiencia más común de lo que parece.

Si has pasado por una situación similar, podrías presentar un comportamiento de compra compulsiva conocido como oniomanía.

¿Qué es la oniomanía?

Es un trastorno relacionado con el control de los impulsos. Quienes lo padecen sienten una necesidad persistente y difícil de controlar por adquirir objetos, aun cuando no los necesitan o no pueden permitírselos.

Comprar se convierte en una forma de afrontar o satisfacer carencias emocionales. Cuando este comportamiento se vuelve

recurrente, afecta la vida económica, familiar, laboral y social, además de desencadenar problemas financieros y endeudamiento.

A veces es difícil identificarla, ya que vivimos en una sociedad de alto consumo, donde adquirir bienes de manera desproporcionada se ha normalizado y asociado al prestigio o estatus social.



ALGUNAS CAUSAS DE LA ONIOMANÍA

Obsesión por la apariencia física



Las redes sociales pueden generar expectativas poco realistas y fomentar comparaciones sobre cómo debemos lucir.

Cubrir carencias afectivas



Comprar puede brindar un alivio momentáneo frente a sentimientos de vacío o soledad.

Baja autoestima



Algunas personas recurren a las compras para sentirse aceptadas, encajar o pertenecer a un grupo social.

Estrés



Comprar puede generar una sensación temporal de alivio o desconexión de los problemas.

Dificultad para manejar la frustración



La falta de estrategias para afrontar emociones desagradables puede favorecer conductas impulsivas.

Síntomas más comunes

- Ansiedad o necesidad intensa de comprar
- Gran satisfacción o alivio después de realizar una compra
- Culpa, remordimiento o vergüenza posteriores
- Menosprecio de los bienes que ya se poseen
- Sensación de vacío cuando no se compra
- Frustración constante
- Tristeza o síntomas depresivos
- Irritabilidad o cambios de humor



Cómo evitar las compras compulsivas



Evita comprar cuando sientas tristeza, ansiedad o enojo.



Ve de compras en compañía de familiares, amistades o pareja.



Haz una lista de lo que realmente necesitas.



Establece un presupuesto y apégate a él.



Pregúntate si realmente lo necesitas y si puedes pagarlo sin comprometer tus finanzas.



Si sientes que no puedes controlar tus compras, busca ayuda profesional.

Opciones de tratamiento

Se requiere un enfoque integral que atienda tanto los aspectos emocionales como los de conducta. Algunas opciones pueden ser las siguientes:



■ Terapia cognitivo-conductual

Permite trabajar las causas emocionales; además, ayuda a identificar y modificar los comportamientos relacionados.



■ Educación y gestión económica

Desarrolla habilidades para administrar tu dinero y adoptar hábitos responsables de consumo y ahorro.



■ Tratamiento psicofarmacológico

En algunos casos, un profesional de la salud puede prescribir el uso de medicamentos para atender síntomas o trastornos asociados.

La oniomanía es un problema que requiere comprensión y atención profesional. Identificarla a tiempo permite romper el ciclo de compras compulsivas y recuperar el control financiero para llevar una vida más equilibrada y tranquila.

Nota: este artículo es únicamente informativo.



Fuentes:

- UNAM. "Compras compulsivas: adicción o enfermedad". https://unamglobal.unam.mx/global_revista/compras-compulsivas-trastorno-psicologico-del-siglo-xxi-2/
- UNAM. "¿Sabes qué es la oniomanía?". <https://www.fundacionunam.org.mx/unam-al-dia/sabes-que-es-la-oniomania-o-como-es-un-comprador-compulsivo/>
- UNIR. "Oniomanía: qué es, causas, síntomas y tratamiento". <https://www.unir.net/revista/salud/que-es-oniomania/>
- Universidad Europea. "Oniomanía: ¿qué es la compra compulsiva y cómo se trata?". <https://universidadeuropea.com/blog/oniomania/>
- Instituto NOA. "¿Qué diferencia hay entre compra compulsiva y oniomanía?". <https://institutonoa.es/que-diferencia-hay-entre-compra-compulsiva-y-oniomania/>

Artículo escrito por la Dirección General de Información Institucional y Vinculación Social de la Procuraduría Federal del Consumidor.

Recíbela mensualmente

「ESCANEAR」 y suscríbete

Microhábitos financieros: organiza tu bolsillo

Pequeñas acciones para construir
una rutina saludable para tu cartera.

En colaboración con la

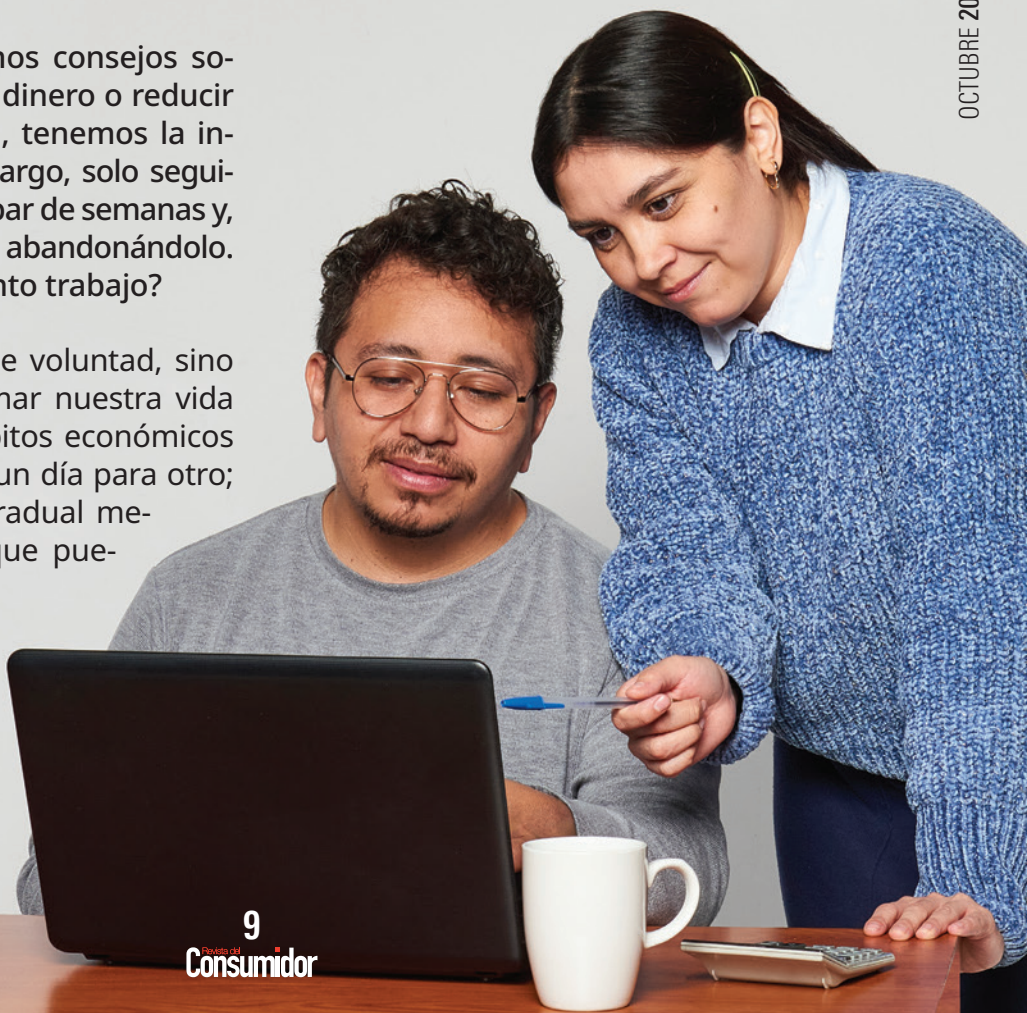


COMISIÓN NACIONAL PARA LA PROTECCIÓN
Y DEFENSA DE LOS USUARIOS DE
SERVICIOS FINANCIEROS

Siempre que escuchamos consejos sobre ahorrar, invertir el dinero o reducir gastos, por lo general, tenemos la intención de hacerlo; sin embargo, solo seguimos el propósito durante un par de semanas y, eventualmente, terminamos abandonándolo. Pero ¿por qué nos cuesta tanto trabajo?

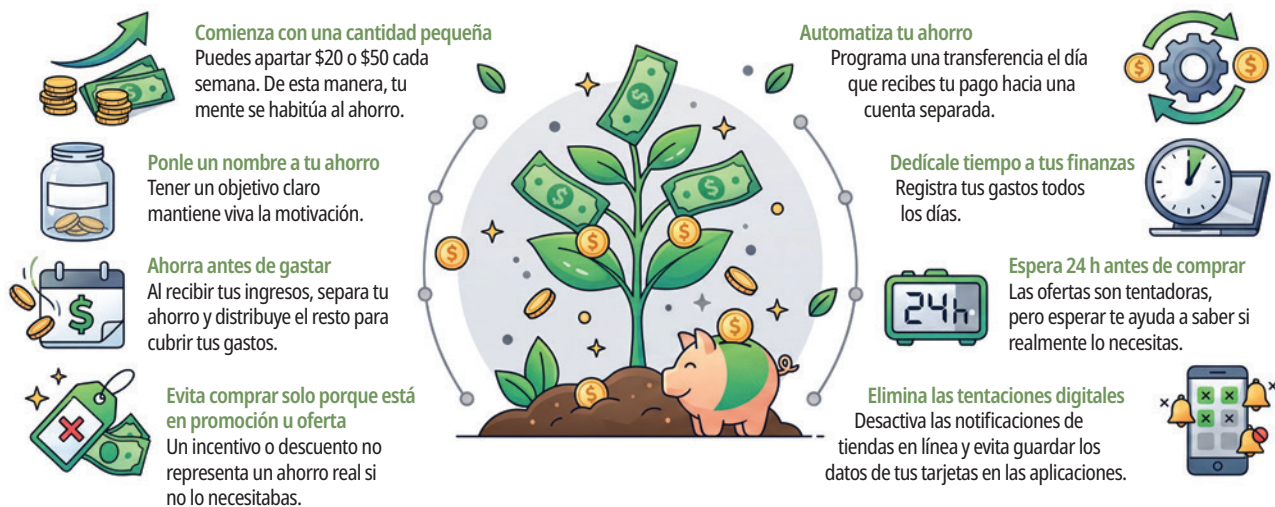
El problema no es la falta de voluntad, sino el error de querer transformar nuestra vida financiera de golpe. Los hábitos económicos duraderos no se forman de un día para otro; se construyen de manera gradual mediante acciones pequeñas que puedas mantener en el tiempo.

Para lograrlo, la clave es la constancia: elegir una meta clara, repetir la acción con paciencia y avanzar a un ritmo seguro.



Los hábitos económicos duraderos toman tiempo; no te desesperes.

HÁBITOS PARA ORGANIZAR MEJOR TU DINERO



DETECTA Y REDUCE LOS GASTOS HORMIGA



De las buenas intenciones a la rutina

Llevar estos consejos a la práctica es más fácil si asocias la nueva acción con un momento específico de tu día: ahorra cuando recibas tu pago, registra tus cuentas antes de dormir o redacta tu lista antes de salir de compras. Cuanto más clara sea la instrucción, más fácil será para tu cerebro repetirla.

Si un día no lo haces, no significa que hayas fallado. Retoma el camino al día siguiente. Crear un hábito no se trata de hacerlo a la perfección, sino de volver a intentarlo y ser constante.



f/Condusef
¡Condusef cerca de ti!

Manzana: rica y nutritiva

Descubre las variedades
más consumidas en México y
los mejores trucos para elegirlos.

Presente en la ciencia, la literatura, el arte y la gastronomía, la manzana es una de las frutas más populares del mundo. Más allá de su valor cultural, destaca por su versatilidad, alto valor nutricional y beneficios a la salud.

El manzano (*Malus domestica*) pertenece a la familia de las rosáceas. En estado silvestre alcanza más de 9 metros de altura, pero los cultivos comerciales se mantienen entre 3 y 4 metros para facilitar la cosecha.

Valor nutricional

■ **Hidratación y energía:**
contiene cerca del 85 % de agua y carbohidratos naturales de fácil absorción.

■ **Fibra y digestión:**
aporta pectina, que favorece el tránsito intestinal y la microbiota.

■ **Antioxidantes:**
contiene quercetina y fisetina, compuestos que protegen las células del estrés oxidativo.



■ **Vitaminas y minerales:**
aporta vitamina C, potasio, calcio, hierro, zinc y vitaminas del complejo B. Es baja en sodio y grasa.

■ **Índice glucémico bajo:**
sus azúcares se absorben gradualmente, por lo que proporciona energía de manera sostenida.

Conoce sus variedades, beneficios y temporada para aprovechar al máximo su frescura y propiedades.

Variedades comerciales en México

Aunque existen cientos de tipos en el mundo, las principales que se comercializan en el país son:



Golden delicious:
la más producida en México; amarilla-verdosa, jugosa y dulce.



Red delicious:
roja, alargada y brillante; dulce y poco ácida.



Granny Smith:
verde, firme, aromática y acidulada; ideal para jugos y repostería.



Royal gala:
mediana, roja, crujiente, dulce y jugosa.



Manzana criolla:
pequeña y cultivada en el centro del país; ideal para dulces y conservas.

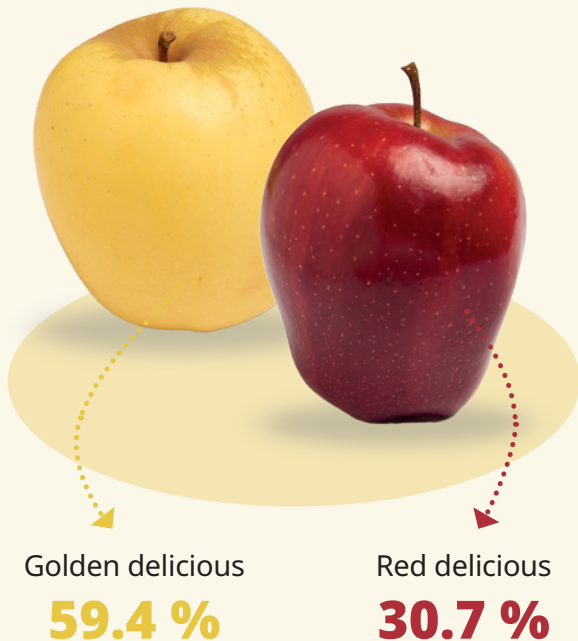
PRODUCCIÓN NACIONAL

Consumo **8.4 kg** por anual: persona.

Producción: **779 724 toneladas** cosechadas en 2024.

Temporada: la cosecha va de agosto a octubre; septiembre es el mes de mayor disponibilidad.

Las variedades más producidas son:



Principales entidades productoras de manzana, 2024



Precios de manzana

Te presentamos los precios mínimo, máximo y promedio del kilogramo de algunas variedades de manzanas. La información corresponde al Programa Quién es Quién en los Precios (qqp.profeco.gob.mx) de la Procuraduría Federal del Consumidor del 1 al 15 de septiembre de 2026; por lo tanto, a la fecha de publicación, puede haber cambiado.

Variedad	Precio mínimo (\$)	Precio máximo (\$)	Precio promedio (\$)
Golden delicious	30. ⁰⁰	90. ⁰⁰	56. ⁸⁶
Granny Smith	38. ⁰⁰	90. ⁰⁰	56. ³⁴
Royal gala	35. ⁰⁰	89. ⁹⁰	50. ²¹

Fuente: Profeco. Quién es Quién en los Precios (QQP). Precios recabados del 1 al 15 de septiembre de 2026; por lo tanto, a la fecha de publicación, puede haber cambiado.

Precios promedio de algunas variedades de manzana

Ciudad	Golden delicious	Granny Smith	Royal gala	Red delicious
Acapulco	58. ⁵⁸	55. ²²	50. ⁹⁴	40. ⁸⁴
Aguascalientes	50. ⁷⁹	53. ⁸²	52. ⁸³	39. ⁵⁹
Campeche	61. ¹⁹	54. ¹⁹	51. ⁵¹	45. ⁰⁵
Cancún	53. ⁷⁷	57. ⁸²	51. ⁴⁰	43. ⁸⁴
Chihuahua	52. ⁹⁶	52. ⁷⁰	49. ⁸⁴	42. ⁵⁰
Ciudad de México	54. ⁷⁷	55. ³⁰	48. ⁰⁵	39. ⁹⁴
Ciudad Juárez	58. ¹³	55. ⁹¹	48. ⁶⁹	43. ⁴³
Cuernavaca	56. ⁸⁸	61. ²²	53. ⁹²	44. ¹²
Culiacán	68. ²²	56. ⁷⁷	53. ²⁵	42. ⁶⁵
Durango	50. ⁰⁸	54. ⁵³	50. ⁷¹	38. ²⁵
Guadalajara	59. ³³	55. ⁹⁸	50. ⁸⁸	43. ⁰⁵
Hermosillo	69. ¹⁶	53. ⁶³	52. ¹¹	42. ⁴⁸
La Paz	64. ⁶⁸	58. ⁹⁶	43. ⁶⁹	43. ⁷⁸
León	57. ⁴⁸	54. ²⁹	50. ²⁶	41. ²²
Mérida	52. ⁷⁷	57. ⁹⁶	56. ⁷⁸	38. ⁸⁷
Monterrey	59. ²³	56. ⁸⁰	59. ⁸⁴	44. ⁴⁴
Morelia	51. ⁶⁵	58. ⁴³	44. ⁶⁶	40. ⁰⁶
Oaxaca	67. ³¹	67. ⁶⁸	57. ⁶⁴	46. ⁶⁴
Puebla	78. ⁷⁰	56. ⁸⁵	53. ⁹³	39. ⁷³
Querétaro	57. ⁹⁴	60. ²⁸	48. ¹⁵	41. ⁰⁶
Reynosa	55. ⁹⁴	52. ²⁶	53. ⁴⁹	41. ²²
Saltillo	47. ⁵²	54. ¹⁵	54. ³⁰	43. ⁰⁴
San Luis Potosí	60. ⁹⁸	60. ¹⁴	50. ¹⁶	42. ⁶⁷
Tampico	50. ²⁴	54. ²¹	46. ⁹⁰	40. ⁷⁸
Tijuana	54. ¹⁸	50. ³⁵	49. ¹⁶	39. ⁵⁴
Tlaxcala	56. ⁷⁴	55. ⁰⁸	49. ⁸⁸	40. ⁷⁴
Toluca	49. ⁸⁵	60. ⁵³	47. ⁵³	41. ⁷⁸
Veracruz	54. ⁴⁹	55. ⁸²	50. ⁸⁷	43. ⁴³
Villahermosa	62. ⁴³	57. ⁴³	52. ⁹⁵	45. ⁶⁴
Zacatecas	49. ⁰⁵	50. ⁴⁹	46. ¹²	41. ⁷⁸

Fuente: Profeco. Quién es Quién en los Precios (QQP). Precios recabados del 1 al 15 de septiembre de 2026; por lo tanto, a la fecha de publicación, puede haber cambiado.

Recomendaciones de compra y conservación



Elige manzanas de color uniforme

Prefiere piezas con colores brillantes y acordes con su variedad. Evita aquellas que presenten manchas o decoloraciones.



Prefiere las que conserven el rabillo

Elige las que todavía tengan el rabillo, pues ayuda a conservarlas por más tiempo. Cuando lo pierden, el proceso de maduración puede acelerarse.



Comprueba su firmeza

Presiónalas ligeramente: deben ceder un poco, sin sentirse blandas. Así podrás identificar piezas con buena textura y frescura.



Huélelas

Acércalas a tu nariz y verifica que tengan un aroma suave y agradable; puede ser señal de frescura y madurez.



Escoge las que se sientan pesadas

Las piezas con más peso suelen contener más jugo y estar más frescas.



Refrigéralas correctamente

Guárdalas en una bolsa de papel o plástico dentro del refrigerador. Déjala abierta para permitir la circulación de aire y evitar el exceso de humedad.



Sepáralas de otras frutas

Mantén las manzanas separadas de otras frutas y de las piezas más maduras. El etileno que liberan acelera el proceso de maduración.



Rocíalas con agua

Salpica las manzanas con agua de manera regular para conservarlas. Esto puede ayudar a retrasar su proceso de maduración.

Haz un consumo informado

Comparar precios te permitirá tomar mejores decisiones de compra.

Quién es Quién
en los precios

qqp.profeco.gob.mx



Fuentes:

- Eroski Consumer. Guía de frutas. "Manzana". <https://frutas.consumer.es/manzana/propiedades>
- Matadamas Ortiz, Elías Jaime. "Variedades de manzana cultivadas en México y sus requerimientos de horas frío". Universidad Autónoma Chapingo. <https://areadeagronomia.mx/wp-content/uploads/2024/11/FOLLETO-TECNICO-MANZANA.pdf>
- Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural. Dirección General del Servicio de Información Agroalimentaria y Pesquera. Panorama Agroalimentario 2025. https://nube.agricultura.gob.mx/panorama_dgsiap/
- Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural. Dirección General del Servicio de Información Agroalimentaria y Pesquera. "Producción Agrícola". <https://www.gob.mx/agricultura/dgsiap/acciones-y-programas/produccion-agricola-404122>

Artículo escrito por la Dirección General de Estudios sobre Consumo de la Procuraduría Federal del Consumidor.



Lomo de cerdo

en salsa cremosa de mostaza

OCTUBRE 2026 | PLATILLO SABIO



El platillo de esta edición reúne ingredientes que aportan sabor, textura y variedad: lomo de cerdo en salsa cremosa de mostaza. El cerdo es una proteína de buena calidad que tiene vitaminas del complejo B y minerales como zinc, fósforo y selenio.

El puré de papa rústico complementa el plato con carbohidratos, principal fuente de energía para el cuerpo. La salsa de mostaza le agrega un toque de acidez y picor punzante.

El resultado es una comida con proteína, carbohidratos y diversos nutrientes; puede acompañarse con verduras para enriquecer su aporte nutrimental.

Además de ser una opción versátil, cocinar en casa nos permite elegir ingredientes frescos y de temporada, moderar cantidades y aprovechar lo que tenemos disponible. Disfruta de una combinación de sabores en cada bocado.



Si quieres ver esta y otras recetas, suscríbete a nuestro canal de YouTube **Profeco TV**



Prepáralo en tu casa y etiquétanos en Instagram #PlatilloSabioProfeco y @revistadelconsumidormx

Fotografía: José Luis Sandoval

Lomo de cerdo en salsa cremosa de mostaza



Ingredientes

- ▶ 5 papas blancas, sin piel, cocidas y cortadas en cuatro
- ▶ 60 g de mantequilla sin sal
- ▶ 2 tazas de leche
- ▶ 900 g de lomo de cerdo
- ▶ 6 cucharaditas de aceite
- ▶ 3 dientes de ajo pequeños finamente picados
- ▶ 2 cucharadas de mostaza Dijon
- ▶ 200 ml de crema
- ▶ El jugo y la ralladura de un limón
- ▶ Sal y pimienta negra molida al gusto
- ▶ ½ taza de perejil finamente picado



Procedimiento

1. En un tazón, aplasta las papas con la mantequilla, un poco de leche, la sal y la pimienta; agrega poco a poco la leche hasta obtener la consistencia deseada.
2. Corta el lomo en medallones de 1.5 a 2 cm. Sazona con sal y pimienta.
3. En una sartén, calienta 4 cucharaditas de aceite. Dora los medallones por ambos lados hasta que estén bien sellados y cocidos; retira y reserva.
4. En la misma sartén a fuego bajo, agrega 2 cucharaditas de aceite y los dientes de ajo; deja cocinar unos minutos. Luego, incorpora la mostaza, la crema, el jugo y la ralladura de limón, mezcla y salpimenta.
5. Añade los medallones y cocina de 2 a 3 minutos.



Emplatado

Sirve dos medallones y báñalos en salsa. Acompaña con puré y decora espolvoreando perejil.



Costo promedio: \$241.⁹⁰



Porciones: 6



Tiempo de preparación: 1 h

INFORMACIÓN NUTRIMENTAL por porción de 406 g

kcal **562.1** • Grasa **33.3 g** • Proteína **36 g**
Carbohidratos **29.7 g** • Fibra **2.1 g**
Colesterol **145 mg**

Quién es Quién
en los precios

Precios levantados en la Ciudad de México y zona metropolitana del 10 al 14 de septiembre de 2026.



Para la chef Monica, la cocina ha sido una forma de descubrir el mundo y, al mismo tiempo, mantenerse cerca de sus raíces. Originaria de la Ciudad de México, creció rodeada de los sabores y enseñanzas de su madre.

Monica ha construido una trayectoria culinaria con una mirada internacional. Su pasión por la gastronomía la llevó a formarse en distintos países y a estudiar cocina contemporánea en Inglaterra.

Su propuesta gastronómica combina técnicas, ingredientes y sabores de diferentes culturas. También tiene experiencia en la enseñanza gastronómica, donde enfatiza la importancia de comer de manera consciente, utilizar alimentos de temporada y cocinar en casa.

Para esta edición, la chef comparte el platillo de lomo de cerdo en salsa cremosa de mostaza; un platillo que lleva a la mesa una combinación de sabores reconfortantes, nutritivos y de fácil preparación.



[chef.monicamannion](https://www.instagram.com/chef.monicamannion)

Repletos de azúcares

¿Son los cereales de caja una alternativa apta para el desayuno?

La industrialización y la urbanización transformaron los estilos de vida y la forma de consumir alimentos. El aumento de las actividades fuera del hogar y la necesidad de opciones de rápida preparación impulsaron el desarrollo de cereales procesados, convirtiéndolos en una alternativa accesible, práctica y fácil de consumir.¹

Los cereales son granos comestibles que provienen de plantas pertenecientes a la familia de las gramíneas, entre las que destacan el trigo, maíz, arroz, avena, centeno, cebada, sorgo y amaranto, entre otros.²

Aportan principalmente energía y fibra, por lo que se recomienda preferir los de grano entero y sus derivados integrales sin azúcares añadidos.³

¹ Informes de Expertos, "Mercado de Cereales de Desayuno en México | Tamaño de la Industria, Participación, Crecimiento, Informe, Análisis 2026-2035". <https://www.informesdeexpertos.com/informes/mercado-de-cereales-de-desayuno-en-mexico>

² NOM-247-SSA1-2008, Productos y servicios. Cereales y sus productos. Cereales, harinas de cereales, sémolas o semolinas. Alimentos a base de: cereales, semillas comestibles, de harinas, sémolas o semolinas o sus mezclas. Productos de panificación. Disposiciones y especificaciones sanitarias y nutrimentales. Métodos de prueba. https://platiica.economia.gob.mx/wp-content/uploads/sites/2/PDF_Normas_Publicas/247ssa1.pdf

³ NOM-043-SSA2-2012, Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientación. https://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5285372&fecha=22/01/2013#gsc.tab=0

Revisa y compara la información de la tabla nutrimental antes de llenar tu tazón.

Cereales y carbohidratos

A lo largo de la historia, los cereales han sido la base de la dieta de diversas poblaciones gracias a su elevado contenido de carbohidratos, principal fuente de energía para el organismo. Las recomendaciones nutricionales destacan la importancia de los carbohidratos. Aunque su proporción puede variar de acuerdo con la dieta, estos pueden aportar entre el 45 y el 75 % de la ingesta calórica total diaria.⁴

Procesamiento e industrialización del cereal

Los granos de cereales se someten a diversos procesos para el consumo humano. En los productos altamente refinados suelen eliminarse partes del grano y, con ellas, algunos de sus nutrientes, por lo que un mayor grado de procesamiento no implica necesariamente mayor calidad nutricional.

Algunos cereales procesados para desayuno tienen vitaminas y minerales adicionados, pero su composición debe evaluarse considerando aspectos como el contenido de fibra, azúcares, sodio y otros ingredientes.

No todo lo que brilla es oro

La creciente preocupación por padecimientos como la diabetes, la obesidad y las enfermedades cardiovasculares ha orientado las preferencias hacia opciones que destacan por su contenido de fibra y proteína o su menor aporte calórico.

Sin embargo, las características destacadas en un producto no muestran por sí solas su composición completa. Entre cereales aparentemente similares pueden existir diferencias en el contenido de azúcares, sodio, fibra y otros nutrientes.

⁴ OMS. 2026. "Alimentación saludable". <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>



¿Azúcar o azúcares?

Los azúcares son un tipo de carbohidratos que se encuentran de forma natural en diversos alimentos y bebidas. Entre los más conocidos están la glucosa, la fructosa, la lactosa y la sacarosa. Sin embargo, los azúcares también pueden añadirse durante la elaboración de alimentos y bebidas procesados para aportar dulzor, además de otras funciones. Entre los azúcares y derivados que pueden utilizarse en estos productos se encuentran:



Fructosa



Glucosa o dextrosa



**Azúcar común
(sacarosa)**



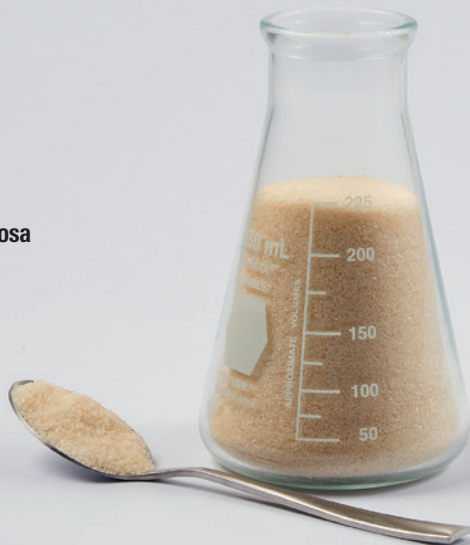
Azúcar invertido



Jarabe de maíz



**Jarabe de maíz
de alta fructosa**



La Organización Mundial de la Salud (OMS) considera azúcares libres a:⁵



Los azúcares añadidos (refinados o sin refinar) a los alimentos por los fabricantes, cocineras, cocineros o personas consumidoras.



Los azúcares presentes de forma natural en la miel, los jarabes, los purés y los jugos de frutas.

Por otro lado, la industria alimentaria ha comenzado a utilizar la alulosa, un monosacárido soluble en agua presente naturalmente en higos, pasas y melaza. Tiene el 70 % del dulzor y su aporte calórico es muy bajo; por ello, la Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios no la considera un azúcar añadido.

⁵ OMS. "Reducir el consumo de azúcar para prevenir y controlar las enfermedades no transmisibles en la región del Mediterráneo oriental". <https://www.emro.who.int/noncommunicable-diseases/publications/questions-and-answers-on-reducing-sugar-consumption-to-prevent-and-control-noncommunicable-diseases.html>

Cuida tu salud

De acuerdo con la OMS, el consumo de azúcares libres no debería superar los 50 g al día en una dieta de 2 000 calorías. Reducir este consumo a 25 g o menos puede aportar beneficios adicionales para la salud.⁶

APORTE NUTRIMENTAL DE LOS CEREALES PARA DESAYUNO**Carbohidratos**

Proviene principalmente de los cereales.

**Sodio**

Pueden contener de 23 a 699 mg por cada 100 g de producto.

**Proteína**

Su contenido es del 3.8 al 21.8 %.

**Azúcares**

La mayoría contiene elevadas cantidades agregadas durante su procesamiento.

**Grasa**

Su contenido es del 0.6 al 15.4 %.



Su consumo debe ser moderado. Revisa y compara siempre la información de la tabla nutricional antes de elegir un producto.

⁶ OMS. 2026. "Alimentación saludable". <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>

Cereales de caja

Tienen un alto contenido de azúcares y algunos de grasa y sodio.

Son una alternativa popular para el desayuno por su variedad y rápida preparación.

La oferta en el mercado de estos productos incluye opciones ricas en fibra, adicionadas con vitaminas y minerales, azucaradas o con chocolate.

Uno de los ingredientes de estos productos son los azúcares, que si se ingieren en exceso pueden contribuir al sobrepeso y la obesidad.

Para conocer su verdadero aporte nutrimental, nos dimos a la tarea de analizarlos para que elijas de manera informada el cereal que llegará a tu mesa.

Este estudio fue realizado por el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor de la Profeco.



Conoce el estudio

Se analizaron 43 productos:

- 4 cereales
- 2 cereales horneados
- 2 de arroz
- 2 de avena
- 12 de maíz
- 1 de maíz y amaranto
- 2 de maíz y quinoa
- 5 de maíz, trigo y avena
- 3 de maíz y arroz
- 1 de maíz y avena
- 2 de maíz y trigo
- 1 de quinoa y arroz
- 2 de trigo
- 1 de salvado de trigo
- 1 de trigo integral y arroz
- 2 de trigo y maíz

Las pruebas

Información comercial

Está presente en las etiquetas de los productos y debe cumplir los requisitos de la **NOM-051-SCFI/SSA1-2010**, *Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados-Información comercial y sanitaria*. Por ello, se verificó que todas las muestras presentaran denominación, contenido neto, sistema de etiquetado frontal, responsable del producto, domicilio, leyenda de conservación, ingredientes, alérgenos, lote y fecha de caducidad o consumo preferente.

Sistema de etiquetado frontal

Incluye símbolos de la información nutricional complementaria y las leyendas precautorias.

Lote
Código o número que identifica una cantidad determinada de producción, que puede aparecer en cualquier parte del envase.

Fecha de caducidad o fecha de consumo preferente

Marca
Es todo signo visible que distingue productos de otros de su misma especie o clase en el mercado.

Denominación
Nombre del producto.

Contenido neto
Cantidad de producto que contiene el envase.

Declaración nutricional

Ingredientes
Cualquier sustancia o producto, incluidos los aditivos que se empleen en la fabricación, elaboración, preparación o tratamiento de un alimento.

Alérgenos
Ingredientes que pueden provocar una reacción alérgica.

Leyenda de conservación

País de origen

Razón social y domicilio del responsable del producto



Contenido neto

Se verificó que los productos cumplieran con la cantidad declarada en la etiqueta.



Aporte nutrimental

Se determinó la cantidad de proteína, grasa, carbohidratos, humedad y cenizas, ya que estos son los principales componentes del aporte nutricional y energético necesario para el adecuado funcionamiento del organismo, cuyo consumo siempre debe mantenerse en equilibrio.



Azúcares

Se determinó la cantidad de azúcares presente en los productos, ya que

pueden adicionarse durante su procesamiento y es importante controlar su consumo.



Minerales

Se determinaron los contenidos de sodio, calcio, zinc y hierro, ya que varios de los productos los adicionan.



Contenido energético

Se calculó el aporte calórico que dan 100 gramos de producto, considerando que cada gramo de proteína y carbohidratos aporta 4 kilocalorías y cada gramo de grasa aporta 9 kilocalorías.

NORMATIVIDAD

NOM-086-SSA1-1994, Bienes y Servicios. Alimentos y bebidas no alcohólicas con modificaciones en su composición. Especificaciones nutrimentales.

NOM-051-SCFI/SSA1-2010, Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados—Información comercial y sanitaria.

NOM-002-SCFI-2011, Productos preenvasados—Contenido neto—Tolerancias y métodos de verificación.

FICHA TÉCNICA

Periodo del estudio: del 18 de mayo al 13 de agosto de 2026

Periodo de adquisición del producto: del 18 de mayo al 22 de julio de 2026

Productos analizados: 43

Pruebas realizadas: 2 942

Cereales



Marca		DASAVENA CEREAL ARTESANAL	KELLOGG'S ORIGINS PROTEÍNA	POST HONEY BUNCHES OF OATS	SPECIAL K ORIGINAL
Descripción general		Hojuelas integrales con granos enteros, semillas y frutas con un toque de miel de abeja 380 g	Hojuelas de cereales sabor maple con proteína vegetal y almendras, adicionadas con vitaminas y hierro 390 g	Cereal multigrano con granola, almendras y miel fortificado con vitaminas y minerales 340 g	Hojuelas de cereal con grano entero, adicionadas con vitaminas y minerales 530 g
País de origen		México	México	EUA	México
Información comercial					
Contenido neto					
Grasa g/100 g		19.2	9.2	7.7	2.1
Proteína g/100 g		10.6	15.4	8.6	9.9
Azúcares g/100 g		16.1	26.7	20.8	0.8
Carbohidratos g/100 g		64.5	68.5	78.0	80.4
Contenido energético (kcal/100 g)		445	392	393	364
Sodio mg/100 g		159	193	337	223
Minerales mg/100 g	Calcio	125	750	31	484
	Zinc	2	9	2	18
	Hierro	<3	7	10	9
Sistema de etiquetado frontal					
		Tiene menos proteína de la que declara. Indica 12.5 g/100 g, pero en realidad contiene 10.6 g.	Presenta leyenda "Proteína 12 g" que, al ostentar sellos, no debe estar en la superficie principal del envase.		

Productos ordenados alfabéticamente.

Cereales horneados

Quién es Quién
en los precios

Precio promedio de cereales de caja en la Ciudad de México y zona metropolitana, Playa del Carmen, Tampico y Tuxtla Gutiérrez, levantados del 26 de agosto al 8 de septiembre de 2026.



Marca		NÜWA BARRINOLAS	NÜWA BARRINOLAS
Descripción general		Cereal horneado con canela 350 g	Cereal horneado con cocoa 350 g
País de origen		🇲🇽 México	🇲🇽 México
Información comercial		✗	✗
Contenido neto		✓	✓
Grasa g/100 g		17.8	20.3
Proteína g/100 g		42.0	33.6
Azúcares g/100 g		12.0	13.0
Carbohidratos g/100 g		30.3	36.4
Contenido energético (kcal/100 g)		330	346
Sodio mg/100 g		520	401
Minerales mg/100 g	Calcio	647	173
	Zinc	3	3
	Hierro	8	10
Sistema de etiquetado frontal		-	-
		· La denominación del producto no describe sus características y composición. · Tiene más grasa de la que declara. Indica 13.2 g/100 g, pero en realidad contiene 17.8 g. · Tiene más sodio del que declara. Indica 322 mg/100 g, pero en realidad contiene 520 mg. · Endulzado con alulosa. · Ostenta símbolos de unidades incorrectos. Dice "G" y "KCAL", pero debe decir "g" y "kcal".	· La denominación del producto no describe sus características y composición. · Tiene más grasa de la que declara. Indica 12.3 g/100 g, pero en realidad contiene 20.3 g. · Tiene más sodio del que declara. Indica 328 mg/100 g, pero en realidad contiene 401 mg. · Endulzado con alulosa. · Ostenta símbolos de unidades incorrectos. Dice "G" y "KCAL", pero debe decir "g" y "kcal".

De arroz



Marca		KELLOGG'S CHOCO KRISPIS	POST FRUITY PEBBLES BRAND
Descripción general		Granos de arroz inflados con sabor a chocolate, adicionados con vitaminas y minerales 350 g	Cereal de arroz endulzado sabor a frutas fortificado con vitaminas y minerales 311 g
País de origen		México	EUA
Información comercial		✓	✓
Contenido neto		✓	✓
Grasa g/100 g		2.0	4.9
Proteína g/100 g		5.6	5.7
Azúcares g/100 g		30.2	35.5
Carbohidratos g/100 g		85.8	83.6
Contenido energético (kcal/100 g)		379	398
Sodio mg/100 g		254	517
Minerales mg/100 g	Calcio	510	6
	Zinc	9	7
	Hierro	<3	4
Sistema de etiquetado frontal		EXCESO CALORÍAS EXCESO AZÚCARES	EXCESO CALORÍAS EXCESO AZÚCARES EXCESO SODIO

De avena



Marca		CHEERIOS GENERAL MILLS	MALT-O-MEAL MARSHMALLOW MATEYS
Descripción general		Cereal de avena con fresa y manzana 317 g	Cereal de grano entero de avena endulzado con malvaviscos 320 g
País de origen		EUA	EUA
Información comercial		✗	✗
Contenido neto		✓	✓
Grasa g/100 g		6.9	4.2
Proteína g/100 g		21.8	7.0
Azúcares g/100 g		32.1	41.1
Carbohidratos g/100 g		62.9	81.3
Contenido energético (kcal/100 g)		380	371
Sodio mg/100 g		477	559
Minerales mg/100 g	Calcio	780	384
	Zinc	11	5
	Hierro	12	12
Sistema de etiquetado frontal		EXCESO CALORÍAS EXCESO AZÚCARES EXCESO SODIO	EXCESO CALORÍAS EXCESO AZÚCARES EXCESO SODIO
		· Presenta información en inglés que, al ostentar sellos, no debe estar en la superficie principal del envase.	· Presenta información en inglés con íconos no vigentes.

Productos ordenados alfabéticamente.

De maíz

Quién es Quién
en los precios

Precio promedio de cereales de caja en la Ciudad de México y zona metropolitana, Playa del Carmen, Tampico y Tuxtla Gutiérrez, levantados del 26 de agosto al 8 de septiembre de 2026.



Marca		GREAT VALUE AZUCARADAS	KELLOGG'S CORN FLAKES EL ORIGINAL	KELLOGG'S CORN POPS	KELLOGG'S EXTRA
Descripción general		Hojuelas de maíz escarchadas con azúcar 620 g	Hojuelas de maíz, adicionadas con vitaminas y hierro 185 g	Maíz inflado y endulzado, adicionado con vitaminas y hierro 450 g	Hojuelas de maíz sabor durazno con trocitos de manzana, adicionadas con vitaminas y hierro 420 g
País de origen		México	México	México	México
Información comercial		✗	✓	✗	✗
Contenido neto		✓	✓	✓	✓
Grasa g/100 g		1.4	1.0	1.6	0.7
Proteína g/100 g		5.6	6.2	3.7	4.3
Azúcares g/100 g		23.4	9.1	42.5	35.8
Carbohidratos g/100 g		87.5	87.3	90.3	89.6
Contenido energético (kcal/100 g)		376	369	387	370
Sodio mg/100 g		238	217	221	152
Minerales mg/100 g	Calcio	5	5	9	13
	Zinc	<0.3	<0.3	<0.3	<0.3
	Hierro	<3	9	11	5
Sistema de etiquetado frontal		EXCESO CALORÍAS EXCESO AZÚCARES	EXCESO CALORÍAS	EXCESO CALORÍAS EXCESO AZÚCARES	EXCESO CALORÍAS EXCESO AZÚCARES
		· Tiene más grasa de la que declara. Indica 0 g/100 g, pero en realidad contiene 1.4 g.		· Tiene más grasa de la que declara. Indica 0.2 g/100 g, pero en realidad contiene 1.6 g.	· Presenta leyenda e imagen de un personaje que, al ostentar sellos, no deben estar en la superficie del envase.

● De maíz



Marca		KELLOGG'S ZUCARITAS	LUCKY CHARMS GENERAL MILLS	NESTLÉ CARLOS V CEREAL	NESTLÉ CORN FLAKES
Descripción general		Hojuelas de maíz escarchadas con azúcar, adicionadas con vitaminas y hierro 380 g	Cereal de maíz integral con malvaviscos y cocoa, adicionado con vitaminas y minerales 250 g	Cereal de maíz integral sabor a chocolate, adicionado con vitaminas y minerales 590 g	Cereal de maíz integral, fortificado, libre de gluten 500 g
País de origen		México	México	México	México
Información comercial					
Contenido neto					
Grasa g/100 g		1.4	4.8	5.4	3.0
Proteína g/100 g		3.8	5.8	5.7	7.2
Azúcares g/100 g		40.1	32.4	26.1	6.5
Carbohidratos g/100 g		89.9	83.0	83.6	83.0
Contenido energético (kcal/100 g)		384	379	382	368
Sodio mg/100 g		135	261	110	268
Minerales mg/100 g	Calcio	8	663	575	507
	Zinc	<0.3	5	4	5
	Hierro	5	7	3	7
Sistema de etiquetado frontal					

Productos ordenados alfabéticamente.

De maíz

Quién es Quién en los precios

Precio promedio de cereales de caja en la Ciudad de México y zona metropolitana, Playa del Carmen, Tampico y Tuxtla Gutiérrez, levantados del 26 de agosto al 8 de septiembre de 2026.



Marca		NESTLÉ TRIX	PRECÍSSIMO	PRECÍSSIMO	SELECTO BRAND AZUCARADAS
Descripción general		Cereal de maíz integral con malvaviscos adicionado con vitaminas y minerales 230 g	Hojuelas de maíz adicionadas con 8 vitaminas y minerales 400 g	Hojuelas de maíz con azúcar, adicionadas con 8 vitaminas y minerales 400 g	Cereal de hojuelas de maíz con azúcar, adicionadas con vitaminas y minerales 400 g
País de origen		México	México	México	México
Información comercial		✓	✓	✓	✗
Contenido neto		✓	✓	✓	✓
Grasa g/100 g		5.6	0.5	1.4	1.9
Proteína g/100 g		3.8	5.7	4.2	4.6
Azúcares g/100 g		26.9	13.2	30.3	29.5
Carbohidratos g/100 g		85.7	86.6	88.6	88.0
Contenido energético (kcal/100 g)		391	358	380	382
Sodio mg/100 g		203	179	219	250
Minerales mg/100 g	Calcio	576	6	11	7
	Zinc	4	9	10	6
	Hierro	<3	5	6	9
Sistema de etiquetado frontal		EXCESO CALORIAS EXCESO AZÚCARES	EXCESO CALORIAS EXCESO AZÚCARES	EXCESO CALORIAS EXCESO AZÚCARES	EXCESO CALORIAS EXCESO AZÚCARES

· Indica CONSUMO PREFERENTE, pero señala CAD: 31 03 2027.

● De maíz y amaranto



Marca		NESTLÉ CORN FLAKES AMARANTO
Descripción general		Cereal de maíz integral, fortificado, con amaranto, libre de gluten 420 g
País de origen		México
Información comercial		
Contenido neto		
Grasa g/100 g		3.1
Proteína g/100 g		6.6
Azúcares g/100 g		18.2
Carbohidratos g/100 g		83.6
Contenido energético (kcal/100 g)		367
Sodio mg/100 g		293
Minerales mg/100 g	Calcio	615
	Zinc	5
	Hierro	5
Sistema de etiquetado frontal		

● De maíz y quinoa



Marca		GROOVIES TROPICAL FROOTYS	GROOVIES COCOA GROOVE CHOCOLATE
Descripción general		Cereal de maíz y quinoa sabor frutas fortificado con vitaminas y minerales 250 g	Cereal de maíz y quinoa sabor chocolate fortificado con vitaminas y minerales 250 g
País de origen		México	México
Información comercial			
Contenido neto			
Grasa g/100 g		3.9	4.0
Proteína g/100 g		9.7	9.7
Azúcares g/100 g		1.3	1.2
Carbohidratos g/100 g		78.5	77.4
Contenido energético (kcal/100 g)		284	281
Sodio mg/100 g		207	294
Minerales mg/100 g	Calcio	19	30
	Zinc	2	2
	Hierro	<3	8
Sistema de etiquetado frontal		-	-
		· Tiene más grasa de la que declara. Indica 2 g/100 g, pero en realidad contiene 3.9 g. · Endulzado con alulosa.	· Tiene más grasa de la que declara. Indica 2 g/100 g, pero en realidad contiene 4.0 g. · Endulzado con alulosa.

Productos ordenados alfabéticamente.

De maíz, trigo y avena

Quién es Quién
en los precios

Precio promedio de cereales de caja en la Ciudad de México y zona metropolitana, Playa del Carmen, Tampico y Tuxtla Gutiérrez, levantados del 26 de agosto al 8 de septiembre de 2026.



Marca		FIRST STREET APPLE WHIRLS	GREAT VALUE FRUTIAROS	KELLOGG'S FROOT LOOPS	KELLOGG'S FROOT LOOPS
Descripción general		Cereal de maíz, trigo y avena endulzado sabor a manzana y canela 346 g	Cereal de maíz, trigo y avena con sabor a frutas 410 g	Cereal de maíz, trigo y avena, con sabores a frutas, adicionado con vitaminas y minerales 380 g	Cereal de maíz, trigo y avena, con sabores a frutas y malaviscos, adicionado con vitaminas y minerales 245 g
País de origen		EUA	México	México	México
Información comercial					
Contenido neto					
Grasa g/100 g		2.1	2.4	3.7	3.3
Proteína g/100 g		5.6	5.7	5.6	5.6
Azúcares g/100 g		46.8	27.6	41.0	45.0
Carbohidratos g/100 g		86.7	85.5	86.6	87.3
Contenido energético (kcal/100 g)		377	375	398	397
Sodio mg/100 g		477	266	161	166
Minerales mg/100 g	Calcio	283	101	18	18
	Zinc	19	8	12	11
	Hierro	8	8	<3	4
Sistema de etiquetado frontal					

· Presenta información en inglés que, al ostentar sellos, no debe estar en la superficie principal del envase.

● De maíz, trigo y avena



Marca		SELECTO BRAND ARITOS FRUTAS
Descripción general		Aritos de maíz, trigo y avena sabor a frutas, adicionados con vitaminas y minerales 400 g
País de origen		México
Información comercial		✗
Contenido neto		✓
Grasa g/100 g		2.3
Proteína g/100 g		6.0
Azúcares g/100 g		29.7
Carbohidratos g/100 g		85.5
Contenido energético (kcal/100 g)		378
Sodio mg/100 g		262
Minerales mg/100 g	Calcio	96
	Zinc	8
	Hierro	9
Sistema de etiquetado frontal		EXCESO CALORIAS EXCESO AZÚCARES
		· Indica CONSUMO PREFERENTE, pero señala CAD: 30/04/2027.

● De maíz y arroz



Marca		GREAT VALUE CHOCO BOWL	PRECÍSSIMO CEREAL BOLITAS
Descripción general		Cereal de maíz y arroz con sabor a chocolate 650 g	Cereal de maíz y arroz sabor a chocolate adicionado con 8 vitaminas y minerales 400 g
País de origen		México	México
Información comercial		✓	✓
Contenido neto		✓	✓
Grasa g/100 g		3.8	3.3
Proteína g/100 g		5.8	5.2
Azúcares g/100 g		30.4	27.6
Carbohidratos g/100 g		83.4	85.3
Contenido energético (kcal/100 g)		368	377
Sodio mg/100 g		252	285
Minerales mg/100 g	Calcio	96	89
	Zinc	8	6
	Hierro	8	10
Sistema de etiquetado frontal		EXCESO CALORIAS EXCESO AZÚCARES	EXCESO CALORIAS EXCESO AZÚCARES

Productos ordenados alfabéticamente.

De maíz y arroz



Marca		SELECTO BRAND CHOCO BOLITAS
Descripción general		Cereal de bolitas de maíz y arroz sabor a chocolate, adicionados con vitaminas y minerales 400 g
País de origen		México
Información comercial		✗
Contenido neto		✗
Grasa g/100 g		2.9
Proteína g/100 g		4.7
Azúcares g/100 g		28.0
Carbohidratos g/100 g		85.5
Contenido energético (kcal/100 g)		378
Sodio mg/100 g		272
Minerales mg/100 g	Calcio	91
	Zinc	7
	Hierro	9
Sistema de etiquetado frontal		EXCESO CALORIAS EXCESO AZÚCARES · No cumple con el contenido neto declarado. Indica 400 g, pero en realidad contiene 375.4 g. · Indica CONSUMO PREFERENTE, pero señala CAD: 31/03/2027.

De maíz y avena

Quién es Quién
en los precios

Precio promedio de cereales de caja en la Ciudad de México y zona metropolitana, Playa del Carmen, Tampico y Tuxtla Gutiérrez, levantados del 26 de agosto al 8 de septiembre de 2026.



Marca		FIRST STREET BERRY BUNCH O'KRUNCH
Descripción general		Cereal de maíz y avena endulzado sabor a frutas 332 g
País de origen		EUA
Información comercial		✗
Contenido neto		✓
Grasa g/100 g		3.0
Proteína g/100 g		5.2
Azúcares g/100 g		32.8
Carbohidratos g/100 g		86.0
Contenido energético (kcal/100 g)		382
Sodio mg/100 g		547
Minerales mg/100 g	Calcio	15
	Zinc	1
	Hierro	19
Sistema de etiquetado frontal		EXCESO CALORIAS EXCESO AZÚCARES EXCESO SODIO · Tiene más grasa de la que declara. Indica 1.19 g/100 g, pero en realidad contiene 3.0 g. · Presenta información en inglés que, al ostentar sellos, no debe estar en la superficie principal del envase.

* El precio promedio incluye precio en tienda física y precio en tienda en línea.

● De maíz y trigo



Marca		GOLDEN HILLS	NESTLÉ NESQUIK
Descripción general		Cereal de hojuelas de maíz y trigo sabor chocolate 600 g	Cereal de maíz y trigo integrales sabor a chocolate, fortificado con vitaminas y minerales 620 g
País de origen		México	México
Información comercial		✓	✓
Contenido neto		✓	✓
Grasa g/100 g		3.2	4.7
Proteína g/100 g		5.7	5.9
Azúcares g/100 g		27.9	28.2
Carbohidratos g/100 g		84.6	83.3
Contenido energético (kcal/100 g)		379	368
Sodio mg/100 g		619	182
Minerales mg/100 g	Calcio	180	565
	Zinc	3	5
	Hierro	6	5
Sistema de etiquetado frontal		EXCESO CALORÍAS EXCESO AZÚCARES EXCESO SODIO	EXCESO CALORÍAS EXCESO AZÚCARES

● De quinoa y arroz



Marca		WIPALA
Descripción general		Cereal de quinoa y arroz sabor canela 200 g
País de origen		Ecuador
Información comercial		✗
Contenido neto		✓
Grasa g/100 g		1.5
Proteína g/100 g		6.6
Azúcares g/100 g		13.2
Carbohidratos g/100 g		85.7
Contenido energético (kcal/100 g)		343
Sodio mg/100 g		416
Minerales mg/100 g	Calcio	310
	Zinc	2
	Hierro	<3
Sistema de etiquetado frontal		EXCESO CALORÍAS EXCESO AZÚCARES EXCESO GRASAS SATURADAS
		· Tiene menos proteína de la que declara. Indica 10 g/100 g, pero en realidad contiene 6.6 g. · Tiene más sodio del que declara. Indica 0 mg/100 g, pero en realidad contiene 416 mg.

Productos ordenados alfabéticamente.
* El precio promedio incluye precio en tienda física y precio en tienda en línea.

● De trigo



Marca		MALT-O-MEAL FROSTED MINI SPOONERS	NESTLÉ KITKAT
Descripción general		Cereal de grano entero de trigo endulzado 425 g	Cereal de trigo sabor a chocolate 330 g
País de origen		🇺🇸 EUA	🇨🇭 Suiza
Información comercial		❌	❌
Contenido neto		✅	✅
Grasa g/100 g		2.3	11.1
Proteína g/100 g		9.1	7.9
Azúcares g/100 g		21.2	24.4
Carbohidratos g/100 g		81.2	74.0
Contenido energético (kcal/100 g)		340	402
Sodio mg/100 g		23	147
Minerales mg/100 g	Calcio	5	406
	Zinc	11	1
	Hierro	10	6
Sistema de etiquetado frontal		EXCESO CALORÍAS EXCESO AZÚCARES	EXCESO CALORÍAS EXCESO AZÚCARES
		· Presenta información en inglés con íconos no vigentes.	· El color de fondo de los sellos no cumple con la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

● De salvado de trigo



Marca		KELLOGG'S ALL BRAN ORIGINAL
Descripción general		Cereal de salvado de trigo, adicionado con vitaminas y hierro 775 g
País de origen		🇲🇽 México
Información comercial		❌
Contenido neto		✅
Grasa g/100 g		5.6
Proteína g/100 g		15.4
Azúcares g/100 g		15.6
Carbohidratos g/100 g		71.6
Contenido energético (kcal/100 g)		282
Sodio mg/100 g		231
Minerales mg/100 g	Calcio	80
	Zinc	8
	Hierro	13
Sistema de etiquetado frontal		-
		· Tiene más grasa de la que declara. Indica 3.5 g/100 g, pero en realidad contiene 5.6 g.

De trigo integral y arroz

De trigo y maíz

Quién es Quién en los precios

Precio promedio de cereales de caja en la Ciudad de México y zona metropolitana, Playa del Carmen, Tampico y Tuxtla Gutiérrez, levantados del 26 de agosto al 8 de septiembre de 2026.



Marca		NESTLÉ FITNESS ORIGINAL
Descripción general		Hojuelas de trigo integral y arroz fortificadas 570 g
País de origen		México
Información comercial		✓
Contenido neto		✓
Grasa g/100 g		2.6
Proteína g/100 g		10.7
Azúcares g/100 g		5.7
Carbohidratos g/100 g		78.5
Contenido energético (kcal/100 g)		268
Sodio mg/100 g		228
Minerales mg/100 g	Calcio	990
	Zinc	6
	Hierro	8
Sistema de etiquetado frontal		CONTIENE EDULCORANTES, NO RECOMENDABLE EN NIÑOS

Marca		GOLDEN GRAHAMS GENERAL MILLS	KELLOGG'S ALL BRAN FLAKES
Descripción general		Cereal de trigo y maíz 473 g	Hojuelas de trigo y maíz, adicionadas con vitaminas y hierro 570 g
País de origen		EUA	México
Información comercial		✗	✓
Contenido neto		✓	✓
Grasa g/100 g		4.9	2.4
Proteína g/100 g		6.1	12.2
Azúcares g/100 g		30.9	7.6
Carbohidratos g/100 g		82.1	78.1
Contenido energético (kcal/100 g)		377	323
Sodio mg/100 g		699	290
Minerales mg/100 g	Calcio	398	53
	Zinc	9	4
	Hierro	4	13
Sistema de etiquetado frontal		EXCESO CALORÍAS EXCESO AZÚCARES EXCESO SODIO	EXCESO CALORÍAS

· Presenta información en inglés que, al ostentar sellos, no debe estar en la superficie principal del envase.

Productos ordenados alfabéticamente.

Conclusiones

- ✗ Un producto no cumplió con el contenido neto declarado.
- ✗ Dos productos presentan una denominación incorrecta.
- ✗ Ocho productos no cumplieron con el contenido de grasa declarado.
- ✗ Dos productos no cumplieron con el contenido de proteína declarado.
- ✗ Dos productos no cumplieron con el símbolo de unidades que establece la NOM-008-SE-2021.
- ✗ Tres productos no cumplieron con el contenido de sodio declarado.
- ✗ 12 productos no cumplieron con los requisitos de etiquetado de la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.



SU DENOMINACIÓN ES INCORRECTA, NO CUMPLEN CON LOS CONTENIDOS DECLARADOS DE GRASA NI SODIO

La composición de los siguientes productos no se describe correctamente en sus etiquetas. Indican contener cereal proteico; sin embargo, este no es un cereal, pues está compuesto por soya y almidón de tapioca.

● Cereales horneados

Grasa

Declara: **13.2** g/100 g
 Contiene: **17.8** g/100 g

Sodio

Declara: **322** mg/100 g
 Contiene: **520** mg/100 g

Grasa

Declara: **12.3** g/100 g
 Contiene: **20.3** g/100 g

Sodio

Declara: **328** mg/100 g
 Contiene: **401** mg/100 g

**NÜWA
BARRINOLAS**
 Cereal horneado con
 canela



**NÜWA
BARRINOLAS**
 Cereal horneado con
 cocoa

NO CUMPLEN CON EL CONTENIDO DECLARADO DE GRASA



● De maíz

Declara: **0 g/100 g**
Contiene: **1.4 g/100 g**

GREAT VALUE AZUCARADAS
Hojuelas de maíz escarchadas
con azúcar



Declara: **0.2 g/100 g**
Contiene: **1.6 g/100 g**

KELLOGG'S CORN POPS
Maíz inflado y endulzado adicionado
con vitaminas y hierro



● De maíz y avena

Declara: **1.19 g/100 g**
Contiene: **3.0 g/100 g**

**FIRST STREET
BERRY BUNCH O'KRUNCH**
Cereal de maíz y avena
endulzado sabor a frutas



● De salvado de trigo

Declara: **3.5 g/100 g**
Contiene: **5.6 g/100 g**

KELLOGG'S ALL BRAN ORIGINAL
Cereal de salvado de trigo,
adicionado con vitaminas y hierro



● De maíz y quinoa

Declara: **2 g/100 g**
Contiene: **3.9 g/100 g**

**GROOVIES
TROPICAL FROOTYS**
Cereal de maíz y quinoa sabor frutas
fortificado con vitaminas y minerales



Declara: **2 g/100 g**
Contiene: **4.0 g/100 g**

**GROOVIES COCOA
GROOVE CHOCOLATE**
Cereal de maíz y quinoa sabor chocolate
fortificado con vitaminas y minerales



NO CUMPLE CON EL CONTENIDO DECLARADO DE PROTEÍNA

Cereales

Proteína

Declara: **12.5 g/100 g**
 Contiene: **10.6 g/100 g**



DASAVENA CEREAL ARTESANAL
 Hojuelas integrales con granos enteros, semillas y frutas con un toque de miel de abeja

NO CUMPLE CON LOS CONTENIDOS DECLARADOS DE PROTEÍNA NI SODIO

De quinoa y arroz

Proteína

Declara: **10 g/100 g**
 Contiene: **6.6 g/100 g**

Sodio

Declara: **0 mg/100 g**
 Contiene: **416 mg/100 g**



WIPALA
 Cereal de quinoa y arroz sabor canela

NO CUMPLE CON EL CONTENIDO NETO DECLARADO

De maíz y arroz

Declara: **400 g**
 Contiene: **375.4 g**



SELECTO BRAND CHOCO BOLITAS
 Cereal de bolitas de maíz y arroz sabor a chocolate, adicionados con vitaminas y minerales

Recomendaciones

De compra

Lee la etiqueta

Verifica la fecha de caducidad o consumo preferente y asegúrate de que el envase se encuentre en buenas condiciones.



De consumo

Modera tu consumo de azúcares

Ten en cuenta que estos productos contienen entre 0.8 g y 46.8 g de azúcares por 100 g de producto.

Limita su consumo

Si padeces hipertensión arterial, limita el consumo de productos con alto contenido de sodio o que presenten el sello de EXCESO SODIO y atiende las recomendaciones de tu médica o médico.

Mantén una alimentación equilibrada

El consumo frecuente de productos procesados con alto aporte calórico puede contribuir al sobrepeso y a la obesidad. Acompaña tu alimentación con actividad física.

Almacénalos correctamente

Consérvalos en su envase bien cerrado, en un lugar seco y a temperatura ambiente.

Haz un consumo informado

El que estos productos tengan nutrimentos adicionados, como vitaminas y minerales, no los convierte en una alimentación equilibrada.



Conoce más sobre el
Laboratorio Nacional de
Protección al Consumidor

laboratorio.profeco.gob.mx



Killing's Venenos

EL
DESAYUNO
QUE TE MATA
DE RICO

CON
EXTRA
TOXICIDAD



CEREAL
MULTISABORES
CON CALAVERAS
Y HUESITOS

Información Nutricional

Tamaño de la porción 30 g
(1 taza)
Porciones por envase 14

Cantidad por porción

Contenido energético
120 kcal (502 kJ)

		% VNR*
Grasas totales	1.5 g	2%
Grasas saturadas	0.5 g	3%
Carbohidratos totales	26 g	9%
Azúcares	12 g	
Fibra dietética	2 g	8%
Proteínas	2 g	4%
Sodio	180 mg	8%

* % de Valores Nutricionales de
Referencia para la población
de 4 años y más.

Ingredientes: Maíz, azúcar,
harina de trigo, saborizantes
naturales y artificiales, colorantes
(amarillo 5, rojo 40, azul 1),
minerales (hierro, zinc),
vitaminas (niacina, ácido fólico,
B6, B12).

PUEDA CONTENER
TRAZAS DE REALIDAD.

VENENO
EN CADA
BOCADO

Me pongo mis *jeans*

De la ropa de trabajo a la máxima expresión de libertad, igualdad y estilo.

Hoy en día, los pantalones de mezclilla forman parte esencial del guardarropa femenino. Son una prenda versátil y presente en todo tipo de estilos.

Durante siglos, la forma de vestir de las mujeres estuvo marcada por normas sociales. El pantalón, además de ser visto como una prenda masculina, llegó a estar sujeto a restricciones que limitaban su uso por parte de las mujeres.

Su incorporación a la vestimenta femenina fue un proceso gradual, relacionado con la adopción de nuevas actividades y las transformaciones sociales que cuestionaron los roles tradicionales.

Con el paso del tiempo, el pantalón comenzó a adquirir nuevos significados: comodidad, autonomía, igualdad y libertad.

La prenda cotidiana que un día rompió las reglas.



EVOLUCIÓN DEL PANTALÓN PARA MUJER

(1851-1934) Orígenes y funcionalidad



1851: los revolucionarios bloomers

Pantalones holgados bajo las faldas o prenda interior ajustada en la cintura y piernas.



1890: knickerbockers y ciclismo

El auge de la bicicleta popularizó el uso de pantalones bombachos, ajustados debajo de la rodilla para facilitar el movimiento.



1934: Lady Levi's 701

El primer *jean* del mundo diseñado específicamente para el cuerpo femenino.

(1920-1970) Alta costura y liberación social

1920: el confort de Chanel

Coco Chanel popularizó los pantalones marineros como una alternativa cómoda.



1966: el *smoking* de Yves Saint Laurent (YSL)

YSL introdujo el *smoking* femenino, desafiando las normas de género en la moda.



1970: símbolo de igualdad

El pantalón se adoptó masivamente como emblema de los movimientos de liberación femenina.



¿Sabías que...?

Durante la Revolución Industrial se marcó una diferencia notoria entre la ropa masculina y la femenina, ya que los bolsillos adquirieron mayor importancia en los trajes de los hombres. En el siglo xx, las sufragistas británicas hicieron visibles los bolsillos como parte de su vestimenta durante la lucha por los derechos de las mujeres.

Cómo cuidar tus *jeans*

En la etiqueta de tus pantalones de mezclilla encontrarás algunos símbolos que indican cómo lavarlos y secarlos para un mejor cuidado.

Símbolo	Descripción	Símbolo	Descripción
	Lavar y enjuagar en el ciclo estándar con agua a no más de 30 °C.		Colgar la prenda extendida en un tendedero o gancho donde no le dé el sol directo.
	No usar blanqueador.		Se puede planchar a cualquier temperatura (baja, media o alta).
No torcer	No exprimir la prenda girándola con fuerza porque se deforma.		

Fuentes:

- Britannica. "When did women start wearing pants?". <https://www.britannica.com/story/when-did-women-start-wearing-pants>
- C. Bergamia. (2020). "Portrait de pionnières : Les femmes en pantalon". <https://www.cbergamia.com/portrait-de-pionnieres-les-femmes-en-pantalon-7/>
- Levi Strauss & Co. (2023). "501® Fab Facts: The Story of Selvedge". <https://www.levistrauss.com/2023/02/21/501-fab-facts-the-story-of-selvedge/>
- L'edition du soir. "Pourquoi les poches des vêtements féminins sont-elles si petites?". <https://www.ouest-france.fr/leditiondusoir/2025-01-10/pourquoi-les-poches-des-vetements-feminins-sont-elles-si-petites-b7540739-50db-408f-9054-08d4c3e5a9a2>
- Vogue. (2020). "El pantalón de mujer representó un movimiento revolucionario". <https://www.vogue.mx/moda/articulo/pantalon-de-mujer-su-historia-y-evolucion-en-la-moda-femenina>

LABORATORIO NACIONAL DE PROTECCIÓN AL CONSUMIDOR

Es un laboratorio de pruebas acreditado que ofrece análisis en distintas áreas, como alimentos, productos químicos, eléctricos, mecánicos, textiles y del vestido.

Estos estudios están disponibles para empresas, instituciones públicas y cualquier persona que quiera saber más sobre la calidad, seguridad, composición o características de los productos que usa o consume.



laboratorio.profeco.gob.mx



Economía
Secretaría de Economía

Profeco
Procuraduría Federal
del Consumidor

Pantalones de mezclilla para dama

Identifica cuáles marcas ofrecen la mayor resistencia y durabilidad.

La diversidad de marcas, modelos y composiciones disponibles en el mercado nacional de pantalones de mezclilla para dama es amplia. Esta variedad responde a la demanda de prendas que no solo sean duraderas y resistentes, sino también cómodas, favorecedoras y adecuadas para distintos contextos de uso.

Para orientar tu decisión de compra, el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor realizó este estudio para evaluar la calidad, resistencia, estabilidad dimensional y durabilidad de algunos modelos disponibles en los establecimientos con mayor presencia a nivel nacional.

Este estudio fue realizado por el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor de la Profeco.

Conoce el estudio

Se analizaron 23 modelos:

● 5 con tela 100 % algodón ● 18 con mezcla de fibras

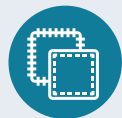
Las pruebas



Información comercial

Se verificó que el etiquetado permanente incluyera, de forma clara y legible en español:

- Marca comercial
- Descripción de insumos por orden de predominio
- Talla
- Instrucciones de cuidado (mantenimiento de la prenda)
- País de origen
- Nombre y domicilio del fabricante o importador



Acabados en tela y confección

Se verificó que los pantalones no tuvieran manchas o decoloraciones, teñido irregular, agujeros, nudos o motas. También se corroboró que las costuras fueran uniformes, sin ondulaciones, fruncidos, deformaciones o falta de simetría. Esta prueba representó el 10 % de la evaluación general para los pantalones 100 % de algodón y el 5 % para los pantalones con mezclas de fibras.



Verificación de talla

Se cotejaron las dimensiones físicas con las especificadas por el fabricante. Cuando no se indicaba esta información, debían ser consistentes en su propio diseño y mantenerse dentro de la media dimensional de las otras prendas analizadas. En ambas categorías, esta prueba representó el 5 % de la evaluación general.



Identificación y contenido de fibras

Se corroboró que los pantalones estuvieran confeccionados conforme a lo declarado en su etiqueta. En ambas categorías, esta prueba representó el 5 % de la evaluación general.



Peso de la tela

Se determinó la masa por unidad de área (g/m^2) para conocer la densidad o ligereza del producto.



Cambio dimensional después del lavado

Se cuantificó el encogimiento o alargamiento en sentido transversal y longitudinal tras someter la prenda al lavado. En ambas categorías, esta prueba representó el 10 % de la evaluación general.



Distorsión de la prenda después del lavado (torque)

Se evaluó la simetría de las piernas con respecto a su eje longitudinal (después de cinco ciclos de lavado) para verificar que no presentaran deformaciones. En ambas categorías, esta prueba representó el 15 % de la evaluación general.



Resistencia a la decoloración (solidez del color)

Se determinó el grado de decoloración causado por el lavado y por el roce contra otras prendas o consigo misma (como sucede en la entrepierna y las valencianas).

En ambas categorías, esta prueba representó el 10 % de la evaluación general (5 % por frote y 5 % por lavado).



Resistencia al uso (durabilidad)

- **Resistencia a la abrasión.** Se consideró la pérdida de masa (desgaste) por efecto del roce.
- **Resistencia a la tracción.** Se evaluó la resistencia de la tela para soportar tensiones y jalones.
- **Resistencia al rasgado.** Se determinó la tenacidad del tejido para evitar que un corte o fisura se propague después del rasgado.

Esta prueba representó el 45 % de la evaluación general para los pantalones 100 % algodón y el 35 % para los pantalones con mezclas de fibras.



Estiramiento y recuperación

Se evaluó cuánto se estira la tela, cuánto se deforma y su capacidad para volver a su forma original. Esta prueba solo se aplicó a modelos con fibras elásticas como el elastano y representó el 15 % de la evaluación general para los pantalones con mezcla de fibras.

Ponderación

Evaluación general	Puntos
Excelente	90 a 100
Muy bueno	84 a 89
Bueno	menor o igual a 83

NORMATIVIDAD

NOM-004-SE-2021. Información comercial–Etiquetado de productos textiles, prendas de vestir, sus accesorios y ropa de casa.

NMX-A-139-INNTEX-2014. Industria textil–Atmósferas normales para acondicionamiento y ensayo.

NMX-A-084-INNTEX-2015. Industria textil–Fibras textiles–Análisis Cualitativo–Cuantitativo para una fibra 100%–Método de ensayo.

NMX-A-1833/1-INNTEX-2014. Industria textil–Análisis Químico Cuantitativo–Parte 1–Principios generales de ensayo.

NMX-A-3801-INNTEX-2012. Industria textil–Determinación de la masa del tejido por unidad de longitud y área.

NMX-A-16322-3-INNTEX-2019. Industria textil–Determinación del torque después del lavado–Parte 1: Porcentaje de cambio de torque de las columnas en prendas de tejido de punto.

NMX-A-3635-INNTEX-2013. Industria textil–Vestido–Designación de tallas para ropa–Definiciones y procedimiento de medición del cuerpo.

NMX-A-306-INNTEX-2019. Industria textil–Tejidos de calada–Inspección visual y evaluación de los tejidos con referencia a sus defectos–Método de evaluación.

NMX-A-3759-INNTEX-2011. Industria textil–Preparación, marcado y medición de especímenes de telas y prendas para determinar los cambios dimensionales.

NMX-A-5077-INNTEX-2015. Industria textil–Determinación del cambio dimensional en el lavado y el secado.

NMX-A-6330-INNTEX-2015. Industria textil–Procedimientos de lavado y de secado doméstico para los ensayos de textiles.

NMX-A-059/2-INNTEX-2019. Industria textil–Propiedades de los tejidos frente a la tracción–Parte 2: Determinación de la fuerza máxima por el método de agarre–Método Grab.

NMX-A-109-INNTEX-2012. Industria textil–Tejidos de calada–Determinación de la resistencia al rasgado por el método del péndulo de descenso libre–Método de prueba.

NMX-A-13937/2-INNTEX-2011. Industria textil–Propiedades de desgarre de las telas–Parte 2–Determinación de la fuerza del rasgado con especímenes de prueba en forma de pantalón (método de rasgado simple)–Método de prueba.

NMX-A-172-INNTEX-2012. Industria textil–Determinación de la resistencia a la abrasión plana (Taber) en los materiales textiles–Método de prueba.

NMX-A-105-C06-INNTEX-2015. Industria textil–Método de ensayo de solidez del color–Parte C06–Solidez del color al lavado doméstico y comercial.

NMX-A-073-INNTEX-2005. Industria Textil–Solidez del color–Determinación de la solidez del color al frote–Método de prueba.

ASTM D3107-07 Edición 2019. Métodos de ensayo estándar para determinar las propiedades de elasticidad de los tejidos elaborados con hilos elásticos.

FICHA TÉCNICA

Periodo del estudio: del 15 de mayo al 12 de agosto de 2026

Periodo de adquisición de muestras: del 3 de junio al 6 de julio de 2026

Marcas / Modelos analizados: 7 / 23

Pruebas realizadas: 702

Con tela 100 % algodón



\$609.⁰⁰

MB



\$575.⁶⁷

MB



\$636.⁶³

MB

Marca	OGGI	OGGI	OGGI
Modelo	Happiness indigo	Atraccion indigo	Emotion black
País de origen	México	México	México
Características	Corte relajado de base ancha, cintura media	Tiro alto para definir y alargar visualmente la silueta	Cintura media estilo urbano, holgado
Información comercial	Completa	Completa	Completa
Identificación y contenido de fibras	100 % algodón Cumple	100 % algodón Cumple	100 % algodón Cumple
Acabados	E	E	E
Talla ¹	E	E	E
Masa de la tela g/m ²	376	450	456
Cambio dimensional	MB	MB	E
Torque	MB	E	MB
Durabilidad	MB	MB	MB
Solidez del color al lavado	MB	B	MB
Solidez del color al frote	MB	E	MB

¹ Cuando las tallas coinciden entre lo indicado y lo medido, se califica como E; de lo contrario, se califica como MB y se indica la cantidad de tallas en que difiere.

Excelente Muy bueno Bueno

Quién es Quién en los precios

Precios promedio de pantalones de mezclilla para dama en la Ciudad de México y zona metropolitana, Ciudad Juárez, La Paz, León y Querétaro, levantados del 31 de agosto al 4 de septiembre de 2026.



\$599.⁰⁰

MB



\$365.⁶⁷

MB

Marca	SILVER PLATE	WEEKEND
Modelo	D9110	WKM26323-03
País de origen	México	México
Características	Diseño clásico de pierna recta	Corte <i>wide leg</i> , tiro alto y caída holgada desde la cadera hasta el tobillo
Información comercial	Completa	Completa
Identificación y contenido de fibras	92.68 % algodón 7.32 % poliéster No cumple ²	100 % algodón Cumple
Acabados	E	E
Talla ¹	E	MB Una talla menos
Masa de la tela g/m ²	434	371
Cambio dimensional	MB	E
Torque	E	B
Durabilidad	MB	MB
Solidez del color al lavado	MB	E
Solidez del color al frote	E	E

¹ Cuando las tallas coinciden entre lo indicado y lo medido, se califica como E; de lo contrario, se califica como MB y se indica la cantidad de tallas en que difiere.

² Declara 100 % algodón, pero presenta otra fibra en su composición (poliéster).

■ Precio proporcionado por el proveedor.



Excelente



Muy bueno



Bueno

Conclusiones

- ✓ Todos los modelos presentan su información comercial completa.
- ✓ Todos los modelos calificaron Excelente en la prueba de Acabados.
- ✓ Todos los modelos calificaron Muy bueno en la prueba de Durabilidad.
- ✗ Un modelo declara estar hecho 100 % de algodón, pero tiene una fibra adicional de poliéster, por lo que no cumple con la norma de referencia.
- i Un modelo es una talla menor a la que indica y se tuerce.
- i Un modelo se decolora por el lavado.
- i Un modelo no se decolora ni por el lavado ni por el frote.
- i Todos los modelos presentaron un cambio dimensional que no es perceptible en el uso.
- i Todos los modelos presentan una masa superior a 350 g/m².



NO ES 100 % ALGODÓN, COMO LO DECLARA



ES UNA TALLA MENOR A LA QUE INDICA Y SE TUERCE



SE DECOLORA POR EL LAVADO



OGGI
Atraction indigo

NO SE DECOLORA NI POR EL FROTE NI POR EL LAVADO



WEEKEND
WKM26323-03



Con mezcla de fibras



Marca	CIMARRON JEANS	GEORGE	LEE
Modelo	5394	G026AB0308006	4501817494
País de origen	México	México	México
Características	Corte <i>skinny</i> a la cintura	Corte <i>skinny</i> , cintura media	Corte <i>skinny</i> muy entallado desde la cintura hasta el tobillo
Información comercial	Completa	Completa	Completa
Identificación y contenido de fibras	78.1 % algodón 18.0 % poliéster 3.9 % elastano Cumple	73 % algodón 24 % poliéster 3 % elastano Cumple	65 % algodón 30 % poliéster 3 % viscosa 2 % elastano Cumple
Acabados			
Talla¹	 Una talla menos		
Masa de la tela g/m²	256	244	399
Cambio dimensional			
Torque			
Durabilidad			
Solidez del color al lavado			
Solidez del color al frote			
Estiramiento y recuperación			

¹ Cuando las tallas coinciden entre lo indicado y lo medido, se califica como E; de lo contrario, se califica como MB y se indica la cantidad de tallas en que difiere.

Excelente Muy bueno Bueno

Quién es Quién en los precios

Precios promedio de pantalones de mezclilla para dama en la Ciudad de México y zona metropolitana, Ciudad Juárez, La Paz, León y Querétaro, levantados del 31 de agosto al 4 de septiembre de 2026.



\$1,285.⁵³

E



\$639.⁰⁰

MB



\$574.⁰⁰

MB

Marca	LEVI'S	OGGI	OGGI
Modelo	19631028	Emotion suavizado indigo	Atraccion RPV RAW
País de origen	Pakistán	México	México
Características	Corte recto de la pierna con ajuste ceñido en la cadera y los muslos	Corte relajado, cintura media, suavizado para mayor confort	Tiro alto, corte recto, <i>stretch</i>
Información comercial	Completa	Completa	Completa
Identificación y contenido de fibras	80 % algodón 19 % poliéster 1 % elastano Cumple	65 % algodón 35 % poliéster reciclado Cumple	77 % algodón 22 % poliéster 1 % elastano Cumple
Acabados	E	E	E
Talla ¹	E	E	E
Masa de la tela g/m ²	372	392	447
Cambio dimensional	E	E	MB
Torque	MB	MB	MB
Durabilidad	E	E	E
Solidez del color al lavado	E	MB	B
Solidez del color al frote	MB	MB	MB
Estiramiento y recuperación	E	No aplica ²	E

¹ Cuando las tallas coinciden entre lo indicado y lo medido, se califica como E; de lo contrario, se califica como MB y se indica la cantidad de tallas en que difiere.

² No presenta en su composición elastano, por lo que no le aplica la prueba de estiramiento.

E Excelente MB Muy bueno B Bueno

Con mezcla de fibras



\$543.⁰⁰



\$629.⁹²



\$599.⁰⁰



Marca	OGGI	OGGI	SILVER PLATE
Modelo	Innocent suavizado	Emotion AM suavizado	D21087
País de origen	México	México	México
Características	Corte acampanado ajustado en la cadera y los muslos, con una apertura progresiva	Corte relajado, cintura media alta, suavizado para mayor confort	Corte <i>boot</i> , cintura media, ceñido en la cintura, cadera y muslos, recto en la pierna
Información comercial	Completa	Completa	Completa
Identificación y contenido de fibras	83.5 % algodón 14.5 % poliéster 2 % elastano Cumple	99 % algodón 1 % elastano Cumple	65 % algodón 29 % poliéster 3 % viscosa 3 % elastano Cumple
Acabados			
Talla ¹			
Masa de la tela g/m ²	370	478	449
Cambio dimensional			
Torque			
Durabilidad			
Solidez del color al lavado			
Solidez del color al frote			
Estiramiento y recuperación			

Precio proporcionado por el proveedor.

¹ Cuando las tallas coinciden entre lo indicado y lo medido, se califica como E; de lo contrario, se califica como MB y se indica la cantidad de tallas en que difiere.

Excelente Muy bueno Bueno

Quién es Quién en los precios

Precios promedio de pantalones de mezclilla para dama en la Ciudad de México y zona metropolitana, Ciudad Juárez, La Paz, León y Querétaro, levantados del 31 de agosto al 4 de septiembre de 2026.



\$599.00

B



\$599.00

E



\$649.00

MB

Marca	SILVER PLATE	SILVER PLATE	SILVER PLATE
Modelo	D21086	D21085	D71204
País de origen	México	México	México
Características	Corte <i>boot</i> , ceñido en la cintura, cadera y muslos, recto en la pierna	Corte <i>boot</i> , ceñido en la cintura, cadera y muslos, recto en la pierna, <i>stone wash</i>	Corte <i>skinny</i> , elastano para mayor movimiento
Información comercial	Completa	Completa	Completa
Identificación y contenido de fibras	65 % algodón 29 % poliéster 3 % viscosa 3 % elastano Cumple	65 % algodón 29 % poliéster 3 % viscosa 3 % elastano Cumple	98 % algodón 2 % elastano Cumple
Acabados	E	E	E
Talla ¹	E	E	E
Masa de la tela g/m ²	444	459	365
Cambio dimensional	E	E	E
Torque	B	E	E
Durabilidad	E	MB	E
Solidez del color al lavado	B	E	B
Solidez del color al frote	B	MB	B
Estiramiento y recuperación	E	E	E

■ Precio proporcionado por el proveedor.

E Excelente MB Muy bueno B Bueno

¹ Cuando las tallas coinciden entre lo indicado y lo medido, se califica como E; de lo contrario, se califica como MB y se indica la cantidad de tallas en que difiere.

Con mezcla de fibras



Marca	SILVER PLATE	SILVER PLATE	SILVER PLATE
Modelo	D71203	D71205	D71143
País de origen	México	México	México
Características	Corte <i>skinny</i> , elastano para mayor movimiento	Corte <i>skinny</i> , elastano para mayor movimiento, <i>stone bleach</i>	Corte <i>skinny</i> , elastano para mayor movimiento
Información comercial	Completa	Completa	Completa
Identificación y contenido de fibras	98 % algodón 2 % elastano Cumple	81 % algodón 18 % <i>lyocell</i> 1 % elastano Cumple	71 % algodón 25 % poliéster 3 % viscosa 1 % elastano Cumple
Acabados			
Talla ¹		 Una talla menos	
Masa de la tela g/m ²	380	438	369
Cambio dimensional			
Torque			
Durabilidad			
Solidez del color al lavado			
Solidez del color al frote			
Estiramiento y recuperación			

Precio proporcionado por el proveedor.

¹ Cuando las tallas coinciden entre lo indicado y lo medido, se califica como E; de lo contrario, se califica como MB y se indica la cantidad de tallas en que difiere.

Excelente Muy bueno Bueno

Quién es Quién en los precios

Precios promedio de pantalones de mezclilla para dama en la Ciudad de México y zona metropolitana, Ciudad Juárez, La Paz, León y Querétaro, levantados del 31 de agosto al 4 de septiembre de 2026.



\$649.00



\$399.00



\$299.00



Marca	SILVER PLATE	WEEKEND	WEEKEND
Modelo	D71144	WKM24111-A07	WKM24101-A07
País de origen	México	México	México
Características	Corte <i>skinny</i> , elastano para mayor movimiento	Corte bota, fit semi ajustado de cintura a rodilla y ligeramente abierto al tobillo	Corte recto de cadera a tobillo
Información comercial	Completa	Completa	Completa
Identificación y contenido de fibras	71 % algodón 25 % poliéster 3 % viscosa 1 % elastano Cumple	84 % algodón 14 % poliéster 2 % elastano Cumple	73 % algodón 24 % poliéster 3 % elastano Cumple
Acabados			
Talla ¹			
Masa de la tela g/m ²	374	345	351
Cambio dimensional			
Torque			
Durabilidad			
Solidez del color al lavado			
Solidez del color al frote			
Estiramiento y recuperación			

■ Precio proporcionado por el proveedor.

Excelente Muy bueno Bueno

¹ Cuando las tallas coinciden entre lo indicado y lo medido, se califica como E; de lo contrario, se califica como MB y se indica la cantidad de tallas en que difiere.

Conclusiones

- ✓ Todos los modelos presentan su información comercial completa.
- ✓ Todos los modelos cumplieron en la prueba de Identificación y contenido de fibras.
- ✓ Todos los modelos calificaron Excelente en la prueba de Acabados.
- ✓ Todos los modelos calificaron Muy bueno o Excelente en la prueba de Durabilidad.
- i Tres modelos presentaron una masa inferior a 350 g/m².
- i Todos los modelos presentaron un cambio dimensional que no es perceptible en el uso.
- i Todos los modelos calificaron Excelente en la prueba de Estiramiento y recuperación, a excepción de un modelo que no está confeccionado con elastano, por lo que no cuenta con una calificación.
- i Dos modelos son una talla menor a la que indican.
- i Un modelo se tuerce.
- i Cinco modelos se decoloran, ya sea por el frote o por el lavado.
- i Un modelo se tuerce y se decolora.
- i Un modelo no se decolora ni por el frote ni por el lavado.

SON UNA TALLA MENOR A LA QUE INDICAN



SE TUERCE



SE DECOLORAN

Por el frote



CIMARRON JEANS
5394

Por el lavado



OGGI
Atraccion RPV RAW



OGGI
Innocent suavizado

Por el lavado y por el frote



SILVER PLATE
D71204



SILVER PLATE
D21086

NO SE DECOLORA



SILVER PLATE
D71205

SE TUERCE Y SE DECOLORA



SILVER PLATE
D21086

HAZ UN CONSUMO INFORMADO

En el mercado encontrarás productos con calidad similar, pero a distintos precios, por ejemplo:

OGGI
Atraccion RPV RAW
México
\$574.00
1 pieza



vs.

WEEKEND
WKM24101-A07
México
\$299.00
1 pieza



Revisa las características de cada producto, compara precios y desempeño; así cuidarás tu presupuesto.

Recomendaciones

De compra



Revísalos con detalle

Examina cadera, tiro y rodilla, ya que suelen incorporar mezclas con elastano que requieren un acabado uniforme para garantizar un buen desempeño.



Conoce su composición

Los porcentajes de fibras elásticas determinan cómo se adapta el pantalón al cuerpo y su capacidad de recuperación después del uso.



Pruébatelos

Cerórate de que sean el ajuste y corte que buscas, ya que esto puede modificar la sensación de comodidad, movilidad y caída.



Considera el precio

Elige según tu estilo y considera el desempeño y la calidad.



De uso



Lee la etiqueta

Revisa las instrucciones de cuidado en la etiqueta. El uso de suavizantes puede influir en la durabilidad, firmeza y ajuste del pantalón.



Lávalos antes de estrenarlos

Hacerlo elimina residuos e impurezas que se hayan adherido durante su fabricación y exhibición; además, evita irritaciones.



No los expongas al sol

Este es el principal factor que provoca decoloración. Si son de corte ajustado, procura secarlos extendidos o doblados por la mitad para conservar su forma.



Evita el uso frecuente de secadora

En modelos con elastano, el calor puede deteriorar la fibra elástica y reducir la capacidad de que regresen a su forma original.



Protege tu prenda

Lávala al revés para conservar los detalles y evitar daños en la tela.

Sustentabilidad

Dar un mantenimiento adecuado a los pantalones de mezclilla alarga su vida útil, además de que minimiza su impacto ambiental. Recuerda que la mezclilla puede ser reutilizada para dar brillo a zapatos, elaborar otras prendas o para hacer limpieza.



Conoce más sobre el
Laboratorio Nacional
de Protección al
Consumidor

laboratorio.profeco.gob.mx

CONCILIAEXPRES

Es un **mecanismo inmediato de solución de controversias**, a través del Teléfono del Consumidor, con proveedores inscritos, sin necesidad de acudir a una oficina de la Profeco ni de agotar un procedimiento formal de queja.



TELÉFONOS:

55 5568 8722 para la Ciudad de México y zona metropolitana; 800 468 8722 para el interior de la República Mexicana

HORARIO:

de lunes a viernes, de 9 a 19 h; sábados, domingos y días feriados, de 10 a 18 h



conciliaexpres@profeco.gob.mx



Economía
Secretaría de Economía

Profeco
Procuraduría Federal
del Consumidor

Pasta lavatrastes

Una opción económica
para lavar los platos.



Ingredientes

- 10 cucharadas de Jordapon* (cocoil isetionato de sodio o SCI)
- 5 cucharaditas de bicarbonato
- 1 ¼ de cucharaditas de ácido cítrico*
- ½ taza de agua purificada
- 1 pizca de colorante vegetal verde
- ½ cucharadita de alcohol del 96°
- ½ cucharadita de vinagre blanco
- 2 ½ cucharaditas de glicerina*
- 20 gotas de esencia* (la de tu preferencia)

Utensilios

- 1 cubrebocas
- 1 recipiente de vidrio de 500 ml
- 1 cuchara sopera
- 1 recipiente de plástico de 500 ml con tapa
- 1 taza medidora
- 1 cuchara cafetera



Tiempo de preparación:
40 minutos



Rendimiento:
200 g



Costo promedio:
\$26.³⁶

*Puedes adquirir estos ingredientes en droguerías.

Quién es Quién
en los precios

Precios levantados en la Ciudad
de México y zona metropolitana
del 7 al 11 de septiembre de 2026.

Procedimiento

1



Colócate el cubrebocas. En el recipiente de plástico, mezcla el Jordapon, el bicarbonato y el ácido cítrico hasta que se integren por completo.

2



En el recipiente de vidrio, vierte el agua, el colorante vegetal, el alcohol, el vinagre, la glicerina y la esencia; remueve hasta incorporar completamente.

3



Vacía por partes la mezcla líquida en el recipiente de plástico donde tienes el Jordapon e integra todos los ingredientes.

4



Dale la forma del recipiente de plástico. Compacta con la cuchara, deja que repose de 24 a 36 h y después tápalo.

Conservación:

Mantén el recipiente de plástico bien cerrado y guárdalo en un lugar fresco y seco.

Notas:

- Tecnología doméstica validada por el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor.
- Las cucharadas deben ser al ras y no copeteadas.
- Es indispensable que el envase contenga una etiqueta visible que señale: "Manténgase fuera del alcance de niñas y niños".



Hazla en tu casa y etiquétanos en Instagram
#TecnologíaDomésticaProfeco y @revistadelconsumidormx



Puedes ver esta y más tecnologías domésticas en
nuestro canal de YouTube **ProfecoTV**

Comodidad que te cuesta... y mucho

Las *apps* de comida suman costos que no siempre ves de inmediato.

OCTUBRE 2026 | ENTORNO DIGITAL

Parece la opción perfecta: con un amplio catálogo de restaurantes y platillos, basta con unos cuantos clics para elegir tus alimentos y recibirlos hasta la puerta de tu casa.

Mientras recorres el menú, encuentras unos chilaquiles en \$150 y piensas que es un buen precio. Sin embargo, al momento de pagar, el total cambia y ese pedido que parecía una oportunidad termina costando el doble.

Compara precios y cargos antes de hacer tu pedido.



Anatomía del ticket: ¿qué estás pagando realmente?

El sobreprecio en el menú es uno de los cargos menos visibles. Para amortiguar las altas comisiones que las plataformas cobran a los establecimientos, algunos restaurantes incrementan el precio de sus platillos dentro de las aplicaciones.

Además del envío a domicilio, al momento de realizar el pago, se pueden añadir otros conceptos a tu cuenta:

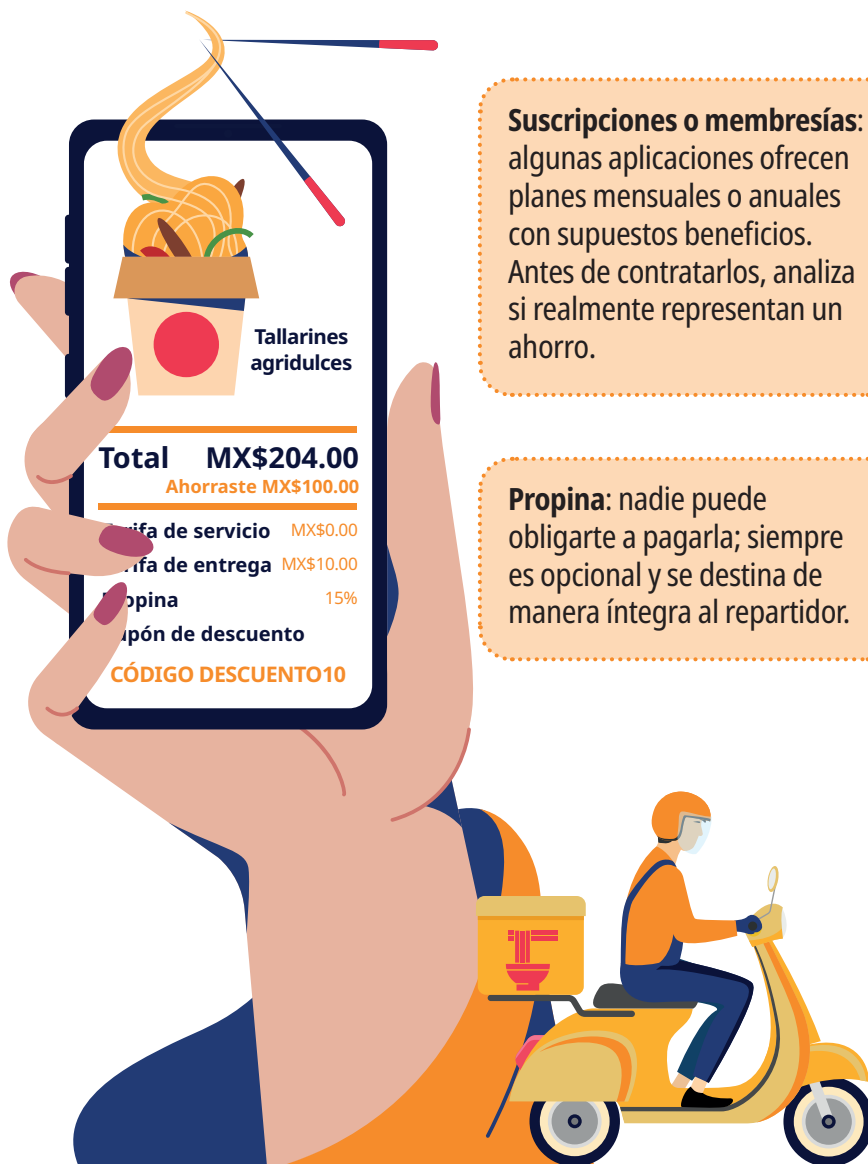
Cargo por servicio: es el costo por el uso de la tecnología y el funcionamiento de la aplicación.

Tarifa por pedido pequeño: se aplica cuando no se alcanza el monto mínimo de compra exigido por el establecimiento.

Costo por alta demanda: en horarios o condiciones climáticas adversas, la tarifa de envío se incrementa por la cantidad de pedidos o la baja disponibilidad de repartidores en la zona.

Suscripciones o membresías: algunas aplicaciones ofrecen planes mensuales o anuales con supuestos beneficios. Antes de contratarlos, analiza si realmente representan un ahorro.

Propina: nadie puede obligarte a pagarla; siempre es opcional y se destina de manera íntegra al repartidor.



Antes de confirmar tu compra, revisa el desglose de los cargos y los términos del servicio (restricciones, políticas de cancelación, reembolsos y otros aspectos que influyen en tu pedido). Las aplicaciones tienen la obligación de mostrar de manera clara y transparente cada uno de estos cargos para que puedas tomar una decisión informada al momento de pagar.

Evita pagar más de lo necesario

Las aplicaciones de comida a domicilio ofrecen comodidad y son una gran alternativa cuando no tienes tiempo para cocinar o salir de casa. Sin embargo, comparar opciones te ayudará a aprovechar mejor tu dinero. Antes de confirmar un pedido, considera lo siguiente:



Revisa el desglose de costos

Observa cuánto corresponde al platillo y cuánto a cargos adicionales.



Compara el precio con el menú oficial del restaurante

Algunos establecimientos publican sus precios en la red.



Evalúa distintas aplicaciones

El restaurante puede ofrecer promociones diferentes según la plataforma.



Busca promociones, pero revisa el total

Un descuento atractivo pierde valor si los cargos adicionales son elevados.



Si el restaurante ofrece entrega directa, compárala

Puede resultar más económica o incluir promociones exclusivas.



Establece un presupuesto

Un monto máximo mensual para tus pedidos no afectará tu economía.



Elige cuándo darte el gusto

Prioriza cocinas locales para las comidas cotidianas y reserva los restaurantes que te llamen la atención para ocasiones especiales.

Pedir comida por aplicación es cómodo, pero el costo final puede variar.

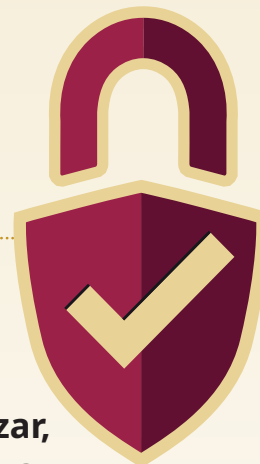
Revisa el desglose, compara precios y verifica los cargos adicionales antes de pagar.

Artículo escrito por la Subprocuraduría de Telecomunicaciones de la Procuraduría Federal del Consumidor.



DISTINTIVO DIGITAL PROFECO

Se otorga a aquellos proveedores de bienes, productos o servicios que se destacan por **respetar los derechos de las personas consumidoras**, al promover y favorecer información clara, completa y veraz, así como por **garantizar, transparencia, confidencialidad, confiabilidad y certeza jurídica en el comercio electrónico**.



distintivodigital.profeco.gob.mx



Economía
Secretaría de Economía

Profeco
Procuraduría Federal
del Consumidor

El ahorro comienza en la cocina

Encuentra el equilibrio entre comer en casa o afuera.

Con pequeños hábitos, como elaborar un menú semanal, comprar solo lo necesario o evitar el desperdicio de alimentos, es posible mantener tus finanzas bajo control sin sacrificar la buena alimentación.

De acuerdo con la Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares 2024, del Instituto Nacional de Estadística y Geografía, el 49.4 % de los hogares en México destina parte de su gasto al consumo de alimentos y bebidas fuera del hogar.

Para muestra, basta un menú

Si buscas cuidar tu economía, preparar tus comidas en casa puede ser un gran aliado. Esto no significa renunciar a comer afuera ocasionalmente, sino encontrar un equilibrio que se adapte a tus posibilidades y hábitos de consumo.

Comer en un restaurante o en una fonda tiene sus ventajas: ahorras el tiempo de ir a comprar los ingredientes, cocinar, lavar los trastes, además de algunos gastos relacionados con la preparación de los alimentos en casa.

Para ilustrar la diferencia entre ambas opciones, elaboramos un ejercicio en el que se



compara el costo de una comida de tres tiempos (sopa, arroz y guisado) para una familia de cuatro integrantes.

Para comer afuera se consideró un gasto de \$100 por persona, es decir, \$400 en total. En la preparación en casa no se contemplaron gastos de gas, electricidad, agua ni condimentos básicos, como sal o especias, pues el objetivo es comparar únicamente el costo de los alimentos.

El ejercicio considera dos referencias:

- **Costo de la compra total:** corresponde a adquirir todos los ingredientes necesarios según su precio de venta por kilogramo, litro, pieza o manajo.
- **Costo por porción:** muestra el costo de las porciones específicas que realmente se utilizan para elaborar el menú.

Lista de compras

Costo por kg, L, paquete, pieza o manajo		
Ingrediente	Unidad de medida	
Jitomate saladette	kg a granel	\$8. ⁰⁰
Tomate verde	kg a granel	\$8. ⁰⁰
Cebolla blanca sin rabo	kg a granel	\$8. ⁰⁰
Ajo morado	kg a granel	\$80. ⁰⁰
Sal de mar grano grueso	1 bolsa de 1 kg	\$15. ⁰⁰
Chile verde serrano	kg a granel	\$26. ⁰⁰
Cilantro	1 manajo	\$5. ⁰⁰
Aceite mixto	Botella de 500 ml	\$21. ⁰⁰
Chicharrón de puerco	kg a granel	\$200. ⁰⁰
Pasta para sopa	Paquete, 180 g	\$4. ⁰⁰
Arroz	kg a granel	\$14. ⁰⁰
Tortilla de maíz	½ kg	\$12. ⁰⁰
Total		\$401. ⁰⁰

Este ejercicio tiene fines ilustrativos. Los precios pueden variar según el lugar de compra, la temporada y las marcas elegidas, así como de tus hábitos en la forma de preparar los alimentos, consumo de gas o electricidad utilizados durante la preparación de los alimentos.

Fuente: precios recabados del Programa Quién es Quién en los Precios el 17 de julio de 2026.



Esta diferencia es clave: al comprar los ingredientes no solo adquieres lo necesario para una sola comida, sino que también quedan insumos para otros platillos. Así, aunque el costo de la compra inicial sea similar al de comer afuera, el costo real del menú preparado resulta considerablemente menor.

Elaboración del menú por porción específica

Comida preparada en casa para cuatro personas			
	Plato e ingredientes	Cantidad requerida	Costo por porción
Sopa de pasta	Pasta para sopa	1 paquete, 180 g	\$4. ⁰⁰
	Jitomate	3 piezas medianas	\$4. ⁰⁰
	Cebolla	¼ de pieza	\$0. ⁵⁰
	Ajo	1 diente	\$0. ⁴⁰
	Aceite	2 cucharadas	\$1. ²⁶
Arroz	Arroz	1 taza	\$2. ⁸⁰
	Jitomate	1 pieza mediana	\$1. ³³
	Cebolla	¼ de pieza	\$0. ⁵⁰
	Ajo	1 diente	\$0. ⁴⁰
	Aceite	1 cucharada	\$0. ⁶³
Chicharrón en salsa verde	Tomates verdes	½ kg	\$4. ⁰⁰
	Chile serrano	5 piezas	\$2. ⁶⁰
	Chicharrón	200 g	\$40. ⁰⁰
	Cebolla	¼ de pieza	\$0. ⁵⁰
	Ajo	3 dientes	\$1. ²⁰
	Cilantro	1 manojo	\$5. ⁰⁰
	Aceite	1 cucharada	\$0. ⁶³
Tortillas	Tortilla de maíz	½ kg	\$12. ⁰⁰
Costo aproximado de los tres tiempos:			\$81. ⁷⁵

Fuente: elaboración propia.

Piénsalo, aplícalo y haz cuentas

De acuerdo con el ejercicio, el costo de preparar el menú familiar es de \$81.⁷⁵, frente a los \$400 que implicaría comer afuera, lo que representa un ahorro de \$318.²⁵. Además, una compra de ingredientes no se limita a la comida del día. Los productos que no se utilizan pueden servir para preparar otros platillos durante la semana. Si sobra comida, puedes refrigerarla adecuadamente para consumirla después y evitar el desperdicio.

CLAVES PARA AHORRAR EN LA COCINA



Planifica tus menús

Haz un plan semanal y revisa qué ingredientes tienes en casa.



Haz una lista

Apóyate en la herramienta Quién es Quién en los Precios.



Compara antes de comprar

Identifica establecimientos que ofrezcan variedad y precios convenientes.



Optimiza tus traslados

Organiza tus compras para reducir las vueltas innecesarias al súper.

Prefiere productos de temporada

Pueden encontrarse a mejores precios.

Congela porciones

Si no tienes tiempo de cocinar a diario, prepara y congela los alimentos.

Considera los gustos de tu familia

Preparar platillos que no consumirán representa un gasto.

Aprovecha y conserva los alimentos

Refrigera los sobrantes y guárdalos de acuerdo con sus necesidades de conservación.



Conoce el Paquete Contra la Inflación y la Carestía

El PACIC es un acuerdo que permite adquirir una canasta de 24 productos básicos por un costo máximo de \$910, calculada para el consumo semanal de una familia de cuatro integrantes.

Cuando visites una tienda de autoservicio, identifica los productos que forman parte de la canasta PACIC. Son una opción para hacer rendir tu dinero.

Que no le digan, que no le cuenten

Identifica las señales de publicidad engañosa para defender tu bolsillo.

La publicidad nos informa sobre los productos y servicios disponibles en el mercado. Sin embargo, cuando no es clara, omite datos o exagera características, induce a tomar decisiones de compra erróneas.

De conformidad con el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor, la información y la publicidad deben ser veraces, comprobables, claras y no inducir a error o confusión. Por ello, la Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco) realiza un monitoreo para identificar la publicidad que pudiera incumplir con estas disposiciones.

Aunque la Profeco mantiene una vigilancia permanente, una de las mejores herramientas para no caer en este tipo de prácticas es aprender a identificar las señales de alerta.

Una promoción puede ofrecerte un beneficio adicional y una oferta consiste en un precio más bajo. Antes de realizar una compra, pregúntate: ¿se explican todas las condiciones? Además, asegúrate de que se respeten los términos y condiciones tal como se publicaron.



Analizar, comparar y leer es el inicio de una compra inteligente.



Caso hipotético

Darío encontró en redes sociales un anuncio que ofrecía un teléfono celular de alta gama con el 80 % de descuento, acompañado de la leyenda "¡Solo hoy! Últimas piezas". El precio anunciado era de \$4 000, por lo que consideró que se trataba de una oportunidad que no podía dejar pasar. Al ingresar al sitio web, seleccionó el producto y comenzó el proceso de compra.

Al momento de pagar, Darío descubrió que el precio final aumentaba a \$5 200 debido a cargos por envío, servicio y otros conceptos que no se mostraban claramente en el anuncio inicial. Además, las condiciones de la promoción

se encontraban en letras pequeñas y señalaban que el descuento únicamente aplicaba bajo determinadas circunstancias. Darío decidió no completar la compra y conservó capturas de pantalla de la publicidad.

Al analizar la situación, Darío identificó que la publicidad podía generar confusión al destacar un descuento que no correspondía claramente con el precio final. También observó que las condiciones y cargos adicionales no eran visibles desde el inicio. Ante ello, decidió enviar la evidencia a la Profeco para que la publicidad pudiera ser analizada y, en su caso, se determinaran las acciones correspondientes.



APRENDE A IDENTIFICAR LA PUBLICIDAD ENGAÑOSA

Táctica uno: promoción u oferta

Los descuentos pueden alentar compras impulsivas. Verifica precio y condiciones.



Táctica cuatro: el cargo adicional

El precio puede aumentar con cargos extra. Revisa el costo total antes de pagar.



Táctica dos: urgencia fabricada

"Última oportunidad" busca presionarte a comprar. Compara y decide sin prisa.



Táctica cinco: las redes sociales

Las recomendaciones de *influencers* pueden ser publicidad pagada. Identifica las colaboraciones comerciales.



Táctica tres: la escondida

Las promociones pueden ocultar restricciones. Lee las condiciones antes de comprar.



Táctica seis: promesas exageradas

Desconfía de resultados extraordinarios sin sustento científico.



La Profeco te defiende

Si detectas un anuncio que consideres falso, engañoso o que pueda inducir a error o confusión, no esperes a realizar una compra para actuar. Conserva la evidencia y envíala a la Profeco para realizar tu denuncia.

Artículo escrito por la Dirección General de Procedimientos de la Procuraduría Federal del Consumidor.

**Teléfono del
consumidor**
55 5568 8722 - 800 468 8722

de lunes a viernes, de 9 a 19 h;
sábados, domingos y días
feriados, de 10 a 18 h



denunciasprofeco@profeco.gob.mx
denunciapublicitaria@profeco.gob.mx
asesoria@profeco.gob.mx



@AtencionProfeco
@Profeco



/ProfecoOficial



Entre abril y junio de 2025,
6.3 millones de personas
trabajaron en el sector primario.



Las tiendas de abarrotes son los
establecimientos comerciales
más comunes en el país.

En 2024, se registraron 672 075
establecimientos de este tipo.

Fuentes:

• INEGI. (2025). Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo (ENOE), segundo trimestre de 2025. // Directorio Estadístico Nacional de Unidades Económicas (DENUE), 2025. En INEGI. 99 datos que tienes que saber de México (pp. 48 y 54). INEGI.



Paquetería elegida, entrega completa

Antes de mandar tus paquetes, compara servicios, costos y condiciones.

Los servicios de paquetería comprenden la recolección, transporte, reparto y entrega nacional e internacional de documentos y paquetes en plazos determinados, mediante distintas opciones de transporte, sistemas de localización y rastreo. Sus tarifas dependen de la urgencia y las necesidades del envío.

Este tipo de soluciones responde a distintas necesidades de tiempo, alcance y seguridad en el traslado, por ejemplo:

- Servicio estándar con entrega de dos o más días, según el destino.
- Servicio exprés con entrega el mismo día o al día siguiente, si es urgente.
- Envíos nacionales con opciones de entrega programada y rastreo.
- Envíos internacionales con tiempos de entrega de acuerdo con el destino.
- Embalaje y empaque si se trata de productos frágiles.
- Recolección a domicilio para facilitar el envío.



Peso y tamaño

Categoría	Características del servicio
	Mensajería • Paquetes de dimensiones reducidas, como documentos, cartas, papeles u objetos, con un peso de hasta 5 kg, según la empresa. • Uso de vehículos como motos, bicicletas o automóviles compactos para un traslado más ágil y entrega rápida. • Opciones de entrega el mismo día o en cuestión de horas. • Seguimiento detallado para rastrear el paquete en tiempo real. • Menor costo, aunque puede aumentar si se trata de un envío urgente.
	Paquetería • Paquetes de mayor volumen y peso de hasta 70 kg, según la empresa. • Manejo especializado debido a las dimensiones del envío y uso de transporte de mayor capacidad. • Tiempos de entrega más amplios por la logística requerida para trasladar grandes volúmenes. • Seguimiento detallado para rastrear el envío en tiempo real. • Servicios adicionales: recolección y entrega a domicilio o en sucursal. • Mayor costo debido al peso y la logística de transporte requerida.



Por lo general, una entrega más rápida puede incrementar el costo del servicio.

Precios de envío de mensajería y paquetería

Recabamos las cotizaciones en línea de diferentes empresas de mensajería y paquetería.¹ La información corresponde del 11 al 19 de agosto de 2026; por lo tanto, a la fecha de publicación, puede haber cambiado.

Empresa / Contacto	Plazos de entrega y costo	Algunas características del servicio*	Cotizador
MEXPOST 800 701 7000 800 701 4500	Tiempo de entrega: en 3 días naturales (Del 19 al 21 de agosto de 2026) \$359.⁰⁰	Sin detalle en línea	www.correosdemexico.gob.mx/SSLServicios/TarificadorMexPost/TarPortal.aspx
Redpack 55 3682 4040	Tiempo de entrega servicio exprés: 3 días naturales (Del 11 al 14 de agosto de 2026) \$462.²⁸ Tiempo de entrega servicio ecoexprés: 7 días naturales (Del 11 al 18 de agosto de 2026) \$297.³⁰	Para envíos exprés y ecoexprés: • Recolección y entrega en domicilio • Peso amparado según tabulador • Peso máximo por pieza 68 kg (físico o volumétrico)	www.redpack.com.mx/es/inicio
FedEx 55 5228 9904	Tiempo de entrega: 2 días naturales (Del 11 al 13 de agosto de 2026) \$468.⁹⁰	Sin detalle en línea	www.fedex.com/es-mx/home.html
Estafeta 55 5270 8300 800 378 2338	Tiempo de entrega: 5 días naturales (Del 11 al 16 de agosto de 2026) \$603.³⁶	• Incluye costo de guía, cargo por combustible y reexpedición • Seguro opcional contra daños o pérdida con costo adicional según el valor declarado	www.estafeta.com/cotizar-envio
UPS 800 743 3877	Tiempo de entrega: 10 días naturales (Del 11 al 21 de agosto de 2026) \$961.⁶⁷	Sin detalle en línea	www.paqueteriaups.com.mx/ups-cotizador
DHL 55 5345 7000	Tiempo de entrega: 3 días naturales (Del 11 al 14 de agosto de 2026) \$1,038.⁹⁶	• Entrega exprés puerta a puerta o en tienda DHL • Rastreo, seguimiento y comprobante electrónico en tiempo real • Seguro opcional contra extravío o daño físico (aplica cargo adicional)	www.dhl.com/mx-es/home/obtener-una-cotizacion.html

¹ Para este ejercicio, consideramos el envío estándar de un paquete de 5 kg con destino nacional, de la alcaldía Cuauhtémoc, en la Ciudad de México, a Gómez Palacio, Durango. Las dimensiones del paquete fueron de 50 cm de largo, 40 cm de ancho y 30 cm de alto.

*La información puede variar y, en algunos casos, la plataforma en línea no desglosa las características del envío, por lo que se sugiere verificar directamente con el proveedor.

Fuente: Información recabada de los cotizadores de las empresas, del 11 al 19 de agosto de 2026; por lo tanto, a la fecha de publicación, puede haber cambiado.

Esta información es resultado de la investigación realizada conforme a lo establecido en los artículos 24, fracción IV, y 44 de la Ley Federal de Protección al Consumidor y su publicación se realiza con fines informativos y comparativos para orientar y proteger los intereses de las personas consumidoras sobre los bienes y servicios que se comercializan en el mercado, lo cual no implica que la Profeco certifique, recomiende, garantice o avale un servicio en particular.

Recomendaciones

- Compara opciones conforme a tu envío
- Verifica la cobertura, seguridad e indemnización
- Confirma la información de envío
- Revisa peso, volumen y fechas
- Prepara el envío como te indiquen
- Identifica los medios de atención y rastreo
- Pregunta si hay opciones de aseguramiento
- Revisa las restricciones de envío
- Conserva la carta porte o guía, documento que incluye:
 - Número de carta porte o guía
 - Nombre o razón social del remitente, permisionario y destinatario
 - Fecha de expedición
 - Precio del servicio
 - Declaración de contenido y peso
 - Condiciones especiales de manejo, en caso de ser necesarias
 - Seguros ofrecidos
 - Plazos y garantías

Fuentes:

- Asociación Mexicana de Mensajería y Paquetería, A. C. (AMMPAC). "Presentación". <https://ammpac.org.mx/presentacion/>
- Cámara de Diputados. 2024. "Reglamento de mensajería y paquetería". <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/norma/reglamento.htm>

Artículo escrito por la Dirección General de Estudios sobre Consumo de la Procuraduría Federal del Consumidor.

**Teléfono del
consumidor**
55 5568 8722 - 800 468 8722

de lunes a viernes, de 9 a 19 h;
sábados, domingos y días
feriados, de 10 a 18 h



denunciasprofeco@profeco.gob.mx
denunciapublicitaria@profeco.gob.mx
asesoria@profeco.gob.mx



@AtencionProfeco
@Profeco



/ProfecoOficial



**¿Sabías que en 2024 había
1 003 cines en México?**



**En 2023, el valor económico
del trabajo no remunerado que
realizaron las mujeres fue
cerca de tres veces mayor que
el de los hombres: 86 971 frente
a 36 471 pesos anuales.**

Fuentes:

- INEGI. (2025). Directorio Estadístico Nacional de Unidades Económicas (DENUE), 2025. // Cuenta Satélite del Trabajo No Remunerado de los Hogares de México (CSTNRHM), 2023. En INEGI. 99 datos que tienes que saber de México (pp. 68 y 47). INEGI.





Sabor para disfrutar

Hola, consumini

Los alimentos de temporada son ricos, baratos y frescos.



En cada estación del año, hay frutas, verduras y leguminosas que crecen con mayor facilidad gracias al clima, al sol y a las lluvias de nuestro país.

Descubre por qué elegir estos alimentos tiene grandes ventajas:

- Mejor sabor: las frutas, verduras y leguminosas están en su punto exacto, por lo que son más frescas, jugosas y sabrosas.
- Cuidan el bolsillo de tu familia: en temporada, hay mayor disponibilidad en el mercado y su precio suele ser más bajo.
- Ayudas al planeta: al consumir lo que se cultiva, el uso del transporte y el impacto ambiental se reducen.

Además, dependiendo de la temporada, tu cuerpo aprovecha mejor los nutrientes según el clima. En los meses de frío, frutas como la guayaba y la naranja aportan vitamina C que te protege de los resfriados; mientras que en los días calurosos los alimentos con mucha agua te ayudan a mantenerte hidratado.

Aquí tienes algunos ejemplos de los que puedes consumir de acuerdo con la temporada de cosecha:

- **Primavera:** calabacita, chayote, chícharo, coliflor, fresa, haba, mango, nopal, papaya y piña.
- **Verano:** ciruela, durazno, granada, pera, plátano y sandía.
- **Otoño:** calabaza, col, coliflor, espinaca, guayaba, limón, mandarina, naranja, papa y zanahoria.
- **Invierno:** aguacate, betabel y chícharo.

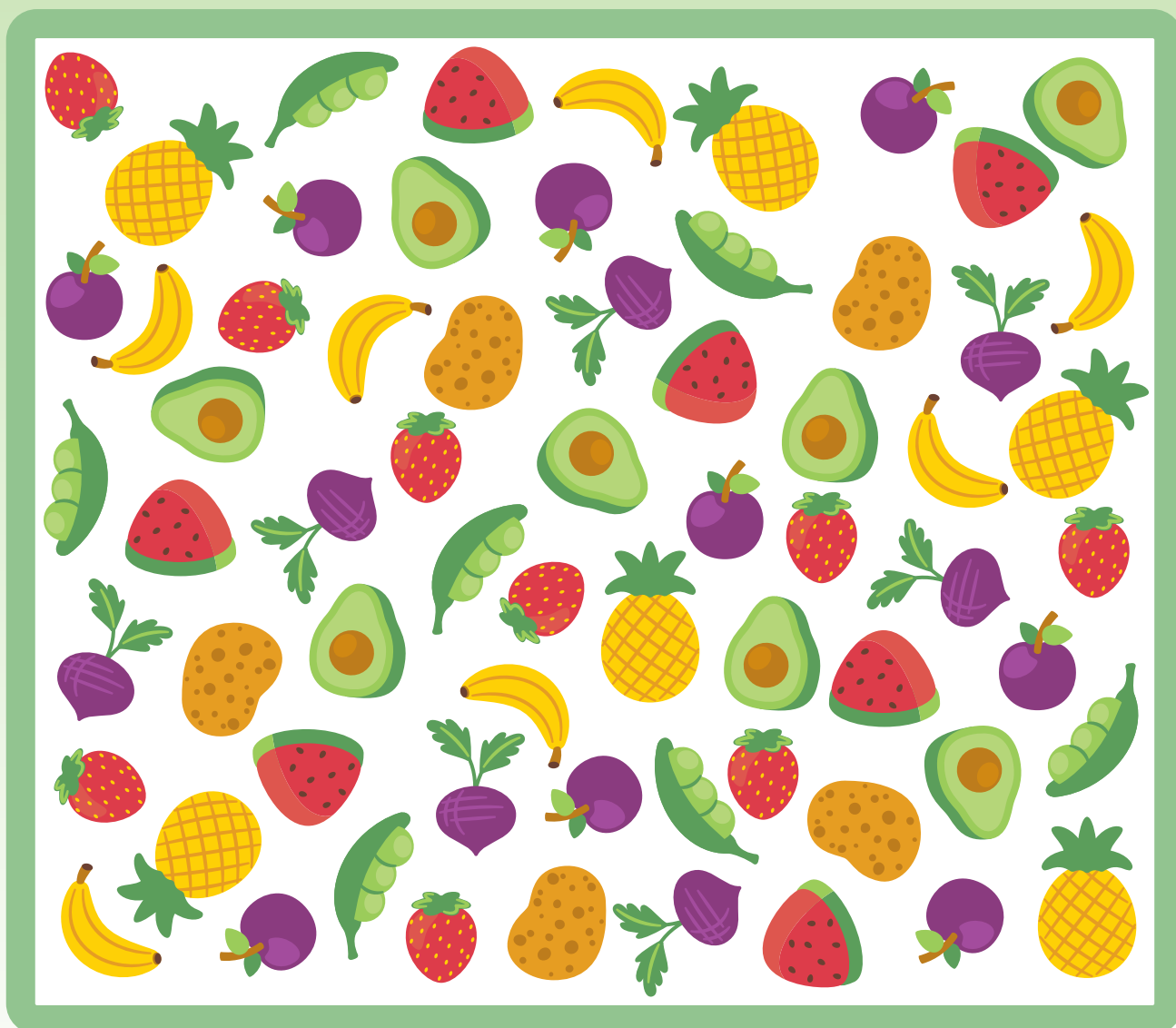
¿Ya sabes cuál es tu favorito?



Busca y encuentra

Consumini, observa y anota cuántas veces aparece cada alimento.



Respuestas: 6 piñas, 7 rebanadas de sandía, 8 betabelles, 7 plátanos, 9 fresas, 9 ciruelas, 7 vainas de chícharos y 5 papas.

Calaverita de luz

Elabora esta manualidad con ayuda de una persona adulta de confianza.

Procedimiento



Materiales

- Regla
- Bolsa de papel grande (como las de panadería), despegada y extendida
- Lápiz
- Compás
- Plumón negro
- Tijeras
- Pegamento en barra
- Vela de luz led

1. Traza una línea horizontal de 25 cm. Desde cada extremo, dibuja una línea de 8 cm hacia abajo y de estas, dos líneas de 3 cm hacia el interior y dos verticales de 16 cm hacia abajo y une los extremos.

2. En donde se unen las marcas de 3 y 16 cm, dibuja una curva para formar los pómulos.



3. Usa la línea superior de 25 cm como referencia y marca su punto medio.

4. A partir de ahí, dibuja dos círculos de 4 cm de diámetro para los ojos. Después traza un triángulo equilátero de 3 cm, entre los ojos.





5. Debajo de los ojos, traza un rectángulo horizontal para formar la boca. Después, dibuja líneas verticales dentro y fuera del rectángulo para simular los dientes.



6. Marca con un plumón negro el contorno de la calavera: ojos, nariz, boca y línea de los pómulos.



7. Dobra la cara por la mitad de forma vertical y realiza un doblé más a la misma altura, para obtener tres dobleces.



8. Recorta la silueta de la calavera y los interiores: los ojos, nariz y boca. Dobra la figura por las líneas marcadas.



9. Pega los extremos de los pómulos uno sobre otro, luego la parte superior; así darás forma a la calaverita.



10. Espera a que seque y colócala sobre la vela de luz led.

Notas:

- Puedes usar papel kraft o cualquier bolsa de papel que no esté encerada ni plastificada.
- Si no cuentas con compás, traza los círculos de los ojos con la tapa de una botella.

Fuente:

- @Jugando_con_las_hijas. "Linternas para Día de Muertos" [actividad adaptada]. Reel de Instagram, 0:31. 17 de octubre de 2025. <https://www.instagram.com/reel/DP6ia95jnhD/?igsh=ODE0NGpvdmxnN2F0>



Refrigerios saludables



Rajitas de pollo

Ingredientes (cuatro porciones)

Costo promedio: \$26.⁶³

- 2 cucharaditas de aceite
- ½ taza de pollo deshebrado
- ½ taza de granos de elote cocidos
- ½ chile poblano, tatemado, desvenado y cortado en juliana
- 3 cucharadas de crema
- Sal y pimienta al gusto
- ¼ de papa, cocida y picada en cubos



Preparación

1. En una sartén caliente con aceite, dora ligeramente el pollo.
2. Incorpora el elote, el chile poblano, la crema y salpimienta.
3. Añade la papa y mezcla suavemente.
4. Tapa y cocina por 10 minutos.



Galletas de avena

Ingredientes (cuatro porciones)

Costo promedio: \$12.⁰¹

- 1 huevo
- ¼ de taza de aceite
- ⅓ de taza de avena
- Una pizca de sal
- ⅔ de taza de harina cernida 3 veces
- 2 cucharaditas de saborizante de vainilla
- ⅓ de cucharadita de ralladura de limón
- 3 cucharadas de azúcar blanca o mascabado
- ⅓ de cucharadita de polvo para hornear



Preparación

1. En un tazón, incorpora y mezcla todos los ingredientes.
2. Forma bolitas con la masa y aplástalas ligeramente para formar las galletas. Colócalas sobre una charola engrasada y deja aproximadamente 1 cm de separación entre ellas.
3. En un horno precalentado a 180 °C, hornea las galletas durante 20 minutos o hasta que se vean ligeramente doradas.

Nota: engrasa un poco tus manos para formar las bolitas con mayor facilidad.

Quién es Quién en los precios

Precios levantados en la Ciudad de México y zona metropolitana del 8 al 9 de septiembre de 2026.

Fuentes:

- La Lola dice. 2016. "Pollo en crema con chile, elote y jamón" [receta adaptada]. <http://www.laloladice.com/2016/01/pollo-en-crema-con-chile-elote-y-jamon.html>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. 2023. *Cocinales hoy, es para siempre* [receta adaptada]. <https://www.unicef.org/uruguay/media/7486/file/Recetario%20Cocinales%20hoy.pdf>



ONCE NOTICIAS

PRESTIGIO INFORMATIVO

**Angélica
Rivera**

**Guadalupe
Contreras**

**Estefanía
Quartino**

**Ana Cristina
Olvera**

**Azul
Alzaga**

**Luisa
Cantú**



oncenoticias.digital

 **canal
once**



Guías alimentarias

Salud para ti y sostenibilidad para el planeta.

En colaboración con la



Salud
Secretaría de Salud

La alimentación impacta en nuestra salud y en el planeta. Elegir una dieta saludable y sostenible nos permite cuidar nuestro bienestar y proteger los recursos naturales.

México enfrenta desnutrición, déficit de nutrientes, como vitaminas y minerales, así como sobrepeso y obesidad. A esto se suman los efectos del cambio climático en la salud de las personas y en el planeta.

Por lo anterior, las *Guías Alimentarias Saludables y Sostenibles para la población mexicana* ofrecen información para alimentarse bien, prevenir enfermedades, cuidar el entorno y orientar políticas públicas en materia de alimentación, nutrición, salud y agricultura.

Antecedentes

En octubre de 2025, la Secretaría de Salud y el Instituto Nacional de Salud Pública presentaron las *Guías Alimentarias Saludables y Sostenibles para la Población Mexicana 2025-2030*, un instrumento estratégico que redefine los criterios oficiales de alimentación saludable en el país, orientando a la población hacia una dieta más accesible y con menor impacto ambiental.

En la elaboración de las nuevas guías participaron especialistas, instituciones y diversos sectores de la población. También se consideró la evidencia científica, los hábitos de consumo y el impacto ambiental de los alimentos, para tener en cuenta la diversidad cultural y las necesidades de las diferentes etapas de la vida.



Alimentación saludable y sostenible

Favorece la salud y el bienestar, es accesible y segura. También busca reducir su impacto ambiental en beneficio de las generaciones presentes y futuras.

Una alimentación saludable también puede ser sostenible.

LO QUE COMEMOS IMPACTA EN EL PLANETA

Ruta de los alimentos:

la producción, procesamiento, distribución, venta, preparación y desecho de alimentos requieren recursos naturales y generan gases de efecto invernadero que aceleran el cambio climático.



Mayor impacto:

alimentos ultraprocesados y de origen animal.



Menor impacto:

alimentos frescos y de origen vegetal.



PRINCIPIOS DE LAS GUÍAS

- Promover una dieta que considere el impacto ambiental de los alimentos.
- Prevenir la mala nutrición, la desnutrición, las deficiencias de vitaminas y minerales, el sobrepeso y la obesidad.
- Considerar que la nutrición está influenciada por el entorno y no solo por la voluntad individual.
- Fomentar una dieta natural, fresca y local, y desincentivar el consumo de alimentos ultraprocesados.
- Promover la participación comunitaria y familiar en las actividades relacionadas con la alimentación.
- Respetar y fomentar las recetas y preparaciones tradicionales de México.
- Reconocer la diversidad de especies y territorios.
- Disfrutar los alimentos en compañía.
- Reconocer el derecho a la alimentación, especialmente de niñas y niños.



RECOMENDACIONES DE LAS GUÍAS ALIMENTARIAS SALUDABLES Y SOSTENIBLES



- **Brinda lactancia materna**
Durante los primeros seis meses del bebé hasta por lo menos los dos años de edad.



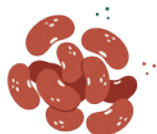
- **Consume menos carne de res y evita las carnes procesadas**
Consume frijoles y lentejas, así como cantidades moderadas de huevo, pollo, pescado y lácteos.



- **Come más verduras y frutas frescas**
Prefiere las de temporada y las de producción local, pues suelen tener menor costo.



- **Evita el consumo de alcohol**
Cuidarás tu bienestar físico y mental, así como el de tu familia.



- **Consume diariamente leguminosas**
Como frijoles, lentejas, habas y garbanzos. Son fuente de proteínas y fibra, además de ser prácticas y económicas.



- **Disfruta de los alimentos en familia**
Cuando sea posible; además, involúcrate en la planeación y preparación de las comidas.



- **Elige tubérculos, cereales integrales o de grano entero**
Como tortillas de maíz, avena y arroz, así como tubérculos como la papa y el camote. Estos alimentos aportan vitaminas, fibra, antioxidantes y energía.



- **Evita los alimentos ultraprocesados**
Limita el consumo de embutidos, enlatados, frituras, galletas, pan dulce, cereales de caja y bebidas endulzadas.



- **Haz más actividad física**
Como caminar, correr o bailar.



- **Toma agua natural**
Consúmela durante el día y evita bebidas azucaradas.



Para más información, escanea el QR:



¡ÚNETE AL CONSUMO INFORMADO!

Sabemos que eliges con conciencia, comparas y preguntas antes de comprar, por eso estamos más cerca de ti.

Síguenos en nuestras redes sociales.

 @Profeco

 /ProfecoOficial

 @profeco

 @profecooficial

 /ProfecoTV

 Profeco



Economía
Secretaría de Economía

Profeco
Procuraduría Federal
del Consumidor

¿Sientes que te vigilan?

El perfilamiento racial en el consumo es una práctica discriminatoria que debe erradicarse.

En colaboración con el



El acceso a tiendas, restaurantes y servicios en México sigue condicionado por los prejuicios. El perfilamiento racial en los establecimientos comerciales no solo refuerza la discriminación, sino que vulnera los derechos fundamentales de las personas consumidoras.

Por ello, construir espacios de consumo y servicios libres de discriminación es una tarea urgente que exige tanto el compromiso empresarial como el de una ciudadanía informada y dispuesta a denunciar.

¿Qué es el perfilamiento racial?

Es una práctica discriminatoria en la que el personal o la seguridad de un establecimiento vigila, persigue, interroga o trata como sospechosa a una persona debido a su origen étnico o racial, tono de piel, apariencia física o forma de vestir en lugar de atender su conducta.



En los espacios comerciales, esta exclusión suele escalar de forma progresiva a través de las siguientes acciones:



La persona puede ser objeto de una detención o intercepción injustificada, basada únicamente en su apariencia.



Es sometida a cuestionamientos sobre su identidad, actividades o motivos para encontrarse en ese lugar.



Se pone en duda la nacionalidad, se asume una situación migratoria irregular o se le exige demostrar su pertenencia al país.



La intensidad de la intervención aumenta cuando se realizan revisiones corporales y a sus pertenencias.



Estas acciones se basan en prejuicios por el tono de piel, origen étnico, vestimenta o apariencia y no en hechos objetivos. Estas prácticas no solo vulneran derechos como la igualdad, la libertad de tránsito, la privacidad y la no discriminación, sino que transmiten un mensaje de exclusión al rechazar o cuestionar la identidad de las personas.

El papel de las empresas

La igualdad de trato en las relaciones de consumo implica que cualquier persona pueda acceder a bienes y servicios con total libertad. El acceso al mercado no debe estar condicionado por la identidad de las personas.

Ante este panorama, el sector empresarial es clave para prevenir y erradicar estas conductas. Esto exige implementar protocolos de actuación objetivos, capacitar continuamente al personal en igualdad, supervisar la seguridad privada y sancionar posibles actos discriminatorios.

Estas acciones siempre fortalecen la confianza de las personas consumidoras y la reputación de las empresas, lo que ayuda a construir entornos comerciales más incluyentes y seguros.

El respeto y la inclusión deben estar presentes en todos los espacios de consumo.

CIFRAS DE LA EXCLUSIÓN EN MÉXICO

23.7 % manifestó haber vivido alguna experiencia de discriminación.

¿Por qué motivos?



30.6 %

Vestimenta y arreglo



13.1 %

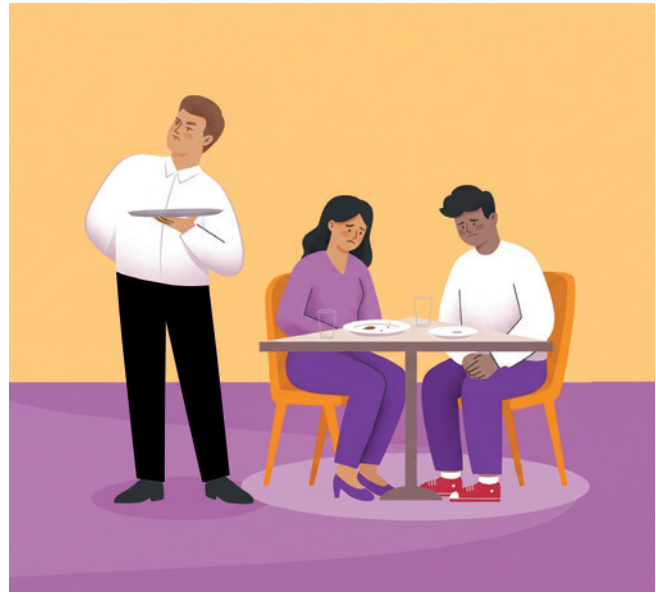
Tono de piel

La apariencia también discrimina

La discriminación por apariencia no es superficial: puede afectar el ejercicio pleno de los derechos.

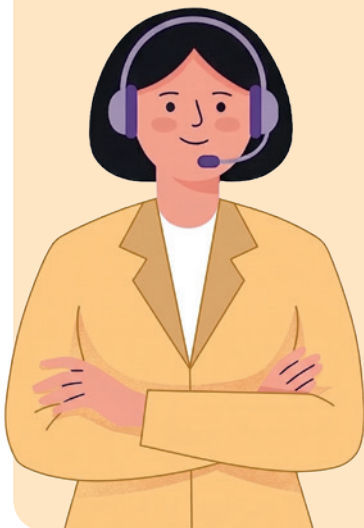
Fuente:

- INEGI. 2022. Encuesta Nacional sobre Discriminación. https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enadis/2022/doc/enadis2022_resultados.pdf



En un país tan diverso como México, garantizar la igualdad no es únicamente una buena práctica de atención o una estrategia de relaciones públicas, sino un compromiso con los derechos humanos.

Todas las personas tienen el derecho de entrar a un establecimiento, elegir un producto, solicitar un servicio y realizar una compra, sin ser objeto de discriminación por su apariencia. La inclusión y el respeto deben ser el estándar en cada espacio de consumo.



Acércate al Conapred

Si consideras haber sufrido alguna discriminación, presenta tu queja en el Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (Conapred) a través de los siguientes canales:

📍 Londres núm. 247, colonia Juárez, alcaldía Cuauhtémoc, Ciudad de México

🌐 www.conapred.gob.mx

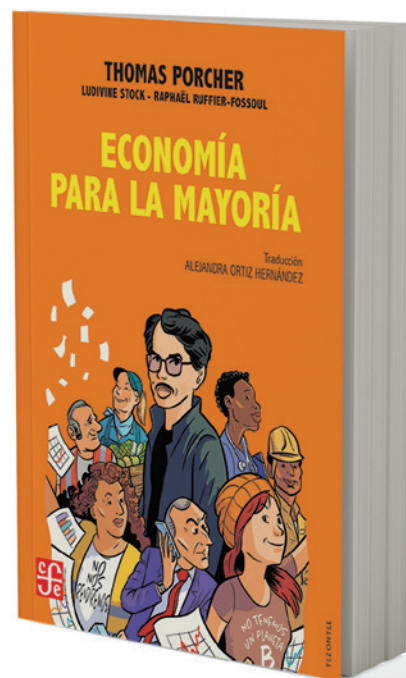
✉️ quejas@conapred.gob.mx

☎️ 55 5262 1490 (zona metropolitana) / 800 543 0033 (entidades federativas)

Economía para la mayoría

Thomas Porcher

Crítica mordaz al capitalismo que deja de lado a los más vulnerables.



Por Antonio Hernández Estrella

En colaboración con el



Características

17 x 23 cm

160 páginas

Encuadernación rústica cosida

Colección Tezontle

2026

Fondo de Cultura Económica

ISBN: 978-607-169-206-1

- Ilustraciones de Ludivine Stock
- Guion de Raphael Ruffier-Fossoul
- Traducción de Alejandra Ortiz Hernández
- Precio del libro impreso: \$180

El libro *Economía para la mayoría* de Thomas Porcher plantea interrogantes clave: ¿por qué es importante conocer cómo funciona la economía? y ¿qué hacen los neoliberales para impedir que la gente comprenda su funcionamiento?

Para el autor, la propuesta económica neoliberal fracasa al no considerar el efecto multiplicador como un principio esencial. Cuando el gobierno aumenta la inversión pública, puede impulsar el consumo, la producción, el empleo y los ingresos, lo que genera un ciclo que favorece la actividad económica y las nuevas inversiones.

Ante este escenario, el libro propone un Estado de bienestar que proteja el empleo, mejore los salarios y los servicios públicos, además de que contribuya a una distribución más equitativa de los recursos.

Cuando la economía deja de ser un lenguaje exclusivo y se convierte en un conocimiento accesible, se transforma en una herramienta para participar, cuestionar y construir una sociedad con mayor crecimiento económico.

Thomas Porcher (Drancy, 1977) es un economista francés, profesor asociado en la Universidad de París VIII y especialista en economía internacional y políticas públicas. Es conocido por su trabajo de divulgación económica y por acercar conceptos complejos de la economía a un público amplio.

DERECHOS BÁSICOS DE LAS PERSONAS CONSUMIDORAS

Conócelos, empodérate y acércate a la Profeco para hacerlos valer.

1 DERECHO A LA INFORMACIÓN

Toda la información de los bienes y servicios que te ofrezcan debe ser veraz, comprobable y clara.

2 DERECHO A LA EDUCACIÓN

Es importante conocer tus derechos y la forma en que te protege la ley para aprender a consumir de manera responsable, inteligente y con una mejor toma de decisiones.

3 DERECHO A ELEGIR

Al escoger un producto o servicio, nadie puede presionarte, condicionarte, así como imponerte métodos coercitivos en la venta ni exigirte pagos anticipados sin que hayas firmado un contrato.

4 DERECHO A LA SEGURIDAD Y CALIDAD

Los bienes y servicios deben cumplir con las disposiciones normativas aplicables y, en su caso, con las Normas Oficiales Mexicanas.

5 DERECHO A LA COMPENSACIÓN

Si te venden un producto de mala calidad, tienes derecho a que te lo repongan o a que te devuelvan tu dinero y, en su caso, a una bonificación no menor al 20 % del precio pagado.

6 DERECHO A LA PROTECCIÓN

Cuando un proveedor no respete tus derechos o cometa abusos contra las personas consumidoras, la Profeco pone a tu disposición el Teléfono del Consumidor.

7 DERECHO A NO SER DISCRIMINADAS

Nadie te puede negar un producto o servicio por tu sexo, raza, religión, condición económica, nacionalidad, orientación sexual ni por tener alguna discapacidad o cualquier otra particularidad.



**Teléfono del
consumidor**
55 5568 8722 - 800 468 8722

de lunes a viernes, de 9 a 19 h; sábados, domingos
y días feriados, de 10 a 18 h



Economía
Secretaría de Economía

Profeco
Procuraduría Federal
del Consumidor

ALERTAS Y LLAMADOS A REVISIÓN

KIA MÉXICO, S. A. DE C. V.



detectó que una luz indicadora intermitente señala un posible error en la carga de la batería de alto voltaje, por lo que la unidad podría quedar inmovilizada al presentarse la remota condición.

Consulta el llamado
a revisión 2 / 2025
completo en



Vigencia: Indeterminada.

Unidades involucradas

279

Modelo

EV6

Versiones

todas

Años

2024 en adelante

Solución

Se inspeccionará el *software* (versión #1105) y, en caso necesario, se actualizará.

Si la condición continúa presentándose, se reemplazará la Unidad de Control de Carga Integral (ICCU).

Acciones

- KIA informará sobre el llamado a revisión en su sitio oficial: <https://www.kia.com>
- Se contactará a las personas consumidoras que hayan adquirido los vehículos involucrados mediante correo electrónico, WhatsApp, distribuidores autorizados Kia y la aplicación MyKia+.

Medios de contacto

KN Distribuidores autorizados Kia

<https://www.kia.com>

Liga directa

<https://www.kia.com/mx/service/recall.html>

contactcenter@kia-mexico.com

Kia Contact Center: 55 4780 0542 opción 5



Consulta el histórico de las alertas y llamados a revisión emitidos por la Profeco:
gob.mx/profeco/articulos/alertas-al-consumidor-35310?state=published

La Procuraduría Federal del Consumidor, en coordinación con KIA MÉXICO, S. A. DE C. V. y TOYOTA MOTOR SALES DE MÉXICO, S. DE R. L. DE C. V., informa sobre el llamado a revisión de los siguientes productos:

Empresa:

KIA KIA MÉXICO, S. A. DE C. V.



Llamado a revisión: 7 / 2025

Modelo:

TELLURIDE (ON) 2020 a 2024

CANTIDAD:

250 unidades

RIESGO:

Podría desprenderse la cubierta posterior del interruptor del asiento eléctrico al aplicarse una fuerza externa considerable, como un golpe en la cubierta lateral inferior o en el botón deslizante del asiento eléctrico delantero, lo que afectaría la conducción del vehículo.

CONTRAMEDIDA:

Se inspeccionarán los asientos delanteros y las cubiertas laterales y, en caso de ser necesario, se reemplazarán dichos componentes.

MEDIOS DE CONTACTO:

- Distribuidores autorizados KIA
- Teléfono KIA Contact Center: 55 4780 0542 opción 5
- Sitio web: <https://www.kia.com>
- Correo electrónico: contactcenter@kia-mexico.com
- Liga directa: <https://www.kia.com/mx/service/recall.html>

Empresa:

TOYOTA TOYOTA MOTOR SALES DE MÉXICO, S. DE R. L. DE C. V.



Llamado a revisión: 8 / 2025

Modelo:

Sequoia híbrida 2023 y 2024

CANTIDAD:

465 unidades

RIESGO:

La cubierta de plástico del gancho de arrastre podría separarse de la fascia trasera del vehículo mientras se conduce y convertirse en un riesgo de accidente.

CONTRAMEDIDA:

Se reemplazará la cubierta de plástico del gancho de arrastre por una versión mejorada, sin costo para la persona consumidora.

MEDIOS DE CONTACTO:

- Teléfono: 8007 TOYOTA (869 682)
- Sitio web: <https://www.toyota.mx>
- Correo electrónico: contacto@marcatoyota.com.mx

Empresa:

TOYOTA TOYOTA MOTOR SALES DE MÉXICO, S. DE R. L. DE C. V.



Llamado a revisión: 13 / 2025

Modelo:

Tacoma 2024

CANTIDAD:

386 unidades

RIESGO:

Puede existir una variación en el tamaño del sello, lo que puede ocasionar filtración de agua o humedad en el conector de la persiana de la rejilla activa de la parrilla. Esto provocaría que la luz de advertencia del motor se encienda o que la persiana de la rejilla activa ya no se abra o cierre de manera correcta.

CONTRAMEDIDA:

Se inspeccionará el conector del arnés del obturador de la persiana de rejilla activa de la parrilla y, en caso necesario, se reemplazará el arnés o el conjunto del obturador sin costo para las personas consumidoras.

MEDIOS DE CONTACTO:

- Teléfono: 8007 TOYOTA (869 682)
- Sitio web: <https://www.toyota.mx>
- Correo electrónico: contacto@marcatoyota.com.mx

No te pierdas nuestro contenido en **TIKTOK**



¡Síguenos!

@profeco



Economía
Secretaría de Economía

Profeco
Procuraduría Federal
del Consumidor



Nuestra Voz

¿Impulso o necesidad?

Cuando comprar se convierte en una forma de satisfacer carencias emocionales y llega a afectar tu economía, es momento de buscar apoyo. En este artículo abordamos las características de este trastorno y las opciones para atenderlo. **pág. 6**

Estudio de Calidad



Cereales de caja

Se analizaron 43 cereales, entre los que se encuentran productos a base de maíz, maíz con otros cereales, arroz, avena, quinoa, trigo, multicereales y cereales horneados. Averigua la cantidad de azúcares que contienen, su aporte energético y la veracidad de su información comercial. **pág. 21**

Entorno Digital



Comodidad que te cuesta... y mucho

Las aplicaciones de comida a domicilio son una alternativa cuando no tienes tiempo para cocinar o salir de casa. Sin embargo, no solo pagas los gastos de envío, sino también se suman otros cargos al total de tu cuenta. **pág. 64**

Estudio de Calidad



Pantalones de mezclilla para dama

El Laboratorio analizó 23 modelos de *jeans*: cinco confeccionados en 100 % algodón y 18 con mezcla de fibras. Se sometieron a diversas pruebas para verificar aspectos como el peso de la tela, la veracidad de la etiqueta, la resistencia al uso, entre otros. **pág. 45**

Qué Hacer Si...



Que no le digan, que no le cuenten

La publicidad debe ser una herramienta para informar, no para confundir. Si detectas un anuncio que pueda inducir a error o confusión, denúncialo ante la Profeco. Identifica las señales de publicidad engañosa para defender tu bolsillo. **pág. 71**

Consuminis Profeco

Sabor para disfrutar

Consumir alimentos de temporada ofrece grandes ventajas porque tienen mejor sabor y ayudan a reducir el impacto ambiental. Consumini, ¿qué te gusta comer más? **pág. 78**

La Revista del Consumidor, publicada mensualmente por la Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco), con oficinas centrales en avenida José Vasconcelos 208, colonia Condesa, alcaldía Cuauhtémoc, Ciudad de México, C. P. 06140, está destinada a informar y orientar sobre temas de consumo. Para información sobre esta publicación, puede llamar al teléfono 55 5625 6700 ext. 16930. El contenido de los artículos firmados no necesariamente refleja la opinión de la revista ni de la 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 Nacional de Protección al Consumidor 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 la Profeco lleve a cabo en el cumplimiento de sus funciones. Editora responsable: Aura Perroni Hernández. 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. Impresor responsable: Talleres Gráficos de México, avenida Canal del Norte 80, colonia Felipe Pescador, alcaldía Cuauhtémoc, Ciudad de México, C. P. 06280. Fecha de impresión: septiembre de 2026. Tiraje: 6 000 ejemplares. Las marcas registradas y los logotipos mostrados en esta revista son propiedad de sus respectivos dueños y se utilizan únicamente con fines ilustrativos o informativos.



¿QUÉ PELÍCULA FINANCIERA TE CUENTAS?

Actividades
gratuitas



Monumento a
la Revolución

**15-18
octubre**

9 a 17 h



Juegos
Conferencias
Talleres
Stand
informativos



En línea

**15 octubre a
31 diciembre**



Encuétranos

Q SNEF 2026

Síguenos



ABM ASOCIACIÓN DE
BANCO DE
MÉXICO

FinTech
México



Gobierno de
México

Hacienda
Secretaría de Hacienda y Crédito Público



CONDUSEF
COMISIÓN NACIONAL PARA LA PROTECCIÓN
Y DEFENSA DE LOS USUARIOS DE
SERVICIOS FINANCIEROS



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO
CAPITAL DE LA TRANSFORMACIÓN

El Fondo de Cultura Económica
te invita a

FILU 44

Feria Internacional
del Libro Infantil
y Juvenil

ENART



Mafer Alvarado

#REPÚBLICA
LECTORA

Libros • Talleres • Narración Oral • Música
Ilustradores • Historias • Teatro y mucho más

Bachillerato
Nacional

AEF MÉXICO
AUTORIDAD EDUCATIVA FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO

13 al 22 noviembre 2026 • 9 a 19 horas • Entrada Libre

Av. Río Churubusco 79, Country Club Churubusco, Coyoacán, 04210 Ciudad de México, CDMX



Gobierno de
México

Cultura
Secretaría de Cultura

Educación
Secretaría de Educación Pública



FONDO
DE CULTURA
ECONÓMICA