

JAMÓN Y OTROS PRODUCTOS QUE SE PRESENTAN COMO EMBUTIDOS

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

Antes de comprar uno, asegúrate de saber de qué está hecho.

El jamón se utiliza en diversas preparaciones debido a sus características y versatilidad, por lo que es importante conocer sus ingredientes, su aporte nutricional y la normativa que le aplica.

Además, han aparecido en el mercado algunos productos que se autodenominan embutidos y que por apariencia e imagen de uso pueden engañar a las personas consumidoras, ya que parecen jamón cuando en realidad no lo son.

El Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor de la Profeco sometió a análisis los jamones de bajo costo, que se clasifican como preferente, comercial y económico, así como algunos productos denominados embutidos. Es importante mencionar que no se encontraron jamones clasificados como preferente en la adquisición de productos.



FICHA TÉCNICA

Periodo del estudio: del 13 de marzo al 12 de mayo de 2025

Periodo de adquisición de los productos: del 13 de marzo al 10 de abril de 2025

Productos analizados: 40

Pruebas realizadas: 3 649

NORMATIVIDAD

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

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

NOM-158-SCFI-2003, Jamón-Denominación y clasificación comercial, especificaciones fisicoquímicas, microbiológicas, organolépticas, información comercial y métodos de prueba

ACUERDO por el que se determinan los aditivos y coadyuvantes en alimentos, bebidas y suplementos alimenticios, su uso y disposiciones sanitarias

CONOCE EL ESTUDIO

Se analizaron **40 productos**:

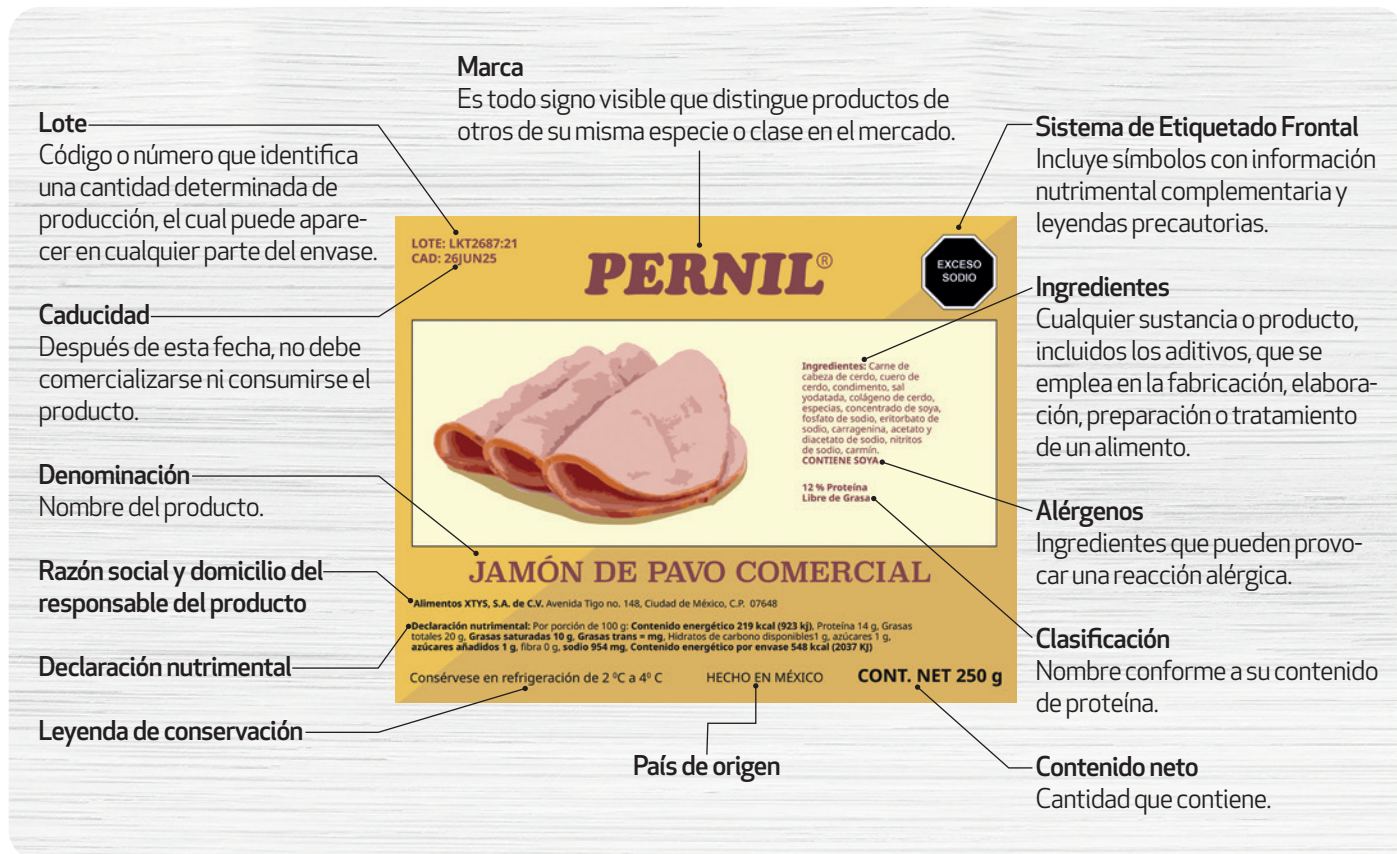
- 14 jamones de pavo comerciales
- 4 jamones de pierna comerciales
- 2 jamones de pavo y cerdo comerciales
- 1 jamón de cerdo y pavo comercial
- 3 jamones de pavo y cerdo económicos
- 2 jamones de pavo económicos
- 1 imitación de jamón vegano
- 13 productos con diferentes denominaciones que se presentan como embutidos¹

LAS PRUEBAS

Información comercial

Está presente en las etiquetas de los productos y debe cumplir con los requisitos de la Norma Oficial Mexicana 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 la información que presentan los productos fuera veraz y no confundiera a las personas consumidoras sobre su composición:



¹ Este es un nuevo sector presente en el mercado. Estos productos están colocados en la misma sección de los jamones.



Calidad sanitaria

Se evaluó la ausencia de agentes patógenos en el alimento, como bacterias que representan un riesgo para la salud. Por ejemplo, en los jamones y embutidos analizados se verificó que no hubiera salmonela.



Contenido neto

Se comprobó que los productos que declaraban contenido neto cumplieran con la cantidad declarada. Los productos para venta a granel no declaran contenido neto, por lo que deben pesarse en presencia de la persona consumidora.



Grasa

Se midió la cantidad de grasa para verificar que coincidiera con la cantidad declarada.



Proteína

Se analizó la cantidad de proteína para verificar que coincidiera con la cantidad declarada.



Humedad

Se determinó la cantidad de humedad, ya que en este tipo de embutidos normalmente el contenido de humedad es superior al 70 %.



Cenizas

Se determinó la cantidad de cenizas que, en términos generales, se pueden considerar los minerales que contienen los productos.



Carbohidratos

Con los datos de proteína, grasa, humedad y cenizas se calculó la cantidad de carbohidratos presentes en los productos para verificar la información declarada.



Nitritos

Se verificó que no excedieran el parámetro máximo permitido, que es de 156 mg/kg.



Sodio

Se midió este mineral por tratarse de un nutrimento crítico; por ello, se verificaron las cantidades declaradas en la etiqueta. Generalmente, los embutidos contienen altos contenidos de sodio, por lo que la mayoría lo contienen en exceso.



Contenido energético

Como referencia, se calculó el aporte calórico de 100 gramos de producto. Se consideró que cada gramo de proteína y carbohidrato aporta 4 kilocalorías y cada gramo de grasa, 9 kilocalorías.

Es importante destacar que la Norma Oficial Mexicana NOM-051-SCFI/SSA1-2010, *Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados-Información comercial y sanitaria* no aplica a los productos para venta a granel ni a aquellos que no llegan a la persona consumidora final.

Jamón de pavo comercial

Proteína total libre de grasa: mínimo 12 %

Quién es Quién en los precios

Precios promedio de jamones en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Campeche, Morelia y Saltillo, levantados del 26 de mayo al 2 de junio de 2025.

\$ Precio promedio y redondeado por paquete.

\$ Precio promedio y redondeado por 100 g.

AURRERA

Jamón de pavo Virginia, México, 250 g



Sodio mg/100 g:
877

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
68

Información comercial: ✗

Contenido neto: ✓

Grasa %: **2.9**

Proteína %: **11.9**

Proteína libre de grasa %: **12.2**

Humedad %: **71.9**

Fécula %: **8.3**

Carbohidratos %: **10**

Contenido energético kcal/100 g: **114**

La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no se encuentra en la misma tipografía y tamaño, por lo que incumple la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

BAFAR VIRGINIA

Jamón de pavo, México, 250 g



Sodio mg/100 g:
1 055

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
41

Información comercial: ✗

Contenido neto: ✓

Grasa %: **3.4**

Proteína %: **11.2**

Proteína libre de grasa %: **11.6**

Humedad %: **73.5**

Fécula %: **6.7**

Carbohidratos %: **8**

Contenido energético kcal/100 g: **109**

La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no se encuentra en la misma tipografía y tamaño, por lo que incumple la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

Tiene menos proteína de la declarada.

CAPISTRANO CLÁSICA

Jamón de pavo Virginia, México, 250 g



Sodio mg/100 g:
755

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
88

Información comercial: ✗

Contenido neto: ✓

Grasa %: **2.6**

Proteína %: **12.6**

Proteína libre de grasa %: **12.9**

Humedad %: **74.6**

Fécula %: **5.6**

Carbohidratos %: **7**

Contenido energético kcal/100 g: **101**

La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no está en la misma tipografía y tamaño, por lo que incumple la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

CAPISTRANO RECETA FAMILIAR

Jamón de pavo, México, 250 g



Sodio mg/100 g:
857

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
97

Información comercial: ✗

Contenido neto: ✓

Grasa %: **3.9**

Proteína %: **12.8**

Proteína libre de grasa %: **13.3**

Humedad %: **73.6**

Fécula %: **5.6**

Carbohidratos %: **6**

Contenido energético kcal/100 g: **111**

La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no se encuentra en la misma tipografía y tamaño, por lo que incumple la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

CHIMEX IBERO BARCELONA

Jamón de pavo comercial 12 % proteína libre de grasa,

México, a granel



Sodio mg/100 g:
1 030

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
109

Información comercial: ✗

Contenido neto: **No aplica**

Grasa %: **2.2**

Proteína %: **11.9**

Proteína libre de grasa %: **12.2**

Humedad %: **75.4**

Fécula %: **6.4**

Carbohidratos %: **7**

Contenido energético kcal/100 g: **95**

Tiene más sodio del declarado.

FUD

Jamón de pavo americano, México, 170 g



Sodio mg/100 g:
867

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
118

Información comercial: ✗

Contenido neto: ✓

Grasa %: **3.2**

Proteína %: **12.0**

Proteína libre de grasa %: **12.4**

Humedad %: **74.8**

Fécula %: **6.3**

Carbohidratos %: **7**

Contenido energético kcal/100 g: **104**

La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no se encuentra en la misma tipografía y tamaño, por lo que incumple la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

Productos ordenados alfabéticamente.

Jamón de pavo comercial

Proteína total libre de grasa: mínimo 12 %

Quién es Quién en los precios

Precios promedio de jamones en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Campeche, Morelia y Saltillo, levantados del 26 de mayo al 2 de junio de 2025.

\$ Precio promedio y redondeado por paquete.

\$ Precio promedio y redondeado por 100 g.

FUD

Jamón de pavo Virginia, 🇲🇽 México, 290 g



► **Sodio** mg/100 g:
728

► **Nitritos** mg/kg
máximo 156 mg/kg
46

► Información comercial: ❌

- Contenido neto: ✔️
- Grasa %: **2.1**
- Proteína %: **12.5**
- Proteína libre de grasa %: **12.7**
- Humedad %: **75.9**
- Fécula %: **4.9**
- Carbohidratos %: **6**
- Contenido energético kcal/100 g: **93**

• La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no se encuentra en la misma tipografía y tamaño, por lo que incumple la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

GREAT VALUE

Jamón de pavo Virginia, 🇲🇽 México, 250 g



► **Sodio** mg/100 g:
889

► **Nitritos** mg/kg
máximo 156 mg/kg
46

► Información comercial: ❌

- Contenido neto: ✔️
- Grasa %: **2.6**
- Proteína %: **11.9**
- Proteína libre de grasa %: **12.2**
- Humedad %: **71.2**
- Fécula %: **9.1**
- Carbohidratos %: **11**
- Contenido energético kcal/100 g: **113**

• La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no se encuentra en la misma tipografía y tamaño, por lo que incumple la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

KIR

Jamón de pavo Virginia, 🇲🇽 México, 450 g



► **Sodio** mg/100 g:
970

► **Nitritos** mg/kg
máximo 156 mg/kg
106

► Información comercial: ❌

- Contenido neto: ✔️
- Grasa %: **4.4**
- Proteína %: **11.7**
- Proteína libre de grasa %: **12.2**
- Humedad %: **73.2**
- Fécula %: **6.3**
- Carbohidratos %: **7**
- Contenido energético kcal/100 g: **115**

• La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no se encuentra en la misma tipografía y tamaño, por lo que incumple la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

LALA PLENIA NATURALÉS

Jamón de pavo. Bajo en grasa, 🇲🇽 México, 250 g



► **Sodio** mg/100 g:
799

► **Nitritos** mg/kg
máximo 156 mg/kg
92

► Información comercial: ❌

- Contenido neto: ✔️
- Grasa %: **2.6**
- Proteína %: **11.9**
- Proteína libre de grasa %: **12.2**
- Humedad %: **74.0**
- Fécula %: **6.1**
- Carbohidratos %: **8**
- Contenido energético kcal/100 g: **104**

• La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no se encuentra en la misma tipografía y tamaño, por lo que incumple la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

PARMA SABORI

Jamón de pavo, 🇲🇽 México, 250 g



► **Sodio** mg/100 g:
867

► **Nitritos** mg/kg
máximo 156 mg/kg
41

► Información comercial: ❌

- Contenido neto: ✔️
- Grasa %: **4.0**
- Proteína %: **12.5**
- Proteína libre de grasa %: **13.0**
- Humedad %: **72.8**
- Fécula %: **6.9**
- Carbohidratos %: **7**
- Contenido energético kcal/100 g: **116**

• La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no se encuentra en la misma tipografía y tamaño, por lo que incumple la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.
• Presenta dos denominaciones: Jamón de pavo y Jamón Virginia de pavo premium.

SAN ANTONIO

Jamón con pavo, 🇲🇽 México, a granel



► **Sodio** mg/100 g:
820

► **Nitritos** mg/kg
máximo 156 mg/kg
52

► Información comercial: ❌

- Contenido neto: **No aplica**
- Grasa %: **2.7**
- Proteína %: **11.7**
- Proteína libre de grasa %: **12.0**
- Humedad %: **73.9**
- Fécula %: **6.2**
- Carbohidratos %: **9**
- Contenido energético kcal/100 g: **106**

• La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no está en la misma tipografía y tamaño, por lo que la información no es clara y veraz, incumpliendo el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.*

Productos ordenados alfabéticamente.

*Por tratarse de producto para venta a granel.

Jamón de pavo comercial

Proteína total libre de grasa: mínimo 12 %

VITA DELI CAPISTRANO

Jamón de pavo, México, 250 g



\$51 PRECIO POR PAQUETE
\$20 PRECIO POR 100 g

Sodio mg/100 g:
457

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
86

EXCESO SODIO

- Información comercial: ☒
- Contenido neto: ☒
- Grasa %: **2.9**
- Proteína %: **12.9**
- Proteína libre de grasa %: **13.3**
- Humedad %: **74.1**
- Fécula %: **6.1**
- Carbohidratos %: **7**
- Contenido energético kcal/100 g: **107**

• La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no está en la misma tipografía y tamaño, por lo que incumple la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

Quién es Quién en los precios

Precios promedio de jamones en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Campeche, Morelia y Saltillo, levantados del 26 de mayo al 2 de junio de 2025.

\$ Precio promedio y redondeado por paquete.

\$ Precio promedio y redondeado por 100 g.

ZWAN PREMIUM

Jamón de pavo Virginia, México, 400 g



\$89 PRECIO POR PAQUETE
\$22 PRECIO POR 100 g

Sodio mg/100 g:
883

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
110

EXCESO SODIO

- Información comercial: ☒
- Contenido neto: ☒
- Grasa %: **3.5**
- Proteína %: **11.5**
- Proteína libre de grasa %: **11.9**
- Humedad %: **74.3**
- Fécula %: **6.5**
- Carbohidratos %: **7**
- Contenido energético kcal/100 g: **106**

• La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no está en la misma tipografía y tamaño, por lo que incumple la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

Jamón de pierna comercial

CAPISTRANO CALIFORNIA

Jamón de pierna, México, 250 g



\$44 PRECIO POR PAQUETE
\$18 PRECIO POR 100 g

Sodio mg/100 g:
914

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
119

EXCESO SODIO

- Información comercial: ☒
- Contenido neto: ☒
- Grasa %: **3.4**
- Proteína %: **12.3**
- Proteína libre de grasa %: **12.8**
- Humedad %: **75.7**
- Fécula %: **4.3**
- Carbohidratos %: **5**
- Contenido energético kcal/100 g: **100**

• La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no está en la misma tipografía y tamaño, por lo que incumple la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

FUD

Jamón de pierna horneado, México, 430 g



\$68 PRECIO POR PAQUETE
\$16 PRECIO POR 100 g

Sodio mg/100 g:
926

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
107

EXCESO SODIO

- Información comercial: ☒
- Contenido neto: ☒
- Grasa %: **2.7**
- Proteína %: **11.0**
- Proteína libre de grasa %: **11.3**
- Humedad %: **73.4**
- Fécula %: **7.9**
- Carbohidratos %: **9**
- Contenido energético kcal/100 g: **105**

• Aunque presenta la clasificación, esta no forma parte de la denominación del producto y no está en la misma tipografía y tamaño, por lo que incumple la NOM-051-SCFI/SSA1-2010

• Tiene menos proteína de la declarada.

Productos ordenados alfabéticamente.

Jamón de pierna comercial

Quién es Quién en los precios

Precios promedio de jamones en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Campeche, Morelia y Saltillo, levantados del 26 de mayo al 2 de junio de 2025.

- \$ Precio promedio y redondeado por paquete.
- \$ Precio promedio y redondeado por 100 g.
- \$ Precio proporcionado por el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor, ya que el producto no se encontró en campo.

NUTRI DELI

Jamón de pierna, México, 250 g



\$35 PRECIO POR PAQUETE
\$14 PRECIO POR 100 g

Sodio mg/100 g:
1198

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
87

EXCESO SODIO

- Información comercial: **⊗**
- Contenido neto: **✓**
- Grasa %: **2.6**
- Proteína %: **12.0**
- Proteína libre de grasa %: **12.3**
- Humedad %: **74.6**
- Fécula %: **6.3**
- Carbohidratos %: **7**
- Contenido energético kcal/100 g: **100**
- La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no está en la misma tipografía y tamaño, por lo que incumple la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.
- Tiene más sodio del declarado.

RIOJANO

Jamón de pierna horneado, México, A granel



\$475 PRECIO POR PAQUETE
\$N/A PRECIO POR 100 g

Sodio mg/100 g:
813

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
80

- Información comercial: **⊗**
- Contenido neto: **No aplica**
- Grasa %: **3.3**
- Proteína %: **12.0**
- Proteína libre de grasa %: **12.4**
- Humedad %: **76.1**
- Fécula %: **5.8**
- Carbohidratos %: **6**
- Contenido energético kcal/100 g: **100**
- La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no está en la misma tipografía y tamaño, por lo que la información no es clara y veraz, incumpliendo el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.*



Jamón de cerdo y pavo comercial

FUD

Jamón de pavo y cerdo Virginia, México, 290 g



\$52 PRECIO POR PAQUETE
\$18 PRECIO POR 100 g

Sodio mg/100 g:
643

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
18

EXCESO SODIO

- Información comercial: **⊗**
- Contenido neto: **✓**
- Grasa %: **2.7**
- Proteína %: **12.5**
- Proteína libre de grasa %: **12.8**
- Humedad %: **75.3**
- Fécula %: **5.2**
- Carbohidratos %: **6**
- Contenido energético kcal/100 g: **98**
- La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no está en la misma tipografía y tamaño, por lo que incumple con la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

DYN

Jamón de pavo y cerdo comercial, México, a granel



\$79 PRECIO POR PAQUETE
\$8 PRECIO POR 100 g

Sodio mg/100 g:
934

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
87

EXCESO SODIO

- Información comercial: **⊗**
- Contenido neto: **No aplica**
- Grasa %: **3.5**
- Proteína %: **11.7**
- Proteína libre de grasa %: **12.1**
- Humedad %: **73.4**
- Fécula %: **8.8**
- Carbohidratos %: **8**
- Contenido energético kcal/100 g: **112**
- Presenta error en la unidad de carbohidratos: dice mg y debe decir g.
- No demuestra el orden cuantitativo de sus ingredientes.

ZWAN PREMIUM

Jamón de cerdo y pavo Virginia, México, a granel



\$232 PRECIO POR PAQUETE
\$23 PRECIO POR 100 g

Sodio mg/100 g:
915

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
61

- Información comercial: **⊗**
- Contenido neto: **No aplica**
- Grasa %: **3.8**
- Proteína %: **12.3**
- Proteína libre de grasa %: **12.8**
- Humedad %: **73.8**
- Fécula %: **6.3**
- Carbohidratos %: **7**
- Contenido energético kcal/100 g: **111**
- La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no está en la misma tipografía y tamaño, por lo que la información no es clara y veraz, incumpliendo el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.*
- Tiene más sodio del declarado.

* Por tratarse de un producto para venta a granel. Productos ordenados alfabéticamente.

Jamón de pavo y cerdo económico

Proteína total libre de grasa: mínimo 10 %

Quién es Quién en los precios

Precios promedio de jamones en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Campeche, Morelia y Saltillo, levantados del 26 de mayo al 2 de junio de 2025.

\$ Precio promedio y redondeado por envase.

\$ Precio promedio y redondeado por 100 g.

\$ Precio proporcionado por el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor, ya que el producto no se encontró en campo.

BAFAR AMERICANO

Jamón de pavo y cerdo, México, 200 g



\$29 PRECIO POR PAQUETE
\$14 PRECIO POR 100 g

Sodio mg/100 g: 940

Nitritos mg/kg máximo 156 mg/kg: 52

EXCESO SODIO

- Información comercial: ✖
- Contenido neto: ✔
- Grasa %: **1.8**
- Proteína %: **10.0**
- Proteína libre de grasa %: **10.2**
- Humedad %: **73.9**
- Fécula %: **8.8**
- Carbohidratos %: **13**
- Contenido energético kcal/100 g: **108**

La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no está en la misma tipografía y tamaño, por lo que incumple la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

Tiene menos grasa de la declarada.

BAFAR CLÁSICO

Jamón de pavo y cerdo, México, a granel



\$136 PRECIO POR PAQUETE
\$14 PRECIO POR 100 g

Sodio mg/100 g: 912

Nitritos mg/kg máximo 156 mg/kg: 113

- Información comercial: ✖
- Contenido neto: **No aplica**
- Grasa %: **6.5**
- Proteína %: **9.3**
- Proteína libre de grasa %: **9.9**
- Humedad %: **73.3**
- Fécula %: **8.8**
- Carbohidratos %: **8**
- Contenido energético kcal/100 g: **127**

La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no está en la misma tipografía y tamaño, por lo que la información no es clara y veraz, incumpliendo el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.*

BAFAR LUNCH

Jamón de pavo y cerdo, México, 220 g



\$30 PRECIO POR PAQUETE
\$13 PRECIO POR 100 g

Sodio mg/100 g: 936

Nitritos mg/kg máximo 156 mg/kg: 43

EXCESO SODIO

- Información comercial: ✖
- Contenido neto: ✔
- Grasa %: **5.7**
- Proteína %: **10.0**
- Proteína libre de grasa %: **10.6**
- Humedad %: **73.5**
- Fécula %: **7.0**
- Carbohidratos %: **7**
- Contenido energético kcal/100 g: **121**

La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no se encuentra en la misma tipografía y tamaño, por lo que incumple la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

Tiene menos grasa de la declarada.

Jamón de pavo económico

CHIMEX

Jamón de pavo clásico, México, a granel



\$140 PRECIO POR PAQUETE
\$14 PRECIO POR 100 g

Sodio mg/100 g: 716

Nitritos mg/kg máximo 156 mg/kg: 90

- Información comercial: ✖
- Contenido neto: **No aplica**
- Grasa %: **2.7**
- Proteína %: **10.6**
- Proteína libre de grasa %: **10.9**
- Humedad %: **75.5**
- Fécula %: **7.1**
- Carbohidratos %: **8**
- Contenido energético kcal/100 g: **99**

La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no está en la misma tipografía y tamaño, por lo que la información no es clara y veraz, incumpliendo el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.*

EL MEXICANO

Jamón campirano de pavo, México, a granel



\$295 PRECIO POR PAQUETE
\$N/A PRECIO POR 100 g

Sodio mg/100 g: 949

Nitritos mg/kg máximo 156 mg/kg: 191

- Información comercial: ✖
- Contenido neto: **No aplica**
- Grasa %: **3.7**
- Proteína %: **10.0**
- Proteína libre de grasa %: **10.4**
- Humedad %: **75.4**
- Fécula %: **6.0**
- Carbohidratos %: **8**
- Contenido energético kcal/100 g: **104**

La clasificación que presenta no forma parte de la denominación del producto y no está en la misma tipografía y tamaño, por lo que la información no es clara y veraz, incumpliendo el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.*

Tiene más nitritos de los permitidos.

Imitación jamón vegano

BENJI

Imitación jamón 100 % vegano, México, 250 g



\$89 PRECIO POR PAQUETE
\$36 PRECIO POR 100 g

Sodio mg/100 g: 503

Nitritos mg/kg máximo 156 mg/kg: 95

EXCESO SODIO

- Información comercial: ✖
- Contenido neto: ✔
- Grasa %: **0.5**
- Proteína %: **28.6**
- Proteína libre de grasa %: **28.8**
- Humedad %: **61.1**
- Fécula %: **8.4**
- Carbohidratos %: **9**
- Contenido energético kcal/100 g: **157**

La denominación del producto no aparece en la parte superior izquierda de la superficie principal de exhibición, colocándose la palabra IMITACIÓN al principio, en mayúsculas y negritas, sobre un fondo claro, con un tamaño del doble al resto de la denominación, incumpliendo la NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

Tiene menos proteína de la declarada.

Tiene más sodio del declarado.

* Por tratarse de un producto para venta a granel. Productos ordenados alfabéticamente.

CONCLUSIONES

DE JAMONES

INFORMACIÓN COMERCIAL

- ✓ Todos cumplen con la calidad sanitaria.
- ✗ Un producto no cumple con el contenido de nitritos permitido.
- ✗ Tres productos no cumplen con el contenido de proteína declarado en la etiqueta.
- ✗ Dos productos no cumplen con el contenido de grasa declarado en la etiqueta.
- ✗ Cuatro productos no cumplen con el contenido de sodio declarado en la etiqueta.

NO CUMPLE CON EL CONTENIDO DE NITRITOS

El siguiente producto no cumple con el contenido de nitritos que establece el Acuerdo de aditivos:



EL MEXICANO

NO CUMPLEN CON SU DECLARACIÓN NUTRIMENTAL

Los siguientes productos declaran menos proteína de la que contienen:



BAFAR VIRGINIA



FUD

NO CUMPLEN EN SU DECLARACIÓN NUTRIMENTAL

Los siguientes productos declaran menos grasa de la que contienen:



Declara
9 %
Contiene
1.8 %

BAFAR AMERICANO



Declara
9 %
Contiene
5.7 %

BAFAR LUNCH

Los siguientes productos declaran menos sodio del que contienen:

Declara
950 mg/100 g
Contiene
1 030 mg/100 g



CHIMEX IBERO BARCELONA

Declara
780 mg/100 g
Contiene
1 198 mg/100 g



NUTRI DELI

Declara
771 mg/100 g
Contiene
915 mg/100 g



ZWAN PREMIUM

El siguiente producto declara más proteína y menos sodio de lo que contiene:

Proteína
Declara
34 %
Contiene
28.6 %



BENJI

Sodio
Declara
295 mg/100 g
Contiene
503 mg/100 g

PRODUCTOS CON OTRAS DENOMINACIONES QUE NO SON JAMÓN

Algunas marcas han puesto en el mercado productos que visualmente se asemejan al jamón pero que no lo son y los denominan *embutido*, *embutido cárnico*, *embutido cárnico cocido*, *embutido cocido de carne de cerdo y pavo*, *embutido cocido con pavo*, *producto cárnico cocido*, entre otros.

Se trata de productos que están fuera de la Norma Oficial Mexicana NOM-158-SCFI-2003, *Jamón-Denominación y clasificación comercial, especificaciones físicoquímicas, microbiológicas, organolépticas, información comercial y métodos de prueba*, y que, en las imágenes de sus empaques utilizan referencias casi idénticas a las que aparecen en empaques de jamón.

Además, estos productos con otras denominaciones están a la venta en los mismos refrigeradores y a un lado de los jamones. Así fue como el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor, al adquirir las muestras para este Estudio de Calidad, detectó que no están dentro del alcance de la norma y que puede tratarse de productos imitación.

Estos productos intentan engañar a las personas consumidoras haciéndose pasar por jamón.

Embutidos

Quién es Quién en los precios

Precios promedio de jamones en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Campeche, Morelia y Saltillo, levantados del 26 de mayo al 2 de junio de 2025.

- \$ Precio promedio y redondeado por envase.
- \$ Precio promedio y redondeado por 100 g.

ALPINO

Embutido, México, 1 kg



\$103
PRECIO POR PAQUETE

\$10
PRECIO POR 100 g

EXCESO SODIO

► Sodio mg/100 g:
1155

► Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
153

► Información comercial: **✗**

- Contenido neto: **✓**
- Grasa %: **4.7**
- Proteína %: **9.8**
- Proteína libre de grasa %: **10.3**
- Humedad %: **71.9**
- Fécula %: **9.4**
- Carbohidratos %: **10**
- Contenido energético kcal/100 g: **123**

• La información no es clara, por lo que induce a engaño, incumpliendo el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.

Productos ordenados alfabéticamente.

AURRERA

Embutido cocido de carne de cerdo y carne de pavo, México, 500 g



\$38
PRECIO POR PAQUETE

\$8
PRECIO POR 100 g

EXCESO SODIO

► Sodio mg/100 g:
864

► Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
117

► Información comercial: **✗**

- Contenido neto: **✗**
- Grasa %: **3.6**
- Proteína %: **9.6**
- Proteína libre de grasa %: **10.0**
- Humedad %: **70.6**
- Fécula %: **10.4**
- Carbohidratos %: **12**
- Contenido energético kcal/100 g: **123**

• La información no es clara, por lo que induce a engaño, incumpliendo el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.

• Tiene menos contenido neto del declarado.

AURRERA

Embutido cárnico cocido con pavo, México, 500 g



\$43
PRECIO POR PAQUETE

\$9
PRECIO POR 100 g

EXCESO SODIO

► Sodio mg/100 g:
877

► Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
98

► Información comercial: **✗**

- Contenido neto: **✓**
- Grasa %: **5.0**
- Proteína %: **9.6**
- Proteína libre de grasa %: **10.1**
- Humedad %: **71.0**
- Fécula %: **9.6**
- Carbohidratos %: **11**
- Contenido energético kcal/100 g: **131**

• La información no es clara, por lo que induce a engaño, incumpliendo el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.

Embutidos

Quién es Quién en los precios

Precios promedio de jamones en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Campeche, Morelia y Saltillo, levantados del 26 de mayo al 2 de junio de 2025.

\$ Precio promedio y redondeado por envase.

\$ Precio promedio y redondeado por 100 g.

\$ Precio proporcionado por el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor, ya que el producto no se encontró en campo.

BAFAR CLÁSICO

Embutido cárnico, México, 400 g



Sodio mg/100 g:
1125

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
35

Información comercial: **✗**

Contenido neto: **✓**

Grasa %: **6.5**

Proteína %: **9.5**

Proteína libre de grasa %: **10.2**

Humedad %: **72.2**

Fécula %: **6.9**

Carbohidratos %: **8**

Contenido energético kcal/100 g: **132**

La información no es clara, por lo que induce a engaño, incumpliendo el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.

Tiene menos grasa de la declarada.

CHIMEX

Embutido cárnico, México, 396 g



Sodio mg/100 g:
908

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
151

Información comercial: **✗**

Contenido neto: **✓**

Grasa %: **2.2**

Proteína %: **10.8**

Proteína libre de grasa %: **11.0**

Humedad %: **73.9**

Fécula %: **7.5**

Carbohidratos %: **10**

Contenido energético kcal/100 g: **103**

La información no es clara, por lo que induce a engaño, incumpliendo el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.

DUBY

Embutido, México, 500 g



Sodio mg/100 g:
892

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
97

Información comercial: **✗**

Contenido neto: **✓**

Grasa %: **5.7**

Proteína %: **7.5**

Proteína libre de grasa %: **8.0**

Humedad %: **70.3**

Fécula %: **10.5**

Carbohidratos %: **13**

Contenido energético kcal/100 g: **137**

La información no es clara, por lo que induce a engaño, incumpliendo el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.

Tiene menos grasa de la declarada.

GALICIA VIRGINA

Producto cárnico cocido, México, a granel



Sodio mg/100 g:
1 023

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
119

Información comercial: **✗**

Contenido neto: **No aplica**

Grasa %: **2.7**

Proteína %: **11.7**

Proteína libre de grasa %: **12.0**

Humedad %: **74.4**

Fécula %: **6.0**

Carbohidratos %: **8**

Contenido energético kcal/100 g: **103**

La información no es clara, por lo que induce a engaño, incumpliendo el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.

La denominación del producto no se coloca en el área principal de exhibición. Ostenta 12 % proteína libre de grasas y Virginia, lo que induce a error respecto a la naturaleza del producto.

Tiene más sodio del declarado.

GALY GALICIA

Embutido cárnico, México, a granel



Sodio mg/100 g:
706

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
163

Información comercial: **✗**

Contenido neto: **No aplica**

Grasa %: **2.4**

Proteína %: **9.6**

Proteína libre de grasa %: **9.9**

Humedad %: **73.2**

Fécula %: **9.8**

Carbohidratos %: **12**

Contenido energético kcal/100 g: **107**

La información no es clara, por lo que induce a engaño, incumpliendo el artículo 32 de la Ley Protección al Consumidor.

Tiene menos grasa de la declarada. Tiene más nitritos de los permitidos.

KIR CLÁSICO

Embutido, México, 1 kg



Sodio mg/100 g:
1 204

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
116

Información comercial: **✗**

Contenido neto: **✓**

Grasa %: **4.9**

Proteína %: **10.1**

Proteína libre de grasa %: **10.6**

Humedad %: **71.3**

Fécula %: **9.5**

Carbohidratos %: **10**

Contenido energético kcal/100 g: **126**

La información no es clara, por lo que induce a engaño, incumpliendo el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.

Tiene más sodio del declarado.

* Por tratarse de un producto para venta a granel. Productos ordenados alfabéticamente.

Embutidos

Quién es Quién en los precios

Precios promedio de jamones en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Campeche, Morelia y Saltillo, levantados del 26 de mayo al 2 de junio de 2025.

- \$ Precio promedio y redondeado por envase.
- \$ Precio promedio y redondeado por 100 g.
- \$ Precio proporcionado por el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor, ya que el producto no se encontró en campo.

KIR LUNCH

Embutido, México, 220 g



Sodio mg/100 g:
933

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
150

- Información comercial: **NO CUMPLE**
- Contenido neto: **200 g**
- Grasa %: **4.2**
- Proteína %: **10.0**
- Proteína libre de grasa %: **10.5**
- Humedad %: **72.2**
- Fécula %: **9.8**
- Carbohidratos %: **12**
- Contenido energético kcal/100 g: **128**

La información no es clara, por lo que induce a engaño, incumpliendo el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.

NUTRI DELI

Embutido cocido de cerdo y pavo, México, 400 g



Sodio mg/100 g:
951

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
154

- Información comercial: **NO CUMPLE**
- Contenido neto: **300 g**
- Grasa %: **2.0**
- Proteína %: **10.6**
- Proteína libre de grasa %: **10.8**
- Humedad %: **71.9**
- Fécula %: **10.2**
- Carbohidratos %: **12**
- Contenido energético kcal/100 g: **110**

La información no es clara, por lo que induce a engaño, incumpliendo el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.

SAN ANTONIO

Embutido cárnico, México, a granel



Sodio mg/100 g:
980

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
133

- Información comercial: **NO CUMPLE**
- Contenido neto: **No aplica**
- Grasa %: **5.5**
- Proteína %: **10.4**
- Proteína libre de grasa %: **11.0**
- Humedad %: **72.3**
- Fécula %: **8.2**
- Carbohidratos %: **8**
- Contenido energético kcal/100 g: **127**

La información no es clara, por lo que induce a engaño, incumpliendo el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.*

TRES CASTILLOS

Embutido cárnico cocido, México, a granel



Sodio mg/100 g:
964

Nitritos mg/kg
máximo 156 mg/kg
96

- Información comercial: **NO CUMPLE**
- Contenido neto: **No aplica**
- Grasa %: **8.5**
- Proteína %: **8.0**
- Proteína libre de grasa %: **8.8**
- Humedad %: **67.1**
- Fécula %: **11.1**
- Carbohidratos %: **13**
- Contenido energético kcal/100 g: **164**

La información no es clara, por lo que induce a engaño, incumpliendo el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.*

Tiene menos proteína de la declarada.

* Por tratarse de un producto para venta a granel.
Productos ordenados alfabéticamente.

CONCLUSIONES

DE PRODUCTOS CON OTRAS DENOMINACIONES

INFORMACIÓN COMERCIAL

✗ En todos los productos autodenominados embutidos, los fabricantes no demostraron con evidencia clara de dónde surge su denominación. Así como tampoco demostraron con una explicación técnica válida por qué no son productos IMITACIÓN.

Según el *Diccionario de la Lengua Española*, un embutido es una "tripa rellena con carne picada, principalmente de cerdo, así como también tripa rellena de diversos ingredientes", por lo que pueden incumplir el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.

- ✗ Un producto no cumple con el contenido neto declarado en la etiqueta.
- ✗ Un producto no cumple con el contenido de nitritos permitido.
- ✗ Un producto no cumple con el contenido de proteína declarado en la etiqueta.
- ✗ Dos productos no cumplen con el contenido de sodio declarado en la etiqueta.
- ✗ Tres productos no cumplen con el contenido de grasa declarado en la etiqueta.
- ✓ Todos cumplen con la calidad sanitaria.

NO CUMPLE CON EL CONTENIDO NETO DECLARADO

El siguiente producto contiene menos del contenido neto que declara:



AURRERA

NO CUMPLE CON EL CONTENIDO DE NITRITOS

El siguiente producto no cumple con el contenido de nitritos que establece el Acuerdo de aditivos:



GALY GALICIA

NO CUMPLEN EN SU DECLARACIÓN NUTRIMENTAL

El siguiente producto declara más proteína de la que contiene:



TRES CASTILLOS

Los siguientes productos declaran menos sodio del que contienen:



GALICIA VIRGINIA



KIR CLÁSICO

Los siguientes productos declaran menos grasa de la que contienen:



BAFAR CLÁSICO



DUBY



GALY GALICIA

HAZ UN CONSUMO INFORMADO

En el mercado puedes encontrar productos que se autodenominan “embutidos” o algo similar. En todos los casos analizados, los fabricantes no demostraron con evidencia clara de dónde surge esta denominación. Tampoco demostraron con una explicación técnica válida por qué no son productos IMITACIÓN.

Antes de adquirir un producto, lee siempre la etiqueta para que sepas qué estás llevando contigo. Para los autodenominados “embutidos” no existe ninguna nor-

mativa nacional que les otorgue una denominación ni que regule el tipo de carne u otros ingredientes utilizados.

Pueden contener cualquier parte del pollo, pavo, cerdo o, incluso, pastas cárnicas. La cantidad de soya es más elevada que en el jamón y pueden contener cualquier porcentaje de fécula.



RECOMENDACIONES DE COMPRA Y CONSUMO

DE COMPRA



Asegúrate de adquirir el producto que quieres

En el mercado encontrarás productos que, en su presentación, pueden parecer jamón, pero que en realidad no lo son y no tienen el mismo aporte proteico.



Revisa el etiquetado frontal

Cuanto más sellos y leyendas tenga un producto, menos recomendable es.



Evita romper la cadena de frío

Recuerda que deben ser los últimos productos en entrar a tu carrito y los primeros en ir al refrigerador.



Lee la etiqueta

Verifica la fecha de caducidad, los ingredientes —en caso de que seas alérgico a alguno de ellos— y la declaración nutricional, sobre todo de sodio. Recuerda que la Organización Mundial de la Salud recomienda no consumir más de 2 gramos de sodio al día.



Adquiérellos en establecimientos fijos

Así podrás comparar diferentes marcas y te asegurarás de que estuvo en refrigeración.

DE CONSUMO



Consulta a tu médico

Los jamones y los productos cárnicos en general contienen gran cantidad de sodio, por lo que no es conveniente que las personas con hipertensión los consuman; además, todas las personas debemos moderar su ingesta.



Conoce más sobre el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor

laboratorio.profeco.gob.mx

