

REVISTA DEL

ISSN 0185-8874

# CONSUMIDOR

Octubre 2000 • Número 284 • México • \$15.00

***Las mejores  
marcas de  
teléfonos  
celulares***

■  
**Calidad de  
pantalones  
casuales**

■  
**Qué le ofrecen  
los cibercafés**

■  
**¡Cuidado con los  
MASAJES!**

■  
**Dónde reparar su  
computadora**



# Radio

Revista del Consumidor

## Domingo

- Iguala, Gro., 6:00 a 6:15, XEIG / 880 AM
- Chihuahua, Chih., 17:00 a 17:15, Mega Radio XEQD / 920 AM
- Chihuahua, Chih., 20:00 a 20:15, XEHES / 10.40 AM
- Chihuahua, Chih., 23:45 a 24:00, XEFO / 6.80 AM

## Lunes

- Cancún, Q. Roo, 10:35 a 10:50, Radio Ayuntamiento / 105.9 FM
- Parral, Chih., 13:30 a 13:45, XEAT / 120 AM
- Chihuahua, Chih., 17:00 a 17:15, Mega Radio XEQD / 920 AM
- Chihuahua, Chih., 20:00 a 20:15, XEHES / 10.40 AM
- Delicias, Chih., 21:00 a 21:15, XEHM / 14.80 AM
- Iguala, Gro., 21:45 a 22:00, HHIGA / 93.9 AM
- Chihuahua, Chih., 23:45 a 24:00, XEFO / 6.80 AM

## Martes

- Iguala, Gro., 16:30 a 16:45, XEKF / 1360 AM
- Chihuahua, Chih., 17:00 a 17:15, Mega Radio XEQD / 920 AM
- Chihuahua, Chih., 20:00 a 20:15, XEHES / 10.40 AM
- Iguala, Gro., 21:45 a 22:00, HHIGA / 93.9 AM
- Chihuahua, Chih., 23:45 a 24:00, XEFO / 6.80 AM

## Miércoles

- Cancún, Q. Roo, 10:35 a 10:50, Radio Ayuntamiento / 105.9 FM
- Chihuahua, Chih., 17:00 a 17:15, Mega Radio XEQD / 920 AM
- Chihuahua, Chih., 20:00 a 20:15, XEHES / 10.40 AM
- Iguala, Gro., 21:45 a 22:00, HHIGA / 93.9 AM
- Chihuahua, Chih., 23:45 a 24:00, XEFO / 6.80 AM

## Jueves

- Iguala, Gro., 16:30 a 16:45, XEKF / 1360 AM
- Chihuahua, Chih., 17:00 a 17:15, Mega Radio XEQD / 920 AM
- Chihuahua, Chih., 20:00 a 20:15, XEHES / 10.40 AM
- Iguala, Gro., 21:45 a 22:00, HHIGA / 93.9 AM
- Chihuahua, Chih., 23:45 a 24:00, XEFO / 6.80 AM

## Viernes

- Veracruz, Ver., 5:45 a 6:00, XELL / 1010 AM
- Cancún, Q. Roo, 10:35 a 10:50, Radio Ayuntamiento / 105.9 FM
- Ojinaga, Chih., 16:00 a 16:15, XEARE
- Chihuahua, Chih., 17:00 a 17:15, Mega Radio XEQD / 920 AM
- Chihuahua, Chih., 20:00 a 20:15, XEHES / 10.40 AM
- Iguala, Gro., 21:45 a 22:00, HHIGA / 93.9 AM
- Chihuahua, Chih., 23:45 a 24:00, XEFO / 6.80 AM

## Sábado

- Chihuahua, Chih., 17:00 a 17:15, Mega Radio XEQD / 920 AM
- Chihuahua, Chih., 20:00 a 20:15, XEHES / 10.40 AM
- Chihuahua, Chih., 23:45 a 24:00, XEFO / 6.80 AM
- San Luis Potosí S. L. P., 20:45 a 21:00, XECZ / AM
- San Luis Potosí S. L. P., 19:07 a 19:22, XHNB / FM



# T.V.

Revista del Consumidor

## Lunes

- Canal 9 / 24:00 a 00:30 en México, D. F.
- Canal 11 / 13:00 a 13:30 en México, D. F.

## Martes

- Canal 2 / 05:00 a 05:30 en México, D. F.

## Miércoles

- Canal 4 / 00:30 a 01:00 en México, D. F.
- Canal 7 / 11:00 a 11:30 en México, D. F.
- Canal 40 / 12:00 a 12:30 en México, D. F.
- Canal 13 / 7:45 a 8:15 en Chihuahua, Chih.
- Canal 7 / 7:45 a 8:15 en Chihuahua, Chih.
- Canal 4 / 7:45 a 8:15 en Chihuahua, Chih.
- Canal 10 / 20:30 a 21:00 en Chihuahua, Chih.

## Viernes

- Canal 13 / 06:30 a 07:00 en México, D. F.
- Canal 22 / 14:00 a 14:30 en México, D. F.
- EDUSAT / 11:30 a 12:00 en México, D. F.

## Sábado

- Canal 13 / 8:30 a 9:00 en Cancún, Q. Roo

## Domingo

- Canal 13 / 9:00 a 9:30 en Parral, Chih.



Los programas Radio y TV Revista del Consumidor se transmiten dentro del tiempo oficial de la Dirección General de Radio, Televisión y Cinematografía (RTC), por lo cual le invitamos a confirmar el horario de transmisión -en especial de la TV Revista- en las carteleras de programación que aparecen en los diarios, bajo el rubro de RTC.



Editorial

## Directorio

**Procurador Federal  
del Consumidor**  
Eduardo Almeyda Armenta

**Editora**  
Martha Susana Ruiz

**Directora General  
de Publicaciones**  
Margarita Luna Ballina

**Director Editorial**  
Enrique Parada García

**Directora de Arte y Diseño**  
Norma Patiño Domínguez

**Jefe de Redacción**  
Guillermo Torres Caballero

**Jefa de Corrección**  
Dora Torres Ponce

**Jefes de Diseño Gráfico**  
Víctor M. Gutiérrez García  
Pedro O. Castellanos Gómez

**Reporteros**  
Graciela Muñoz Ariza  
Lorena M. Romo Maldonado  
Eduardo Alfredo Mena Pérez  
Yureli Cacho Carranza

**Corrección**  
Alejandra Sánchez Plascencia

**Diseño**  
Mónica Miranda Villalba  
Margarito Sánchez Cabrera  
Alfonso J. Solís Loza  
Roberto Paz Amaya

**Fotografía**  
Edgar Mendoza Serrano  
Francisco Alatríste Torres  
Francisco Gutiérrez Canto

**Teléfonos de la revista**  
(5)211•90•82 ó (5)625•67•00  
exts. 6930, 6927 ó 6926

**Fax**  
(5)553•05•74

**Envíe su correspondencia a**  
José Vasconcelos 208,  
piso 14, colonia Condesa,  
C. P. 06140, Delegación  
Cuauhtémoc, o al A. P. 20600,  
México, D. F.

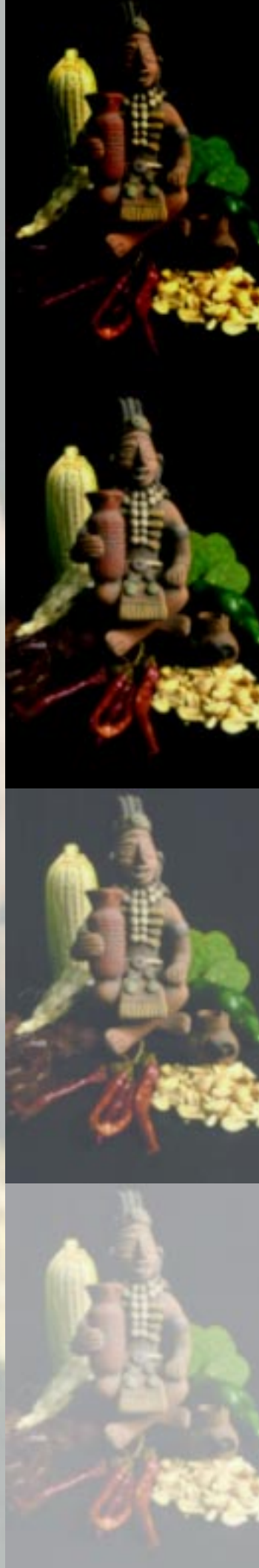
# De México para el mundo

En octubre se conmemora un año más del histórico encuentro entre los llamados «Viejo» y «Nuevo Mundo», y es momento propicio para reflexionar en torno a las maravillas que la naturaleza mexicana le ha prodigado a propios y extraños por más de 500 años, lo cual -por cierto- también ha transformado sensiblemente la forma de ver y vivir el mundo del consumo hasta nuestros días.

Entre los ejemplos para describir la generosidad de nuestro país figuran, en primer sitio, los tesoros del reino vegetal, como el maíz, frijol, cacahuete, algodón, chile, jitomate «bola», henequén, nopal, cacao, chicle y vainilla, entre muchos más; debe advertirse que dichos productos nativos de México han dado pie a prósperos emporios multinacionales. También han sido motivo de asombro los milagros de la fauna mexicana, como el coyote, el perro *xoloitzcuintle* y el *hueyxolotl* o guajolote, entre otros; este último ha maravillado al mundo a tal grado que es el invitado de honor en las festividades de fin de año de muchos países, junto con la también mexicanísima flor de «Nochebuena».

Pero México no sólo le ha convidado sus riquezas naturales al mundo, sino también el talento de los artesanos y la magia de sus manos, que han dado de qué hablar merced a la profusión de obras de toda índole: cestería, textiles, talabartería, orfebrería, vidriería, cerámica, huesería, metalistería de cobre, cartonería, ¡de todo! Y qué decir de algunos de nuestros productos manufacturados que, teniendo denominación de origen, como el tequila, hacen eco de nuestro nombre y excelencia en el mercado internacional.

No cabe duda de que México le ha dado tesoros a manos llenas al mundo. Sin embargo no todas las personas, incluidos los propios mexicanos, conocemos ni valoramos el origen de dichas maravillas que, en ocasión del «Día de la Raza», bien pudieran servir como un gentil recordatorio a la memoria colectiva, además de una elocuente provocación a nuestra inteligencia y sensibilidad como nación.





## Miscelánea del consumo

3



## Quién es quién en los precios

- Artículos de higiene personal

5



## Antes de contratar

- Talleres para su PC
- Cibercafés

11



## Espejo del consumo

- Gilles Lipovetsky

15



## Por su salud

- ¡Cuidado con los masajes!
- Acné

20



## Qué hay detrás de...

- Medicamentos contra el insomnio

52



## Alimentación y nutrición

- Día Mundial de la Alimentación
- ¿Qué es la fibra dietética?
- Cómo comprar uva y papa
- Mitos y realidades de la toronja

55



## ¡Sáquele provecho!

- Tinacos

62



## Consumo ingenio

- Jarrón de papel maché

63



## Los pequeños consumidores

73



## Buzón del consumidor

79

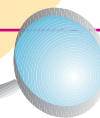
25



## Reporte especial

- Calidad de teléfonos celulares

**Tecnologías  
domésticas  
y platillos sabios  
en páginas centrales  
¡coleccionables!**



## Bajo la lupa

- Calidad de pantalones casuales

65



## Alerta: ¡cuidado con las llantas Firestone!



En el mes de agosto del 2000, en México se difundió una noticia que causó revuelo: el peligro que representaban las llantas fabricadas por la empresa **Bridgestone-Firestone**, modelos **ATX**, **TAX 2** y **Wilderness AT**, medidas 235-75 R15, las cuales presentaban graves defectos. Los neumáticos, fabricados en la planta de Illinois, Estados Unidos, se hicieron con material contaminado y formaban parte del equipo original de los modelos nuevos de camionetas **Ford Explorer**.

Ante dicho riesgo, PROFECO realiza un llamado de alerta a todos los usuarios de este tipo de camionetas, o bien,

a quienes hayan adquirido estos modelos de llantas, para que **revisen en el costado de los neumáticos si tienen incluidas** -en el inicio del número de serie- **las letras VD**; de ser así deben acudir de inmediato al centro de distribución **Firestone** más cercano a fin de exigir el cambio gratuito de neumáticos.

Por su parte, la empresa **Ford Motor** en México envió comunicados a los propietarios de las camionetas **Explorer** para informarles sobre el riesgo.

Para aclarar cualquier duda o atender irregularidades, PROFECO pone a su disposición los teléfonos 55-68-87-22 y 52-11-64-14, o bien, Lada sin costo 01-800-903-13-00.

## Festejos de fin de año

Se acerca la temporada de fin de año y con ella los grandes festejos, los cuales suelen propiciar el consumo indiscriminado. Una de las fechas más representativas de nuestro país es sin duda la **festividad del Día de Muertos**, en la cual se desarrollan diversas actividades relacionadas con tradiciones que datan de la época prehispánica.

Cuenta la historia que en los antiguos pueblos realizaban una ceremonia especial porque suponían que los muertos tenían permiso de *Mictlantecutli* (señor de los muertos en la mitología náhuatl) para visitar a sus parientes que aún vivían.

Por lo tanto, en esta época es costumbre recordar a nuestros seres queridos mediante ofrendas en honor a aquellos que se nos adelantaron al «más allá». Sin embargo, no se deje sorprender por los «del más acá»: aquellos vendedores que incrementan los precios de los productos propios de esta temporada (flores de todo tipo, en especial el *cempaxóchitl*, pan de muerto, veladoras, papel picado etcétera). Sobre todo, no se deje llevar por los productos extranjeros que, además de costosos, desvirtúan nuestras tradiciones y perjudican nuestra economía: adornos, disfraces, dulces y juguetes de *halloween*, dejándonos «bruja».

En las organizaciones de consumidores fomentamos las costumbres propias de nuestro país, evitando vestir a los niños de «calabaza» o de «bruja»; en cambio, proponemos la elaboración de ofrendas con materiales de bajo costo, los cuales pueden ser reciclados. También, por medio de las tecnologías domésticas difundimos las recetas de la calabaza en tacha, y sugerencias para hacer los adornos de papel picado.

Recuerde que en México la festividad del Día de Muertos es para halagar y recordar, mientras que en otros países estos días están dedicados al consumismo.

¡Acérquese a PROFECO! En el área de Organización de Consumidores de la delegación más cercana a su domicilio se desarrollan: talleres para la elaboración de pan de muerto y velas; pláticas para el rescate de nuestra identidad cultural; y una serie de actividades -sin costo alguno- para gente de todas las edades, con el único fin de disfrutar de la riqueza de nuestras tradiciones, ¡claro, sin descuidar la economía familiar!

Participe con sus hijos y elabore en familia los artículos necesarios para la

ofrenda, de esta manera ahorrará y contribuirá a conservar nuestra identidad nacional.



## ¡Contra la delincuencia!



La delincuencia es uno de los aspectos que más preocupa a los ciudadanos de este país.

Este hecho ha originado el surgimiento de diversas organizaciones o asociaciones para contrarrestarla, como **México Unido contra la Delincuencia**, asociación civil no lucrativa que tiene como objetivo principal pugnar por el mejoramiento en la impartición de justicia, la depuración de los cuerpos policiacos y la defensa de los derechos de quienes han sido víctimas del delito, con la colaboración conjunta de la ciudadanía y las autoridades.

Para llevar a cabo esta tarea titánica, dicha asociación ha desarrollado dos

programas: la **Red de Colaboración Ciudadana** y **Denunciatel-Denuncianet**.

Este último programa consiste en la recepción de denuncias, así como en proporcionar asesoría jurídica y psicológica a las personas que han sido víctimas de algún delito.

El teléfono de **Denunciatel** es: **56-15-32-91**, y la página web y el correo electrónico en los que usted puede presentar sus denuncias son: [www.denuncianet.org](http://www.denuncianet.org) e [informes@mexicounido.org](mailto:informes@mexicounido.org).

Cabe señalar que este programa se aplica solamente en el Distrito Federal, pero se pretende ampliarlo a todo el país.

## Día Mundial de la Salud Mental

El **10 de octubre** de este año se celebra el **Día Mundial de la Salud Mental**, fecha instituida en 1995 por un grupo de médicos de Nueva York, con el fin de que los hospitales de esta especialidad ofrecieran servicios de calidad y con respeto a la dignidad de las personas.

Este año el lema estará relacionado con la salud mental y los derechos laborales de los enfermos: **«Salud mental en los lugares de trabajo»**.

En México, una de las acciones en be-

neficio de la salud mental de la población ha sido publicar, en el *Diario Oficial de la Federación*, la **Norma Oficial Mexicana NOM-025-SSA-1994**, que se refiere a la prestación de servicios de salud en unidades de atención integral hospitalaria médico-psiquiátrica. Dicha norma tiene por objeto unificar criterios de operación, actividades y actitudes del personal para que proporcionen los servicios en forma continua, integral y con calidad.

Aparte de las unidades de atención

mencionadas, existen otros organismos que proporcionan ayuda médico-psiquiátrica, como el Centro de Investigación y Docencia para la Atención & Calidad Total de Enfermedades Neurológicas, Psiquiátricas y Crónico Degenerativas (CIDAT), organismo civil que presta diversos servicios desde hace cinco años; el costo depende de las posibilidades económicas del paciente.

Para obtener más información sobre este centro llame a los teléfonos 5-554-84-34 ó 5-658-33-43.

## Nuestra página

Por correo electrónico recibimos comentarios positivos sobre nuestra página de Internet. La mayoría de los mensajes señala que la información que proporcionamos a los consumidores les ha resultado de utilidad práctica, o bien, los orienta acerca de cómo hacer valer sus derechos. De la vasta cantidad de correos recibidos, queremos agradecer especialmente los comentarios de los consumidores Hermelinda Noriega de Domínguez, Ricardo Nicolás Jiménez, Dora Nelly Amaya Rodríguez, Roxana García y de la papelería «Chufa».

Si usted aún no conoce nuestra página lo invitamos a visitarnos en <http://www.profeco.gob.mx>. Seguramente encontrará información de su interés.

¡Esperamos su visita!



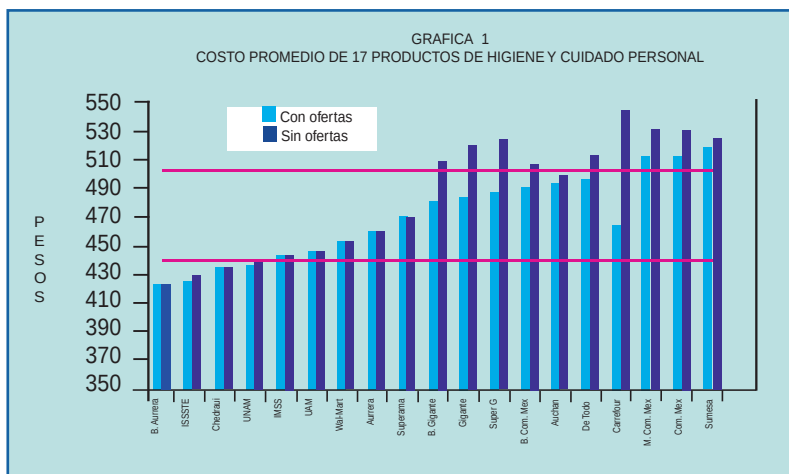
# *Qué le ofrecen las ofertas*

## *en artículos de higiene y cuidado personal*

*A veces, cuando escuchamos la palabra «oferta» creemos que es sinónimo de ahorro, sin embargo esto no siempre resulta cierto, y para demostrarlo nos dimos a la tarea de realizar un comparativo de los niveles de precios con y sin oferta de un grupo de 17 productos de higiene personal y limpieza del hogar<sup>1</sup> entre 19 cadenas comerciales<sup>2</sup>.*

En la realización del presente análisis se utilizó información de los precios promedio para los productos señalados que, durante el mes de agosto, se encontraron en todos los establecimientos considerados. Dicho análisis se dividió en dos etapas; en la primera se evaluó la diferencia entre el costo del conjunto de productos a precios normales en cada establecimiento y el costo de los mismos productos a precios de oferta, tal y como se observa en la Gráfica 1. Además se incluyeron en esta gráfica dos bandas con la finalidad de delimitar las zonas de precios bajos, de precios intermedios y de precios altos, obteniéndose los siguientes resultados:

\* En 13 de las 19 cadenas analizadas se registraron diferencias entre el precio normal y de oferta de la canasta, destacando las registradas en las cadenas



Carrefour, Gigante, Super G y Bodega Gigante, ya que de haber aprovechado las ofertas en dichos establecimientos el ahorro pudo ser de 9.13, 9.00, 7.82 y 7.53 por ciento, respectivamente. Sin embargo esto no significa que hayan sido las mejores opciones de compra, pues como se observa en la gráfica, es-

tas cuatro opciones registraron niveles de precio con ofertas en la zona de precios intermedios.

\* Por otro lado, también se observó que algunos establecimientos que no registran ofertas o éstas no fueron superiores al 1.66 por ciento, presentaron los precios más bajos, tal es el caso de Bodega Aurrera, ISSSTE, Chedraui y UNAM, los cuales presentaron un costo total de la canasta de entre \$ 423.49 y \$ 444.59.

<sup>1</sup> Se incluyó pasta dental, crema sólida para la piel, desodorante, jabón de tocador, pañales desechables, papel higiénico, servilletas de papel y champú, entre otros.

<sup>2</sup> El monitoreo de precios se llevó a cabo a través del programa ¿Quién es Quién en los Precios? del área metropolitana de la ciudad de México.

En la segunda etapa de este análisis se presenta información sobre los precios con oferta del mismo grupo de productos que aparece en la gráfica anterior, para que usted pueda cuantificar los posibles ahorros de cada una de las cadenas respecto al grupo de tiendas que registró el precio con oferta más alto, con las siguientes observaciones:

\* BodegaAurrera presentó los mejores precios, al ubicar el costo de la canasta en \$ 423.49, mientras que la cadena de tiendas que vendió esta canasta con precio de oferta más alto fue Sumesa con \$ 522.34, por lo que el ahorro potencial encontrado entre estas dos tiendas fue de \$ 98.85, lo que equivale en términos porcentuales a 18.92 por ciento. La segunda mejor opción fue el ISSSTE (\$ 425.64), seguida por las tiendas Chedraui (\$ 434.05), UNAM (\$ 439.64) e IMSS (\$ 444.59), cuyos ahorros se ubicaron entre \$ 96.70 y \$ 77.75.

\* Otras alternativas de compra atractivas fueron las tiendas UAM, Wal Mart, Aurrera y Superama, cuyas diferencias respecto a la tienda más cara fueron de \$ 72.35, \$ 67.49, \$ 62.83 y \$ 52.01, respectivamente (véase Cuadro 1).



**Costo promedio de 17 productos de higiene y cuidado personal con ofertas**

| Tiendas      | Costos (\$) | Ahorro (\$) | Ahorro (%) |
|--------------|-------------|-------------|------------|
| B. AURRERA   | 423.49      | 98.85       | 18.92      |
| ISSSTE       | 425.64      | 96.70       | 18.51      |
| CHEDRAUI     | 434.05      | 88.29       | 16.90      |
| UNAM         | 439.64      | 82.70       | 15.83      |
| IMSS         | 444.59      | 77.75       | 14.88      |
| UAM          | 449.99      | 72.35       | 13.85      |
| WAL MART     | 454.85      | 67.49       | 12.92      |
| AURRERA      | 459.51      | 62.83       | 12.03      |
| SUPERAMA     | 470.33      | 52.01       | 9.96       |
| B. GIGANTE   | 476.65      | 45.69       | 8.75       |
| GIGANTE      | 477.82      | 44.52       | 8.52       |
| SUPER G.     | 484.82      | 37.52       | 7.18       |
| B. COM. MEX  | 486.08      | 36.26       | 6.94       |
| AUCHAN       | 491.59      | 30.75       | 5.89       |
| DE TODO      | 496.35      | 25.99       | 4.98       |
| CARREFOUR    | 497.74      | 24.60       | 4.71       |
| M. COM. MEX. | 511.25      | 11.09       | 2.12       |
| COM. MEX.    | 511.88      | 10.46       | 2.00       |
| SUMESA       | 522.34      |             |            |



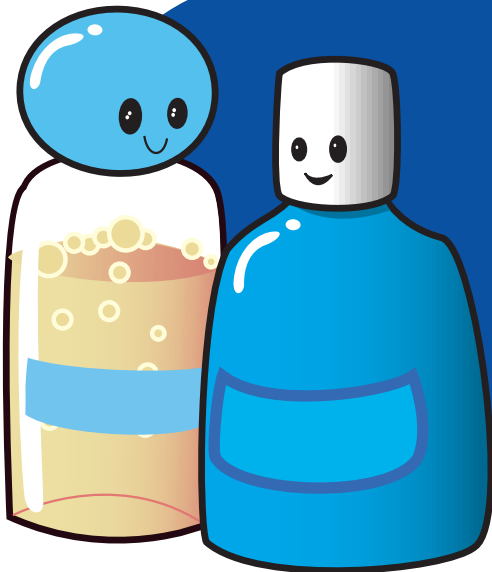
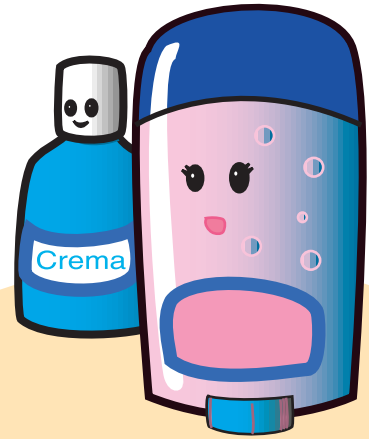
Como se ha podido observar, las ofertas son una práctica común principalmente en las tiendas de autoservicio, con el supuesto objetivo de ofrecer oportunidades de ahorro para los consumidores. Sin embargo, la mayoría de estas ofertas se utilizan sólo como «gancho». De esta manera las ofertas no sólo estimulan la demanda, sino que sirven a la tienda como un atractivo para la venta de otros productos.

Por lo anterior le recomendamos que reflexione sobre dichas ofertas para que pueda to-

mar mejores decisiones de compra y evitar prácticas consumistas, ya que si bien la mayoría de ofertas de las tiendas de autoservicio cumple con los requisitos legales, no siempre benefician la economía familiar. Además de que, como se comprobó en el presente análisis, las tiendas con los mayores porcentajes de descuento no son siempre las mejores alternativas de compra.

Le sugerimos consultar los precios de los productos de consumo básico alimenticio, limpieza personal y aseo del hogar, medicamentos, electrodomésticos y productos de temporada que desee comprar, a través de los Teléfonos del Consumidor 55-68-87-22 y 52-11-64-14, y mediante la publicación semanal «*Quién es Quién en los Precios. Guía para Comprar más Barato*», que le permitirá conocer en qué establecimientos comerciales se ofrecen los mejores precios.

# ¡Esmérese en su cuidado personal gastando menos!

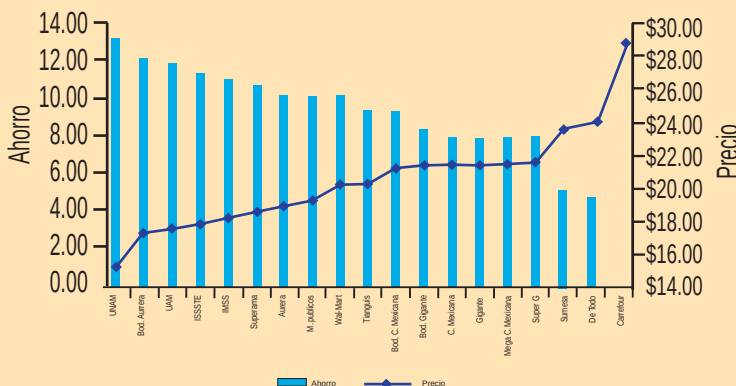


## ¡Compare precios!

En materia de higiene personal existen artículos que adquirimos con regularidad, como el champú, la crema para la piel, los desodorantes y las toallas sanitarias, en los que podemos ahorrar una buena cantidad de dinero si se adquieren en establecimientos que ofrecen precios bajos. A continuación le presentamos los mejores lugares para la compra de algunos de estos productos, seleccionados por su presencia en el mercado y por las diferencias de precio que se registran entre una tienda y otra\*.

## Champú

Gráfica 1  
Champú Vanart, botella 945 ml



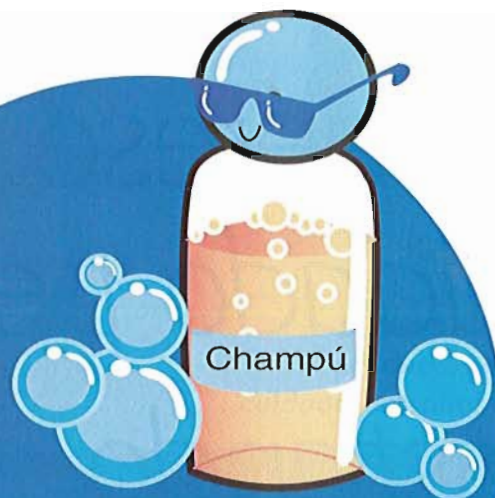
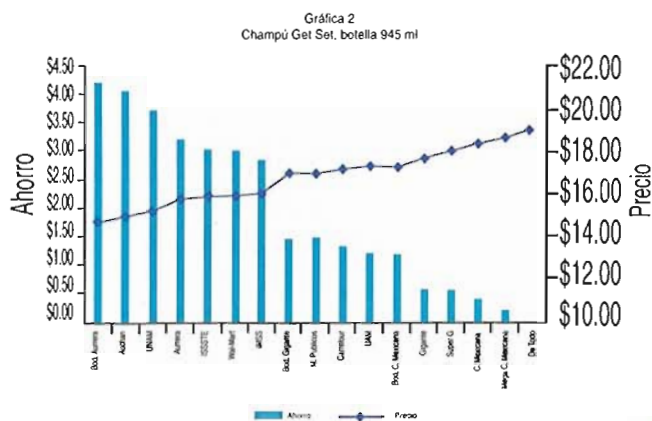
\* Como se observa en la Gráfica 1, para el champú Vanart, botella de 945 ml, los mejores ahorros respecto al precio máximo observado (\$ 28.60) correspondieron a las tiendas UNAM con \$ 13.30, Bodega Aurrera con \$ 12.04, UAM con \$ 11.90 e ISSSTE con \$ 11.45.

\* En cuanto a la marca Get Set, botella de 900 ml, el mayor ahorro se encontró en Bodega Aurrera, ya que la diferencia contra el precio máximo observado (\$ 18.90) fue de \$ 4.16. Asimismo, existen otros establecimientos con precios bajos para este producto, como Auchan, tiendas UNAM, Aurrera e ISSSTE, cuyos ahorros se ubicaron entre \$ 3.00 y \$ 4.00 (véase Gráfica 2).

\* El champú Caprice, botella de 900 ml, se encontró al mejor precio (\$ 16.03) en Bodega Aurrera, es

decir, \$ 7.47 por debajo del precio de Carrefour; de igual forma, establecimientos comerciales como Chedraui, Aurrera, Wal Mart y Superama presentaron ahorros mayores al 19 por ciento (véase Tabla 1).

\*El estudio se basó en los precios promedio recopilados del 31 de agosto al 6 de septiembre del 2000 a través del programa ¿Quién es Quién en los Precios? en el área metropolitana de la ciudad de México.



**Tabla 1**  
**Champú Caprice, botella 900 ml**

| Tienda       | Precio | Ahorro     | Tienda           | Precio | Ahorro     |
|--------------|--------|------------|------------------|--------|------------|
|              | \$     | \$ %       |                  | \$     | \$ %       |
| BOD. AURRERA | 16.03  | 7.47 31.79 | GIGANTE          | 20.90  | 2.60 11.06 |
| CHEDRAUI     | 16.88  | 6.62 28.17 | SUPER G          | 20.90  | 2.60 11.06 |
| AURRERA      | 16.96  | 6.54 27.83 | ISSSTE           | 21.29  | 2.21 9.40  |
| WAL MART     | 17.50  | 6.00 25.53 | MEGA C. MEXICANA | 21.50  | 2.00 8.51  |
| SUPERAMA     | 18.80  | 4.70 20.00 | C. MEXICANA      | 21.58  | 1.92 8.17  |
| UNAM         | 19.15  | 4.35 18.51 | AUCHAN           | 22.00  | 1.50 6.38  |
| M. PÚBLICOS  | 20.38  | 3.12 13.28 | UAM              | 22.42  | 1.08 4.60  |
| IMSS         | 20.78  | 2.72 11.57 | SUMESA           | 22.91  | 0.59 2.51  |
| TIANGUIS     | 20.80  | 2.70 11.49 | BOD. C. MEXICANA | 23.00  | 0.50 2.13  |
| BOD. GIGANTE | 20.90  | 2.60 11.06 | CARREFOUR        | 23.50  | -- --      |
| DE TODO      | 20.90  | 2.60 11.06 |                  |        |            |

## Crema líquida para la piel

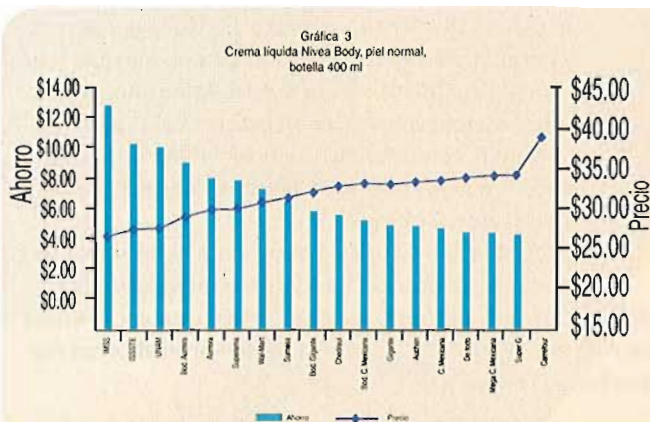
\* La crema líquida Lubriderm, botella de 480 ml, como se aprecia en la Tabla 2, se encontró al precio más bajo en las tiendas ISSSTE (\$ 27.55), para un ahorro de \$ 14.35 con respecto al precio máximo (\$ 41.90) encontrado en Mega Comercial Mexicana. Otras buenas opciones de compra fueron Wal Mart, Bodega Aurrera y Gigante, cuyos ahorros se ubicaron en \$ 10.40, \$ 9.68 y \$ 7.19, respectivamente.

\* Por su parte, la crema líquida Nivea Body, botella de 400 ml, para piel normal, como se observa en la Gráfica 3 resultó más barata en las tiendas IMSS, a un precio de \$ 25.81 con un ahorro de \$ 13.09, respecto al precio mayor. También pudieron obtenerse buenos ahorros (de \$ 12.05 y \$ 11.80) al comprarla en las tiendas ISSSTE y UNAM a un precio de \$ 26.85 y \$ 27.10.



**Crema líquida Lubriderm, botella de 480 ml**

| Tiendas          | Precio (\$) | Ahorro (\$) | Ahorro (%) |
|------------------|-------------|-------------|------------|
| ISSSTE           | 27.55       | 14.35       | 34.25      |
| WAL MART         | 31.50       | 10.40       | 24.82      |
| BOD. AURRERA     | 32.22       | 9.68        | 23.10      |
| GIGANTE          | 34.71       | 7.19        | 17.16      |
| BOD. GIGANTE     | 34.90       | 7.00        | 16.71      |
| SUPER G          | 34.90       | 7.00        | 16.71      |
| SUPERAMA         | 35.32       | 6.58        | 15.70      |
| AUCHAN           | 36.35       | 5.55        | 13.25      |
| AURRERA          | 36.84       | 5.06        | 12.08      |
| DE TODO          | 36.90       | 5.00        | 11.93      |
| UNAM             | 38.50       | 3.40        | 8.11       |
| CHEDRAUI         | 38.90       | 3.00        | 7.16       |
| BOD. C. MEXICANA | 41.09       | 0.81        | 1.93       |
| C. MEXICANA      | 41.20       | 0.70        | 1.67       |
| SUMESA           | 41.25       | 0.65        | 1.55       |
| MEGA C. MEXICANA | 41.90       | --          | ----       |

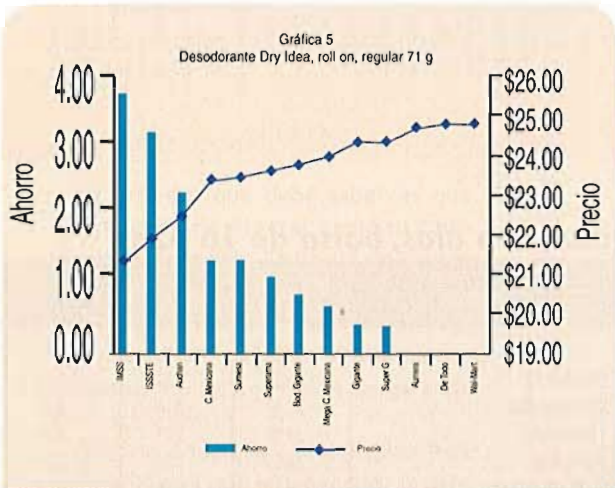


Crema sólida Nivea, frasco de 400 g

| Tiendas          | Precio (\$) | Ahorro (\$) | Ahorro (%) |
|------------------|-------------|-------------|------------|
| CHEDRAUI         | 42.30       | 27.20       | 39.14      |
| BOD. AURRERA     | 43.30       | 26.20       | 37.70      |
| IMSS             | 45.42       | 24.08       | 34.65      |
| ISSSTE           | 49.62       | 19.88       | 28.60      |
| DE TODO          | 49.90       | 19.60       | 28.20      |
| WAL MART         | 50.19       | 19.31       | 27.78      |
| AURRERA          | 52.35       | 17.15       | 24.68      |
| SUMESA           | 56.32       | 13.18       | 18.96      |
| BOD. GIGANTE     | 57.00       | 12.50       | 17.99      |
| SUPERAMA         | 57.43       | 12.07       | 17.37      |
| AUCHAN           | 57.50       | 12.00       | 17.27      |
| BOD. C. MEXICANA | 57.61       | 11.89       | 17.11      |
| UNAM             | 58.48       | 11.02       | 15.86      |
| GIGANTE          | 58.59       | 10.91       | 15.70      |
| C. MEXICANA      | 59.42       | 10.08       | 14.50      |
| SUPER G          | 59.50       | 10.00       | 14.39      |
| MEGA C. MEXICANA | 60.50       | 9.00        | 12.95      |
| CARREFOUR        | 69.50       | --          | --         |

Desodorante

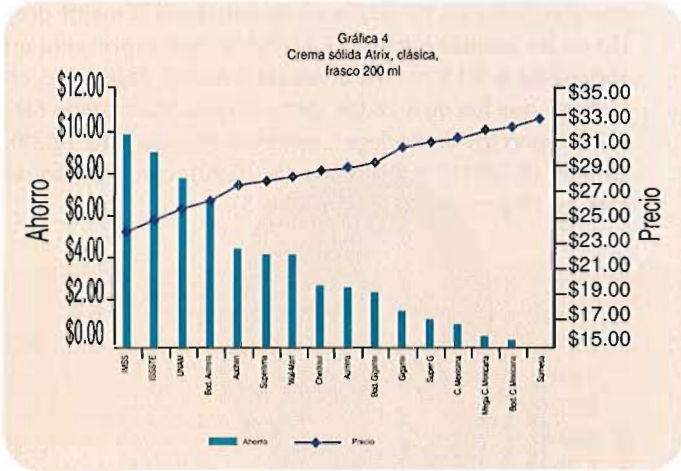
\* El desodorante Dry Idea, roll on de 71 g, se vendió a \$ 21.07 en las tiendas IMSS, presentando un ahorro de \$ 3.83 con respecto al precio de Wal Mart y De Todo (\$ 24.90); de igual forma, establecimientos comerciales como el ISSSTE, Auchan, Comercial Mexicana y Sumesa ofrecieron ahorros superiores al 5 por ciento (véase Gráfica 5).



Crema sólida para la piel

\* La crema sólida Atrix clásica, frasco de 200 ml, se encontró a un precio de \$ 23.19 en las tiendas IMSS, es decir, \$ 9.71 más barata que en Sumesa, donde se ofreció a \$ 32.90 (véase Gráfica 4). Otras buenas opciones de compra para este producto fueron las tiendas ISSSTE y UNAM, con ahorros de \$ 8.79 y \$ 7.45.

\* En cuanto a la crema sólida Nivea, frasco de 400 g, en la Tabla 3 se observa que las tiendas en las que se obtuvieron los mejores ahorros fueron Chedraui (\$ 27.20), Bodega Aurrera (\$ 26.20) e IMSS (\$ 24.08) con respecto al precio más alto.



\* Respecto al desodorante Lady Speed Stick, barra de 45 g (floral, lilac, musk o aloe), la Gráfica 6 nos muestra un ahorro de \$ 7.22 en Chedraui, que registró un precio de \$ 16.68, comparado con el precio de Carrefour (\$ 23.90); en las tiendas De Todo, UNAM y Bodega Aurrera el ahorro fue de entre \$ 5.06 y \$ 6.50, es decir, superior al 20 por ciento.

\* La Tabla 4 nos indica que el precio del desodorante Mum, roll on de 65 ml, se ubicó dentro del rango de \$ 12.59 (en Bodega Aurrera) a \$ 18.20 (en Mega Comercial Mexicana), obteniéndose en la primera un ahorro de \$ 5.61 (30.82%) respecto a la segunda. Pudieron obtenerse también buenos ahorros en este producto al comprarlo en las tiendas De Todo a \$ 12.90, Chedraui a \$ 13.23 y Aurrera a \$ 13.31.

Tabla 4  
Desodorante Mum, roll on, 65 ml

| Tienda       |  |  | Precio | Ahorro | Tienda |                  |       | Precio | Ahorro |
|--------------|--|--|--------|--------|--------|------------------|-------|--------|--------|
|              |  |  | \$     | \$     | %      |                  | \$    | \$     | %      |
| BOD. AURRERA |  |  | 12.59  | 5.61   | 30.82  | BOD. GIGANTE     | 17.13 | 1.07   | 5.88   |
| DE TODO      |  |  | 12.90  | 5.30   | 29.12  | BOD. C. MEXICANA | 17.29 | 0.91   | 5.00   |
| CHEDRAUI     |  |  | 13.23  | 4.97   | 27.31  | AUCHAN           | 17.40 | 0.80   | 4.40   |
| AURRERA      |  |  | 13.31  | 4.89   | 26.87  | GIGANTE          | 17.55 | 0.65   | 3.57   |
| IMSS         |  |  | 13.77  | 4.43   | 24.34  | CARREFOUR        | 17.90 | 0.30   | 1.65   |
| M. PÚBLICOS  |  |  | 14.50  | 3.70   | 20.33  | SUPER G          | 17.90 | 0.30   | 1.65   |
| ISSSTE       |  |  | 14.56  | 3.64   | 20.00  | SUMESA           | 17.92 | 0.28   | 1.54   |
| UAM          |  |  | 14.62  | 3.58   | 19.67  | C. MEXICANA      | 17.94 | 0.26   | 1.43   |
| SUPERAMA     |  |  | 14.79  | 3.41   | 18.74  | MEGA C. MEXICANA | 18.20 | --     | --     |
| WAL MART     |  |  | 15.30  | 2.90   | 15.93  |                  |       |        |        |

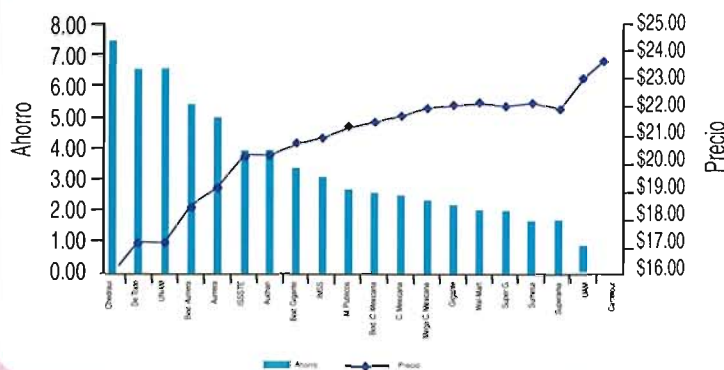
## Toallas sanitarias

\* Las toallas sanitarias Kotex anatómica Ella, con dry gel, bolsa de 20 piezas, se encontraron a un precio menor (\$ 14.52) en las tiendas Aurrera; otras opciones de compra con precio menor a los \$ 17.00 fueron las tiendas UNAM e IMSS. El ahorro respecto al precio máximo en estos casos fue de \$ 7.48, \$ 7.25 y \$ 5.83, respectivamente (véase Gráfica 7).

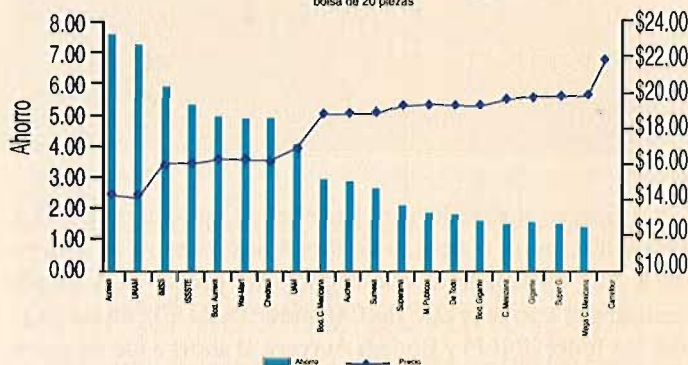
\* El precio de las toallas sanitarias Saba Confort con alas, bolsa de 14 piezas, se ubicó entre \$ 13.10 y \$ 20.50, correspondiendo este último precio a las tiendas Carrefour, en tanto que el precio menor fue el de las tiendas UNAM, con un ahorro de \$ 7.40. Los ahorros obtenidos comprando el producto en las tiendas del ISSSTE (\$ 7.23), UAM (\$ 7.00) e IMSS (\$ 6.69) también fueron buenos (véase Gráfica 8).

\* Finalmente, las toallas Saba Sensa Sec invisible regular, con alas, bolsa de 16 piezas, se encontraron al mejor precio en las tiendas Auchan (\$ 16.90), lo que representa un ahorro de \$ 9.19 contra el precio máximo registrado en Sumesa, que fue de \$ 26.09. Otras buenas alternativas fueron los precios de Bodega Comercial Mexicana (\$ 18.39), UNAM (\$ 20.15) y Wal Mart (\$ 20.90), con ahorros de más de 19 por ciento (véase Tabla 5).

Gráfica 6  
Desodorante Lady Speed Stick, barra 45 g



Gráfica 7  
Toallas sanitarias Kotex anatómica Ella con dry gel, bolsa de 20 piezas



Gráfica 8  
Toallas sanitarias Saba Confort, con alas, bolsa de 14 piezas



**Tabla 5**  
**Toallas sanitarias Saba Sensa Sec invisible regular, con alas, bolsa de 16 pzas.**

| Tienda         | Precio   | Ahorro  | Tienda           | Precio   | Ahorro  |
|----------------|----------|---------|------------------|----------|---------|
| AUCHAN         | \$ 16.90 | \$ 9.19 | GIGANTE          | \$ 23.84 | \$ 2.25 |
| BOD.C.MEXICANA | \$ 18.39 | \$ 7.70 | SUPERAMA         | \$ 23.99 | \$ 2.10 |
| UNAM           | \$ 20.15 | \$ 5.94 | TIANGUIS         | \$ 24.00 | \$ 2.09 |
| WAL MART       | \$ 20.90 | \$ 5.19 | SUPER G          | \$ 24.23 | \$ 1.86 |
| IMSS           | \$ 20.92 | \$ 5.17 | M. PÚBLICOS      | \$ 24.50 | \$ 1.59 |
| AURRERA        | \$ 20.97 | \$ 5.12 | C. MEXICANA      | \$ 24.72 | \$ 1.37 |
| ISSSTE         | \$ 20.97 | \$ 5.12 | DE TODO          | \$ 25.30 | \$ 0.79 |
| BOD.AURRERA    | \$ 21.37 | \$ 4.72 | MEGA C. MEXICANA | \$ 25.35 | \$ 0.74 |
| CHEDRAUI       | \$ 21.42 | \$ 4.67 | CARREFOUR        | \$ 25.50 | \$ 0.59 |
| BOD. GIGANTE   | \$ 23.50 | \$ 2.59 | SUMESA           | \$ 26.09 | --      |

Si desea conocer precios de productos no incluidos en este artículo, ponemos a su disposición los Teléfonos del Consumidor: 55-68-87-22 y 52-11-64-14 o adquiera de manera gratuita la publicación semanal *¿Quién es Quién en los Precios?*, Guía para Comprar más Barato en la delegación PROFECO más cercana a su domicilio.

Servicios garantizados

# Dónde reparar su computadora

**S**i necesita llevar a reparar su equipo de cómputo, pero no sabe a dónde ni quién le ofrecerá el mejor servicio porque la garantía de su computadora ya venció, le sugerimos que tome nota de las siguientes recomendaciones, pues en el mercado existen talleres formalmente establecidos, sin embargo, también abundan aquellos cuya honestidad y calidad dejan mucho que desear.

## ¿Misión imposible?

Lo primero que debe saber es que no es necesario esperar a que su computadora falle para llevarla a un centro de reparación: aplicar un servicio preventivo garantiza el buen funcionamiento de su equipo, es más económico e incluso gratuito si la póliza de garantía aún está vigente.

Cuando adquiera una computadora es importante que el proveedor le proporcione la lista de los Centros Autorizados de Servicio (CAS) que el fabricante recomienda para garantizar la reparación del equipo, de lo contrario usted se arriesga a que le den «gato por liebre».





Lo anterior es indispensable pues desafortunadamente es muy difícil que al llevar a reparar su computadora el usuario detecte si le instalaron componentes falsos o «hechizos», los cuales no están garantizados por el fabricante.

Dichos centros especializados están certificados generalmente por varios fabricantes a los cuales se les conoce como CAS «multimarca», aunque también existen lugares que reparan sólo una o dos marcas; la similitud entre todos estos lugares es que para proporcionar el servicio se rigen por las especificaciones técnicas del fabricante, sobre todo en lo que se refiere a refacciones.

### Servicio garantizado

Aún no existe una Norma Oficial Mexicana que obligue a los talleres de reparación de equipos de cómputo a garantizar por escrito un servicio de calidad u otorgar un contrato de adhesión que especifique cláusulas de garantía. No obstante, los principales proveedores de las computadoras «de marca» están interesados en mantener el prestigio de sus productos, por eso ofrecen a sus clientes soporte técnico garantizado por escrito en el cual también se precisan las limitaciones del servicio.

Una medida que puede adoptar para mantener en óptimas condiciones el funcionamiento de su computadora es llevarla a un centro autorizado antes de que la garantía se venza para que le proporcionen un servicio preventivo, de este modo se detectará alguna posible falla o desgaste, el cual se reparará de inmediato y no le generará costo alguno, siempre y cuando se deba a un defecto de fabricación.

Otra posibilidad es que contrate una extensión de garantía, la cual puede adquirirse desde el momento en que realiza la compra de su equipo, o bien, antes de que concluya el lapso que el fabricante le ofrece para servicio y soporte técnico. La cotización de la cláusula se eleva cuanto más próxima esté la fecha de vencimiento de la garantía.

Si usted no cuenta con la opción anterior y desea asegurar el buen funcionamiento de su computadora puede acudir a un centro especializado para que realicen un diagnóstico y la limpieza interna de su equipo, los cuales tienen un precio de entre \$ 200.00 y \$ 300.00.

Los especialistas de los centros de soporte técnico, así como los fabricantes de computadoras de marca recomiendan a los usuarios que lleven sus equipos a servicio preventivo por lo menos una vez al año.

Otra manera de conocer la ubicación de los centros especializados certificados es consultando la página de Internet de la marca de su computadora.

### ¡Consienta a su computadora!

-Al adquirir un equipo de cómputo es importante que verifique el espacio disponible para instalarlo; por ejemplo, evite colocarlo cerca de otros componentes electrónicos que consuman cantidades considerables de energía, ya que originan variaciones en el voltaje que pueden dañar a su computadora. No olvide que la póliza de garantía no aplica en caso de descarga eléctrica.

-Es necesario que lea detalladamente las cláusulas de la garantía de su computadora para saber con exactitud cuáles son sus derechos como consumidor, así como las obligaciones del proveedor.

-En virtud de que el servicio que prestan los talleres no certificados que se dedican a la reparación de equipos de cómputo no son del todo seguros, antes de elegir uno solicite referencias.

Amigo consumidor, si usted no recibe un buen servicio o el proveedor no cumple con lo prometido, acuda a PROFECO para presentar su queja.

Por último le sugerimos que invariablemente solicite al prestador del servicio los recibos por anticipos y cuando liquide el total de la reparación, así como las facturas de los componentes originales que el proveedor haya adquirido para reparar su computadora.

Eduardo Mena

Fuentes: -Sara Trejo van Rongen, directora de Servicios y Soporte de Acer.

-Gerardo Bustos Camacho y Javier Ruiz Hidalgo, gerente general y gerente administrativo, respectivamente, de Expertus, Servicio de Computadoras.

-Rafael Avante Juárez, director general jurídico Consultivo de PROFECO.



# «Cibercafés»

## Café con aroma de Internet

**T**radicionalmente los estudiantes se reunían a realizar sus tareas en algún café, sin embargo hoy día acuden a consultar Internet en un modernísimo «cibercafé»: allí rentan una computadora y «bajan» aquella información que les resulte útil para elaborar sus trabajos escolares. Otros usuarios acuden a digitalizar e imprimir imágenes, o bien, a «quemar» información en un disco compacto. Unos van a consultar alguna página web, mientras otros pagan por revisar su e-mail -mientras disfrutan de una taza de café- o por «chatear» con un cibernauta que vive ¡al otro lado del planeta!

### ¿Los cafés del nuevo milenio?

Si por tradición los cafés habían sido guarida de intelectuales, cálidos anfitriones para las tertulias o testigos en la firma de negociaciones, ahora Internet los ha enviado al espacio de la cibercomunicación. En nuestro país, la expansión de estos lugares es tal, que en la actualidad existe ya una Asociación Mexicana de Cyber-Cafés (AMCC), la cual considera que dicha «explosión» se dio a partir de 1998.

La AMCC, que apoya y difunde los servicios de alrededor de 200 cibercafés establecidos en el país, los define como sitios en donde el usuario puede tener acceso, de forma rápida y eficiente, a todos los recursos que Internet ofrece,

además pone a su disposición una gran variedad de programas informáticos, así como el denominado «equipo periférico», por ejemplo, la impresora láser, el escáner o la videocámara.

Los empresarios de este novedoso negocio admiten que con la llegada a nuestro país de empresas que ofrecen la conexión gratuita a Internet, el número de personas que acudían a los cibercafés disminuyó notablemente, sin embargo, al comparar las diferencias en cuanto a calidad y rapidez de «navegación», todos los que se habían ido, ¡regresaron!

Estos lugares también son una buena alternativa para los estudiantes que no tienen acceso a todos los recursos de la «supercarretera», debido a las limitaciones técnicas del equipo que tienen en su casa.



### Sus servicios

**Consulta de páginas electrónicas:** se pueden abrir todas las páginas electrónicas o web que el usuario desee, aunque en algunos cibercafés existen restricciones para tener acceso a determinadas páginas, particularmente las pornográficas.

**Impresión de datos o información:** el usuario puede «bajarla» e imprimirla, ya sea en blanco y negro o a color.

**Digitalización de imágenes:** este servicio le permite procesar y copiar imágenes mediante el sistema conocido como «cama» o escáner.

**Copia o «quemado» de información en discos compactos:** reproduce y respalda información e imágenes en CD.

**Envío de faxes:** a través de la computadora envía y recibe mensajes impresos.

**Captura de trabajos escolares:** procesa y redacta la información de su interés como si fuese una máquina de escribir, pero con mejor calidad y presentación gráfica.

## ¡A la carta!

| Servicio                                                                                      | Tarifas promedio (*)                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| Navegación                                                                                    | \$ 1.00 - \$ 2.50 por minuto<br>\$ 15.00 - \$ 180.00 por hora |
| Impresión láser                                                                               | \$ 2.50 por hoja                                              |
| «Quemado» de disco compacto                                                                   | \$ 50.00 por pieza                                            |
| Digitalización de imágenes                                                                    | \$ 20.00 por imagen                                           |
| (*) Tarifas promedio investigadas durante agosto sólo como una referencia para el consumidor. |                                                               |

### ¡Tome sus precauciones!

Si usted desea obtener un servicio de calidad en un cibercafé es importante que considere los siguientes aspectos:

-Prefiera los cibercafés que operen con **software actualizado** -incluidos los «antivirus» informáticos- y **cuyo equipo se encuentre en óptimas condiciones**; de esta forma trabajará mejor, sobre todo sin riesgo de perder información.

-Observe que la conexión a Internet sea rápida, lo cual se traducirá en un **mejor aprovechamiento del tiempo que rente el servicio**: ¡no gaste inútilmente su dinero!

-Si no tiene experiencia en la «navegación» pida a algún amigo que conozca el uso de Internet que lo acompañe, o bien, pregunte si el lugar cuenta con **personal capacitado y dispuesto a auxiliar a los usuarios**, y si ello implica un **costo adicional**.

-Las **tarifas** de los cibercafés dependen de la cantidad y la calidad de los servicios que ofrecen; en algunos incluso obsequian café y brindan asesoría gratuita: **no tema preguntar**.

-Hay cibercafés que ofrecen **promociones y membresías** por determinado número de horas, de este modo el acceso a Internet resulta más económico, ¡pregunte por ellas!

-Es de gran ayuda **conocer previamente la dirección de la página electrónica** que contenga la información deseada; evite perder el tiempo -recuerde que deberá pagar por hora y/ o fracción- «experimentando» o deambulando sin sentido por la red.

-En los cibercafés generalmente no hay restricciones respecto al número de personas que realicen consultas en Internet; de esta manera, si un grupo está interesado en visitar la red de manera colectiva resultará más económico. Pregunte cuál es la norma en el cibercafé de su elección.

-Aunque algunos establecimientos no imponen restricción alguna en lo referente a la consulta de páginas electrónicas, en otros está prohibido abrir páginas con contenido pornográfico; esta regla generalmente se aplica a menores de edad, excepto cuando van acompañados de un adulto.

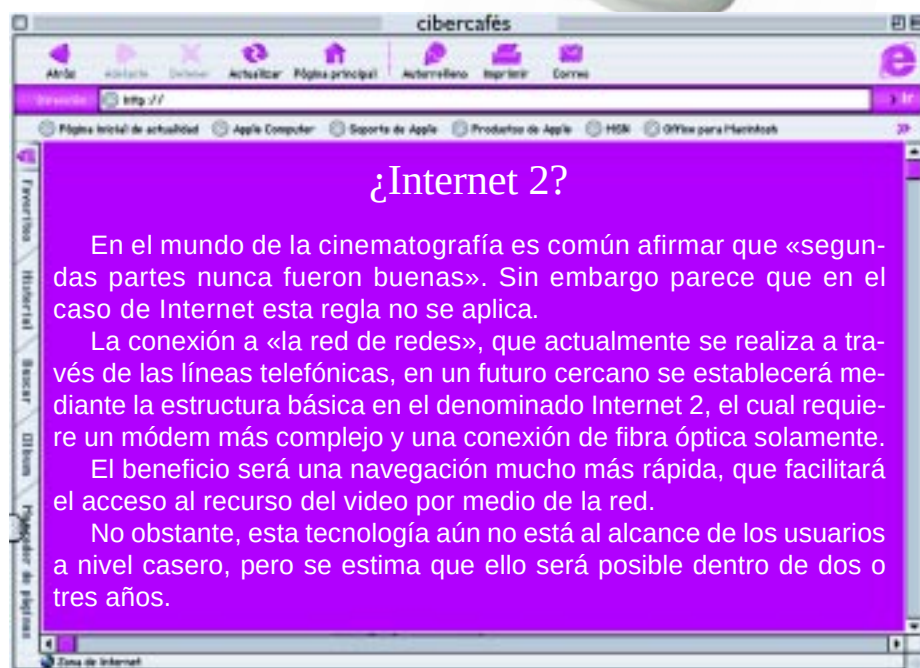
-Finalmente infórmese acerca de las condiciones y reglas internas para la prestación del servicio, así como de los

derechos que le corresponden; por ejemplo, las tarifas deben estar a la vista o disponibles por escrito para que usted pueda consultarlas en cualquier momento; además no olvide preguntar si el establecimiento le otorga algún recibo o factura por el uso del servicio, documentos de gran utilidad en caso de inconformidad. ¡Buen viaje por el ciberespacio!

Eduardo A. Mena

Fuentes: -Entrevista con Arturo Ocadiz, tesorero de la Asociación Mexicana de Cyber-Cafés (AMCC).  
-Sondeo de mercado.

Dónde obtener más información:  
[www.amcc.org.mx](http://www.amcc.org.mx)  
(Asociación Mexicana de Cyber Cafés).





# Los hábitos de consumo\*

Gilles Lipovetsky

*Después de cumplir con el programa de conferencias magistrales que impartió durante su visita a México para divulgar las tesis reunidas en su obra La tercera mujer (Anagrama, 1999), el intelectual francés Gilles Lipovetsky, por invitación del señor Alfredo Ruíz Sánchez, Coordinador General de Administración de la Procuraduría Federal del Consumidor, ofreció una plática en la que habló sobre las transformaciones que ha experimentado la cultura del consumo y el comportamiento de los consumidores en la actualidad.*



**P**or segunda ocasión tengo el honor de reunirme con los encargados de velar por los derechos de los consumidores en México, y quisiera iniciar el debate a partir de la cuestión central del consumo: **los hábitos de consumo.**

Como ustedes saben, al interior de la clase intelectual, el consumo no tiene una buena imagen. Los intelectuales, desde la década de los cincuenta, cuando el consumo de masas empezó a ponerse en marcha, lanzaron una serie de críticas respecto a sus efectos y consecuencias. Hasta este momento es cuando aparece el término «sociedad

de consumo» asociado a la publicidad, a la manipulación de los individuos, la «alienación» y la estandarización de los gustos.

Más adelante, en los años sesenta, durante una generación «contestaria» se manifiestan ataques violentos contra la sociedad de consumo, que está asociada a la sociedad del espectáculo. De hecho los individuos eran «individuos pasivos».

En lo particular intenté retomar esta cuestión porque me parece que no se hace justicia a la obra histórica del consumo. Más específicamente, a las críticas que se formulan hacia el consumo, que son únicamente una parte de la realidad.

Es cierto que el consumo genera fenómenos de masificación que no se pueden simbolizar por la Coca Cola y el pantalón de mezclilla y, como ustedes saben, ahora el tema de la mundialización refuerza todavía más dicha uniformización de los gustos.

No obstante, respecto del consumo hay otra cosa que está en juego. En mi opinión, la llegada de la sociedad de consumo rompió los comportamientos tradicionales, llevó a la difusión de un ideal hedonista en la sociedad, mejor dicho, el principio del placer se tornó en un principio muy difundido en la sociedad.

En las primeras formas del capitalismo en Occidente, la ética dominante era

la del ahorro, saber esperar antes de disfrutar de las cosas.

Con el tiempo, la sociedad de consumo cambió fundamentalmente. La sociedad de consumo valorizó lo que he denominado «la vida al presente». En las sociedades antiguas, las épocas anteriores se vivían en función de las tradiciones del pasado o en vista de la construcción del porvenir radiante, con todo lo imaginario de la revolución y de la sociedad sin clases.

En la escala en la que me ubico, que no es una escala de personas de marketing, la sociedad de consumo quebrantó tanto la fuerza del pasado, que actualmente la fuerza del futuro es el presente: el presente de los individuos es un elemento central, mejor dicho, es la sociedad de consumo.

Esta sociedad de consumo hace que los individuos regresen a sí mismos para buscar la felicidad privada, para el cumplimiento de sí mismo, y en este sentido la sociedad de consumo fue el artesano mayor de la nueva revolución individualista, pues ya en las sociedades desarrolladas la gente quiere vivir el presente, ya no quieren sacrificarse por las grandes causas colectivas, no se cree en las grandes soluciones milagrosas de la política.

En este nivel, la sociedad de consumo -al romper el reino de la tradición y del pasado- ha difundido el gusto y las aspiraciones a la autonomía individual. En donde las normas de consumo de masas se elaboraron, la relación con la sexualidad, la familia, la religión y la política cambió fundamentalmente los

comportamientos, y en donde los individuos eran controlados por las organizaciones o las instituciones, ahora hay mucho más libertad y autonomía.

Lo que hay que entender, en todo caso, es mi hipótesis: el consumo de masas nos separó de la sociedad de consumo, el tele espectador es también un consumidor, un consumidor de imagen que se volverá cada vez más selectivo con la multiplicación de los canales de televisión.

El paradigma que hay que subrayar es que la difusión de la masificación va acompañada del deseo del individualismo. Puede haber fenómenos de masificación en los gustos del consumo, pero hay individualismo para las cosas más importantes, las más significativas de una vida. Entonces, aunque no quiero ser provocador a toda costa sobre este asunto, me parece que finalmente el consumo masifica lo que no es importante y permite individualizar lo que es más importante, es decir, la relación con el amor, la familia, la religión, la búsqueda del sentido de la existencia. Cuando varias veces la sociedad de consumo está presentada como algo que justamente transforma a los hombres en menos consumidores.

Sobre este punto creo que hay que relativizar el análisis. Es cierto que si tomamos las democracias europeas y



## Doctor Gilles Lipovetsky

Gilles Lipovetsky es doctor en filosofía y profesor de la Universidad de Grenoble. Participa en la comisión encargada de las reformas de la enseñanza y de los programas de filosofía en el Ministerio de Educación Nacional.

Sus obras *La era del vacío*, *El imperio de lo efímero*, *El crepúsculo del deber*, y recientemente *La tercera mujer* han sido traducidas al español.

Sus ensayos son una mezcla afortunada entre historia, sociología y filosofía, merced a un conocimiento universal y ecléctico que deriva en una suerte de multidisciplina, lo que lo convierten en un ensayista puntual de lo que se ha denominado posmodernidad.



norteamericanas (no hablo ahora del caso mexicano, ya que su situación es particular), los ciudadanos y el electorado se parecen también al consumidor, es algo que se produjo en los últimos 30 años.

Como ustedes saben, durante mucho tiempo los individuos se definían por su pertenencia política. Pertenecíamos a un partido cercano, por ejemplo al catolicismo o, al contrario, al comunista, y ahí ¿cuáles eran los eventos?, ¿cuáles eran las tomas de posición de los dirigentes?, el electorado seguía votando siempre en el mismo sentido. ¿Por qué?

Porque era identificable, los individuos se definían en lo referente a su pertenencia política. En las democracias posmodernas este dispositivo tiende a desaparecer y el electorado a cambiar: a veces en un lapso de 15 días, su actitud o voto se modifica.

Entonces tenemos aquí un tipo de comportamiento móvil que se parece al del consumidor, quien escoge comprar, si se puede decir, en la relación precio-calidad.

Es por ello que con esta evolución se puede tener una apreciación variable. Para algunos se dirá: «Miren, la sociedad rompió las pertenencias ideológicas».

De este modo, la esfera pública ya no

tiene importancia. Los electores se volvieron indiferentes, la sociedad de consumo nos hace llegar a una sociedad del vacío.

Creo que sólo es una parte de la realidad porque al mismo tiempo eso significa que los ciudadanos son menos, si me permiten decirlo, esclavos de una ideología; son menos rígidos, están más dispuestos a cambiar. La sociedad de consumo difundió comportamientos más pragmáticos en una sociedad donde el enfrentamiento entre la derecha y la izquierda ya no tiene el mismo significado que antes. No hablo del caso mexicano, que está viviendo una situación particular.

De todas formas es importante destacar que estamos en sociedades en las que la autonomía tanto del hombre privado como la del hombre público creció. Y ésa es la paradoja de la sociedad de consumo. Los individuos ya no quieren sacrificarse por grandes causas colectivas, hay un distanciamiento de los individuos en relación con las ideologías y las instituciones.

Es en este marco de la «desideologización» surgen nuevas exigencias éticas, por ejemplo, creo que caricaturizamos las sociedades postmodernas cuando asimilamos dichas sociedades al cinis-

mo o al nihilismo total, lo cual no considero cierto.

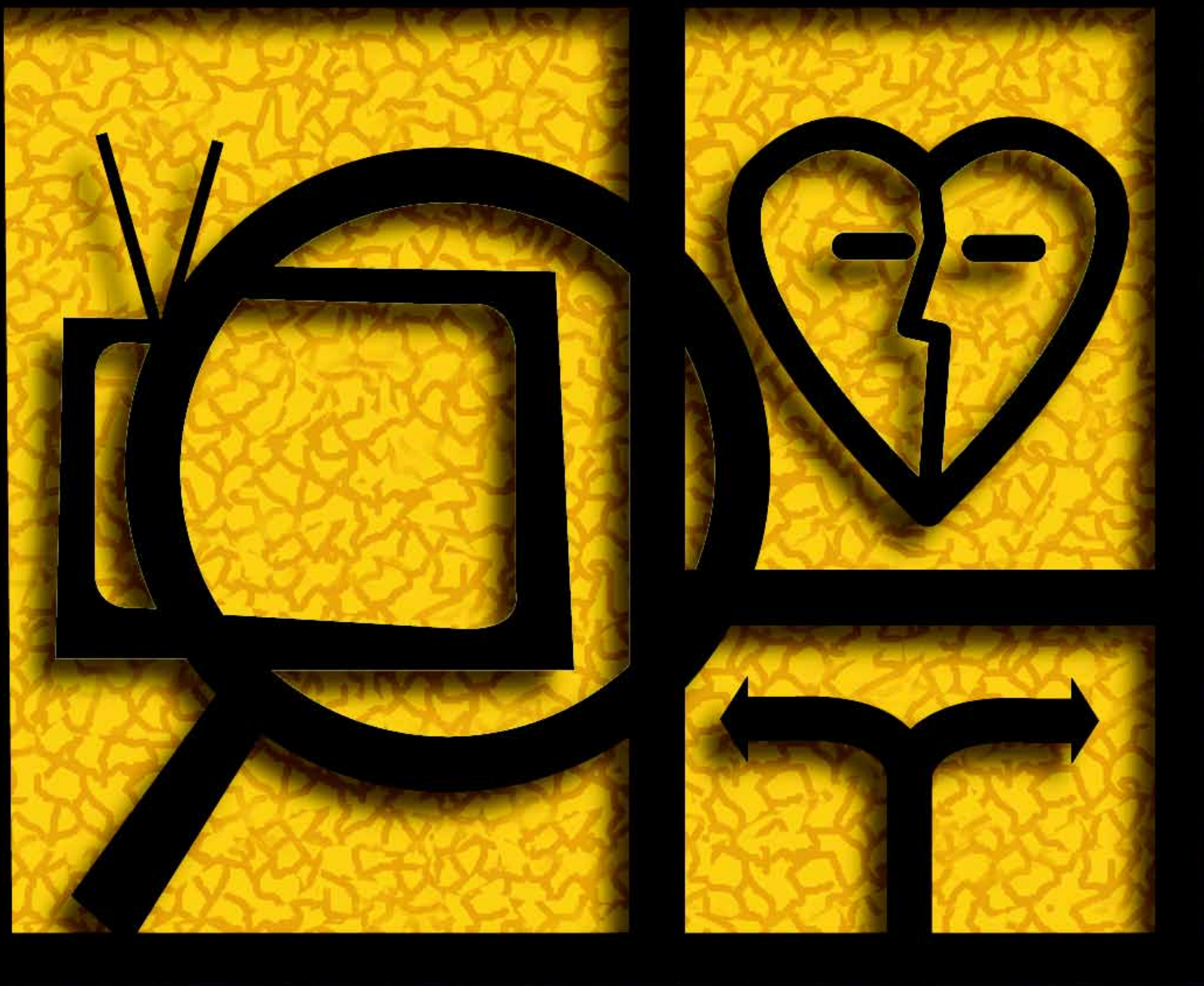
Estoy convencido que en este caso usamos modelos de pensamientos heredados del siglo XIX, pero que no toman suficientemente en cuenta la observación de la realidad.

En la realidad se ve que ciertamente los individuos están más y más atentos a la salud, al cuerpo, al turismo, a los viajes, pero la búsqueda de la felicidad privada no quiere decir que haya negación de los valores éticos. Creo que vemos surgir en las sociedades desarrolladas nuevas formas de indignación moral. Por ejemplo, esto se ve en la lucha contra la corrupción, en las exigencias que tenemos ahora para luchar contra la pedofilia, en la exigencia del respeto del medio ambiente.

Entonces el individualismo «consumista» no significa «ausencia de reflexión sobre la responsabilidad».

Hay nuevas exigencias en la sociedad contemporánea, de hecho tal vez más marcadas que anteriormente. Por ejemplo, la corrupción, porque es un fenómeno que siempre existió.

Lo que caracteriza a nuestra época es que gracias a los medios los asuntos están puestos a la luz del día, hay una exigencia para luchar contra la corrup-



ción. Lo que antes era una especie de mentalidad de la fatalidad, hoy en día se convierte en comportamientos de indignación en relación con problemas como la corrupción. Eso no significa que vayamos hacia una sociedad en la que ya no habrá ninguna corrupción: simplemente quiero decir que las mismas personas que están muy atentas al consumo y a la felicidad ya no aceptan ciertas cosas.

Y aquí surge esta paradoja de la sociedad de consumo, por un lado le otorga más fuerza a la pasividad: uno vuelve a su casa, mira la televisión, pero al mismo tiempo, en cuanto a ciertas situaciones rechaza la aceptación de la fatalidad.

Daré otro ejemplo que no es de índole político, la relación con la religión,

la cual declina en las sociedades desarrolladas:

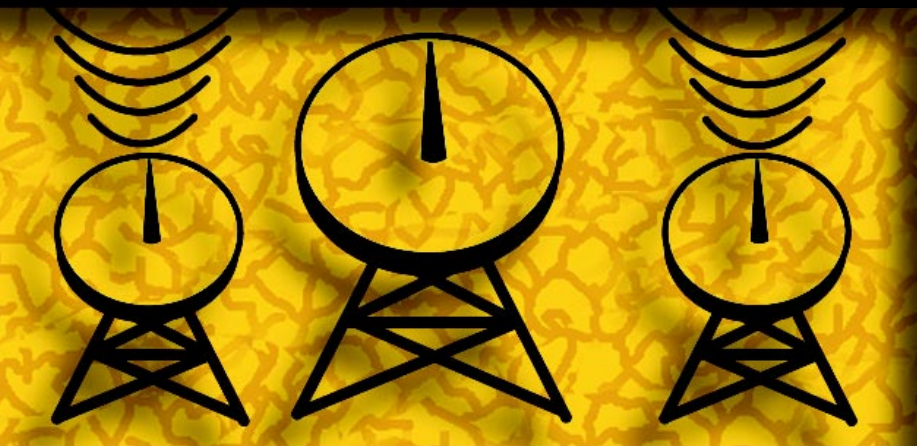
La gente se casa menos por la iglesia, los niños son menos bautizados, el porcentaje de niños que asisten a clases de catolicismo ha bajado considerablemente en los últimos años.

Por otro lado, cuando su Santidad Juan Pablo II va a algún país es aclamado, pero eso no quiere decir que uno acepta todo lo que dice. La gente pregona que es creyente, pero no está de acuerdo con la posición del Papa frente a temas como la homosexualidad y el aborto, entonces nos encontramos ante una situación nueva en la que ya no aceptamos la autoridad de una institución que nos dicte lo que debemos pensar, ahora el creyente adopta su propia religión.

No estamos diciendo que el creyente

se volvió un consumidor, sino que donde hay pasividad consumista, donde hay publicidad, al mismo tiempo, en lo que a las cosas importantes como la política o la religión se refiere, los individuos ya no aceptan de ninguna manera lo que llamo «surgimiento de un nuevo individualismo» con toda su problemática.

Profundizaré en uno o dos puntos más sobre esta cuestión de la ética, ya no tenemos grandes creencias en las ideologías que nos prometen cambiar el mundo. Las poblaciones se volvieron escépticas y tal vez por eso ahora hay una gran movilización hacia cuestiones mucho más éticas que políticas. Se ve que la era del consumo no provocó para nada la exigencia de buscar un sentido de la existencia, de hacer algo para los demás, y el individualismo no es nece-



sariamente sinónimo de egoísmo.

Existen dos lados del individualismo. Hay uno que llega al «cada uno por sí mismo», pero hay otro que llega a una exigencia de responsabilidad más grande, de más calidad y seguridad, y es precisamente en este punto en el que llegamos a la cuestión de la protección del consumidor, el cual es un punto extremadamente sensible, mucho más que antes. Hasta pienso que en los próximos años cada vez tendremos más exigencias sobre esta cuestión.

Como ustedes saben, desde hace algunos años somos testigos de un fenómeno relativamente nuevo: que es la inquietud alimentaria, tenemos la historia de la «vache folle» (la vaca loca), los

problemas alrededor de la dioxina. Esto conlleva a una nueva problemática: la inquietud frente a lo que comemos.

Este fenómeno tomará una dimensión gigantesca a consecuencia de los organismos genéticamente modificados. Es una cuestión mundial que pone en juego algo que va mucho más allá de «la vida del presente», pues hemos comenzado a modificar los genes de algunas especies y es en este sentido que nos enfrentamos a un enorme problema, creo que sobre este asunto hay que evitar los extremos.

Considero que la exigencia del presente inmediato parece ser lo que llamo el «individualismo irresponsable».

A nombre de la productividad se lanzan al mercado productos que pueden ser nocivos, pienso que el Estado tiene una responsabilidad fundamental porque debe proteger a la población, es su principal finalidad.

Supongo que esta situación se llevará un poco de tiempo, pero se exigirán controles de calidad.

El otro extremo, según mi pensamiento un poco conservador, es demasiado peligroso, no se puede probar nada, creo que eso no corresponde ni a la época, ni a la aventura de la modernidad que es la aventura de la ciencia, y la tecnociencia es probablemente uno de los sectores con más futuro.

No comparto la idea de detener el aspecto experimental para dar paso únicamente a la tecnología. En este contexto estoy convencido de que debemos destacar el principio de «sabiduría» que llamamos «principio de precaución», debemos experimentar, pero no sobre cualquier cosa o en cualquier momento, y es en este sentido que el estado encuentra, a pesar de todo, su legitimidad.

Obviamente podríamos esperar que las empresas privadas apliquen este principio de precaución. En la realidad no es fácil que lo hagan. La expansión del liberalismo económico, que es irreversible, debe al contrario definir nuevamente las funciones de Estado, ya no para controlar la economía, administrarla, planificarla, esto es un modelo aniquilado.

Pero en este momento hay otras exigencias, por ejemplo la exigencia de la protección de la población y entonces la pregunta es ¿debería limitarse a la aventura tecnocientífica?

Creo que hoy en día, alrededor del consumo se juega una cuestión crucial que, a diferencia de los cincuenta, rebasa más el problema del placer. Hoy en día el tema del consumo llama a una reflexión de tipo ético y de tipo político.



*\* Ponencia de Gilles Lipovetsky ofrecida en las instalaciones de PROFECO en la ciudad de México el martes 21 de junio del 2000; traducción simultánea realizada por Alfredo Ruíz Sánchez; traducción escrita por Samuel Bourdeau Delalande.*

# *¡Cuidado con los masajes!*



*Quienes recurren a los masajes, independientemente del fin que persigan, con frecuencia ignoran el daño que éstos les pueden ocasionar si, por ejemplo, tienen algún padecimiento del aparato circulatorio o no los aplica un masajista experto.*

## Casos riesgosos

Entre las personas que no deben someterse a una sesión de masajes figuran aquellas que sufren de **várices** o cualquier otro **problema circulatorio**, ya sea **venoso** o **arterial**. En dichas situaciones los masajes están contraindicados e incluso ¡prohibidos!

Lo anterior -afirma el doctor Marcelo Páramo Díaz, médico cirujano de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), especialista en angiología y cirugía vascular, y miembro de la Academia Mexicana de Cirugía- se debe a que la manipulación de los tejidos libera **sustancias tóxicas** -como las **catecolaminas** y las **serotoninas**-, las cuales ocasionan que los vasos sanguíneos se cierran, fenómeno conocido como **vasoconstricción**, con lo que el problema circulatorio se agrava, afectando a otros tejidos y órganos.

Otra situación riesgosa es cuando una persona que presenta **trombosis en las piernas** se somete a una sesión de masajes, pues los coágulos pueden desprenderse y llegar a los pulmones o al cerebro, **provocándole una embolia**.

**El calor que producen los masajes** resulta dañino para quien padece problemas circulatorios porque **aumenta el consumo de oxígeno de los tejidos**, los cuales no pueden recibir esa cantidad de sangre y oxígeno.

El problema se agrava aún más cuando los «masajistas» no son profesionales, ya que pueden poner en peligro no sólo la integridad corporal de una extremidad, sino la vida de los pacientes.

## Cuáles sí y cuáles no

En general, los masajes son una práctica común para que los deportistas «entren en calor», o bien, para liberar el estrés (masajes de relajación).

Si no existe alguna contraindicación, estos masajes resultan placenteros debido a que el cuerpo libera unas sustancias llamadas **endorfinas**, las cuales **originan una sensación de bienestar**.

No obstante, los **masajes** que se aplican con fines **reductivos, para disminuir las estrías o evitar** lo que erróneamente se conoce como **celulitis** -el nombre correcto es adiposis-, no solamente **son inútiles** sino que, al igual que ocurre con los enfermos del aparato circulatorio, **pueden resultar perjudiciales**, sobre todo cuando se realizan manualmente de manera vigorosa o con aparatos que provocan traumatismos, porque destruyen el sostén del tejido adiposo -facias-, el cual se dispersa irregularmente debajo de la piel, arruinando el colágeno; de este modo, los masajes **provocan exactamente el efecto contrario al que se busca: una mejor apariencia**.

En algunos casos llegan a producirse hematomas, es decir, tumores que se forman por la acumulación de sangre que sale de los vasos sanguíneos, dispersándose entre los tejidos o acumulándose en un solo sitio.

Por otra parte, cabe señalar que el experto consultado afirma que no hay forma de eliminar la adiposis, lo único que se puede hacer es evitar que siga progresando. Aunque este padecimiento es hereditario, hay diversos factores que aceleran su aparición, por ejemplo, cuando las personas suben y bajan de peso frecuentemente o usan la ropa muy ajustada, lo que provoca que las facias se rompan.

## ¿Masoterapia?

La técnica denominada masoterapia **sólo se aplica a personas enfermas del aparato circulatorio que presentan problemas linfáticos**, es decir, cuando el líquido que circula por los vasos linfáticos no drena debido a algún proceso tóxico, inflamatorio, infeccioso, quirúrgico, canceroso o congénito, y se queda atrapado en manos, antebrazos, piernas y/o pies.

Debe advertirse que **únicamente debe realizarlo un fisioterapeuta debidamente entrenado**.

En virtud de que los servicios de aplicación de masajes no están reglamentados, cualquier persona que lo desee puede dedicarse a ello. Sin embargo es importante aclarar que el especialista en la materia es el fisioterapeuta, quien se dedica a rehabilitar enfermos que han sufrido traumatismos, una operación o lesiones del sistema nervioso central; su preparación profesional incluye entrenamiento a nivel universitario para dar masajes, además del uso de aparatos y ejercicios especiales.

## Tenga cuidado

-Si desea recibir un masaje acuda a un fisioterapeuta que haya obtenido su diploma en una institución reconocida y cuente con experiencia suficiente.

-Solicite recomendaciones y/o antecedentes de otros pacientes y pida que le muestren algún documento -certificado o diploma, por ejemplo- que avale sus estudios.

-Si usted padece algún problema circulatorio infórmelelo previamente al fisioterapeuta.

-Tenga especial cuidado con el uso de cremas cosméticas u otras sustancias y/o aparatos que se empleen para tal fin, porque pueden presentarse reacciones adversas.

No olvide que con la salud no se juega. No sea que por tratar de lucir mejor ¡le ocasionen un problema que no tenía!

Yureli Cacho

*El acné*

# *¿Pecado de juventud?*

*Aunque el acné no se considera un padecimiento físico grave, puede llegar a generar molestias psicológicas y de adaptación social en el individuo -sobre todo durante la pubertad- debido a sus características estéticas.*

*El acné se debe a la inflamación de las glándulas sebáceas -encargadas de secretar la grasa necesaria para lubricar la piel y mantenerla suave y elástica-, y a la congestión de los folículos pilosos originada por la obstrucción de los poros.*



## A quiénes afecta

Los adolescentes son el grupo más predispuesto a padecer acné, debido a la acción de los estrógenos en la mujer y de la testosterona en el hombre (que es el género más vulnerable), ya que en este periodo la producción hormonal aumenta a consecuencia de los cambios sexuales secundarios -aparición del vello púbico y axilar, cambio de voz, crecimiento de los senos y las caderas, etcétera-, que estimulan la secreción de las glándulas sebáceas.

Sin embargo, el acné no es una enfermedad exclusiva de la pubertad, también la llegan a padecer los niños y los adultos -sobre todo bajo situaciones de estrés.

De hecho, la mayor incidencia se verifica durante la segunda década de la vida y tiende a disminuir hacia la tercera; cabe señalar que también influyen el tipo de piel, el uso inadecuado y excesivo de cremas, así como factores psicológicos y emocionales.



## Tipos de acné

**Comedoniano:** es el más común de todos y se caracteriza por pequeñas acumulaciones de sebo y queratina -principal proteína de la capa más superficial de la piel-; se manifiesta con la aparición de puntos negros o blanquecinos (comedones).

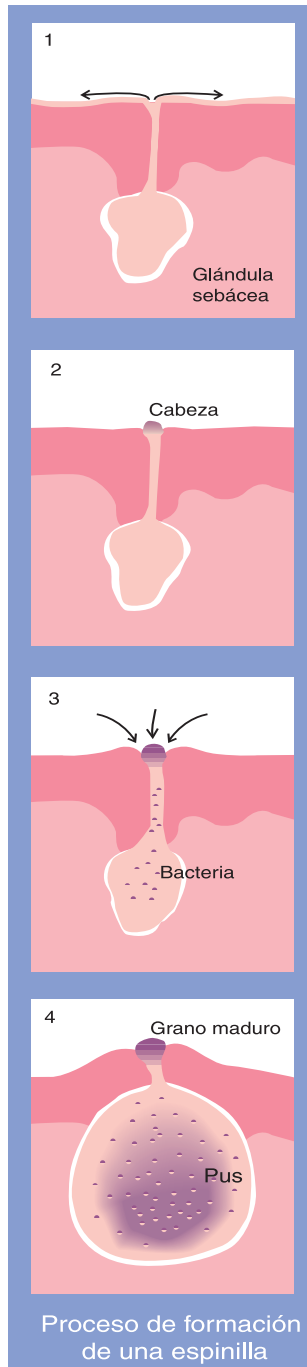
**Papuloquístico:** son inflamaciones en las que aparece un punto blanco -"espinitas"-; surgen como consecuencia de la administración de medicamentos con alto contenido de progesterona, esteroides, vitaminas o complementos alimenticios.

**Conglobato:** se refiere a un tipo de acné cuyas lesiones se agrupan formando serias inflamaciones y quistes que llegan a causar severas cicatrices.

**Neonatal:** no es extraño que algunos niños recién nacidos presenten pequeños brotes de acné, lo cual se debe a la influencia hormonal que la madre transmitió al niño a través de la placenta. En este caso se recomienda asistir al especialista, aunque por lo general desaparece en pocas semanas.

## Cómo se manifiesta

Los brotes acnéicos se producen cuando la secreción de las glándulas sebáceas queda retenida en los poros de la piel; al contacto con el ambiente y los microbios se transforman en puntos negros, que al infectarse originan la inflamación y el enrojecimiento, provocando la formación de una vesícula de pus -"espinita"-, la cual se alivia al cabo de tres o cuatro días.



Es común que la gente afectada trate de curarse, sin embargo no es recomendable ya que pueden quedar cicatrices, causar inflamación o provocar una infección grave.

Las zonas del cuerpo más afectadas por el acné son principalmente la cara, el cuello, la espalda y los hombros; en casos más severos aparece en los glúteos, los brazos y las piernas.

Cabe destacar que el acné que desencadena la administración de hormonas no desaparece de un día para otro, todo depende del tratamiento que el dermatólogo recomienda, y en ocasiones puede prolongarse hasta la edad adulta.

## ¿Más caro el remedio?

El acné no afecta de igual manera a todas las personas, pues influyen las características de la piel y las causas que lo originan, por ello los tratamientos deben ser individualizados.

En nuestro país existe una infinidad de clínicas que ofrecen tratamientos faciales para eliminar el acné y sus secuelas, sin embargo es muy importante saber en manos de quién estamos confiando nuestra salud y nuestro dinero.

Por ejemplo, las "limpiezas faciales" sólo erradican temporalmente el acné debido a que el tratamiento se aplica de manera superficial; un dermatólogo, en cambio, elaborará su historia clínica para conocer las causas del acné y hará un diagnóstico del problema; si lo considera pertinente puede extraer los brotes con ayuda de un aparato especial que no maltrata ni inflama los poros.

La duración de los tratamientos depende del tipo de acné, su gravedad y la constancia del paciente para seguir al pie de la letra las indicaciones del médico, pues por lo regular son tratamientos largos.

### ¿Productos milagrosos?

En el mercado se comercializa un sinnúmero de productos que aseguran curar el acné sin dejar secuelas. Sin embargo, los especialistas aseguran que este tipo de productos -conocidos como "fórmulas opacas"- contienen exorcina, azufre y peróxido de benzoilo con mezclas, por lo que son exclusivamente "auxiliares" en el tratamiento.

Aunque los productos comerciales para tratar el acné suelen ser más baratos que los medicamentos que recetan los dermatólogos, es importante tomar en cuenta que sólo atacan el problema superficialmente. En cambio, un especialista le recetará el medicamento idóneo (pomada, gel, preparados, desinflamatorios, antibióticos orales o tópicos, retinoides orales u hormonales).

### Mitos sobre el origen del acné

**Dietas:** muchas personas relacionan la aparición del acné con la ingesta de algunos alimentos, como chocolate, grasa y azúcares, lo cual resulta totalmente falso. Los médicos han comprobado que ningún alimento produce aumento en el sebo de la piel, por lo que no es conveniente eliminarlos de la dieta.

**Relaciones sexuales:** la afirmación de que el acné es consecuencia de las relaciones sexuales excesivas, nulas o la masturbación es definitivamente falsa.

**Herencia:** El acné no se hereda, pero sí la predisposición a tener cutis graso.

### Falsedades sobre su tratamiento

**Vapor:** aún no se ha comprobado que éste controle o ayude a mejorar las lesiones causadas por el acné; sin embargo, sí puede deshidratar la piel. Por ello no se recomienda permanecer mucho tiempo en los baños de vapor.

**Vacunas:** resulta inútil gastar en "vacunas milagrosas" que de ninguna forma favorecen la textura del cutis. Por el contrario, lo más seguro es que su padecimiento se agrave pues dichas vacunas están elaboradas con el líquido de las pústulas y abscesos, ¡tenga cuidado!

**Autohemoterapia:** otro remedio peligroso que consiste en extraerle sangre al paciente para aplicársela vía intramuscular.

**Mascarillas:** en el mercado hay múltiples tratamientos cosmetológicos cuya aplicación resulta inútil; en algunos casos incluso pueden agravar el problema pues ciertos exfoliadores son muy agresivos.

**Lavado frecuente de la cara:** esto obligará a las glándulas sebáceas a activarse, puesto que la piel se reseca.

### Recomendaciones finales

**Mantener limpia la piel:** lavarla con jabón neutro o medicado recomendado por el dermatólogo. Lave su piel dos veces al día, preferentemente en la mañana y en la noche, con una esponja.

**Evitar los maquillajes, lociones y cremas grasosas:** ya que estimulan la producción de grasa en el cutis; aplicar sólo las cremas o lociones faciales que prescriba el médico.

**No "exprimir" los brotes de acné:** por pequeños que sean es preferible dejar que sanen solos, ya que además de infectarse le quedarán cicatrices que son difíciles de eliminar.

**No dejarse llevar por la "experiencia" de los demás** en el uso de remedios caseros y medicamentos que se comercializan en farmacias, cada tipo de piel es diferente y podrían causarle un problema mayor.

**No aplicarse mascarillas caseiras:** los productos utilizados pueden contener ciertas grasas naturales que contribuyen a obstruir los poros.

**Proteger el cutis** de los rayos solares intensos.

**Tener mucho cuidado con los productos "milagrosos"** que le ofrecen para erradicar el acné - como pastillas, cremas, geles, etcétera-, ya que pueden contener sustancias peligrosas.

Lorena M. Romo

Fuentes: -Doctora Marcela Saeb Lima, médico adscrito al Servicio de Dermatología del Hospital "Manuel Gea González", SS.

-Doctor José Álvaro Peñaloza Martínez, jefe de consulta externa del Centro Dermatológico "Ladislao de la Pascua".

-Doctor Javier Ruiz Ávila, médico certificado por el Consejo Mexicano de Dermatología, Centro Dermatológico "Tennysen".

-Doctor Carlos Delvecchio Calcano, dermatólogo titular del Área de Cirugía Plástica del Hospital General de México.

-Doctora Silvia Espinosa, jefe de la Clínica de Cirugía Estética del Hospital General de México.

-Sondeo de mercado.



# Estudio de calidad de *teléfonos* *celulares*

Con el objeto de proporcionar información sobre la calidad, marcas, modelos, características y precio de los teléfonos celulares, los especialistas del Laboratorio de Pruebas analizaron la calidad de los aparatos de este tipo que se comercializan en el mercado nacional y que son susceptibles a interconectarse con los sistemas establecidos por los prestadores de servicios celulares en nuestro país.

Se analizaron 24 teléfonos celulares correspondientes a siete marcas, los cuales se indican a continuación.

*Pruebas realizadas a teléfonos celulares con tecnologías CDMA, TDMA y analógicos (AMPS)*

- Información al consumidor
- Acabados
- Potencia Isotrópica Radiada Equivalente (P. I. R. E.)
- Distorsión de la señal por ruido en audio (SINAD)
- Tasa de Error de Transmisión
  - para tecnología CDMA, Frame Error Rate (F. E. R.)
  - para tecnología TDMA, Bit Error Rate (B. E. R.)



| Marca    | Modelo                                                                        | Tipo                                                                                    | Tipo de tecnología de transmisión                                       |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| Nokia    | 918 P<br>282 N<br>252 NP<br>5120 i<br>5180<br>6120 i<br>6160 i<br>8860        | Analógico<br>Analógico<br>Analógico<br>Digital<br>CDMA<br>Digital<br>Digital<br>Digital | Analógico<br>Analógico<br>Analógico<br>TDMA<br><br>TDMA<br>TDMA<br>TDMA |
| Nec      | Max92<br>Nex2600                                                              | Analógico<br>Digital                                                                    | Analógico<br>TDMA                                                       |
| Motorola | Startac ST7760<br>Startac ST7797<br>Startac ST7860<br>V3620<br>Timeport P8097 | Digital<br>Digital<br>Digital<br>Analógico<br>Digital                                   | CDMA<br>TDMA<br>CDMA<br>Analógico<br>TDMA                               |
| Samsung  | SCH-620<br>SCH-811                                                            | Digital<br>Digital                                                                      | CDMA<br>CDMA                                                            |
| Ericsson | A1228<br>T18D<br>KF788<br>DH668                                               | Digital<br>Digital<br>Digital<br>Digital                                                | TDMA<br>TDMA<br>TDMA<br>TDMA                                            |
| Audiovox | CDM3300<br>FC9200A<br>LG330W                                                  | Digital<br>Digital<br>Digital                                                           | CDMA<br>CDMA (**)<br>CDMA                                               |

(\*\*) De mesa

- Nivel de señal espuria que genera el teléfono en operación
- Patrón de radiación
- Ergonomía (peso y dimensiones)
- Pruebas específicas de transmisión/recepción en tecnología CDMA (Acceso Múltiple por División de Código)
- Estabilidad en frecuencia (forma analógica)
- Estabilidad en frecuencia (forma digital)
- Potencia digital
- Calidad de la forma de onda
- Pruebas específicas de transmisión/recepción en tecnología TDMA (Acceso Múltiple por División de Tiempo)
- Estabilidad en frecuencia (forma analógica)
- Estabilidad en frecuencia (forma digital)

Cabe señalar que las características y los atributos se analizan como información al consumidor.

### *Cómo se hicieron las pruebas*

**Información al consumidor.** Consistió en verificar mediante inspección visual que los teléfonos celulares presentaran, sobre partes visibles que no sean fácilmente borrables, el nombre del fabricante, marca registrada o ambos, país de origen, marca y modelo del producto, símbolo de autorización para la fabricación, venta y uso en México NOM-NYCE, y cumplimiento de homologación otorgada por Cofetel.

Además se revisó que el aparato incluyera una póliza de garantía que indicara en forma clara y precisa la vigencia, alcance, restricciones y los centros de servicio donde se pueda hacer efectiva.

**Acabados.** Se verificó que la muestra contara con un diseño que facilite su limpieza y que cada una de las partes presentara un ensamble correcto; asimismo se revisó la uniformidad del color y la textura de sus partes, es decir, que los acabados no tuvieran aristas, filos o rebabas punzocortantes que puedan dañar al usuario.

### **Potencia Isotrópica Radiada**

**Equivalente (P. I. R. E.).** El objetivo de esta prueba consistió en determinar el nivel máximo de potencia bajo el cual el teléfono celular es capaz de transmitir, conocida como P. I. R. E. Esta prueba se realizó en una habitación especialmente diseñada para no dejar pasar las señales electromagnéticas del medio (señales de radio, de televisión, comunicaciones telefónicas celulares, etcétera), la cual recibe el nombre de «Cámara Anecoica», ubicada en el Laboratorio de Radiación y Propagación de la Cofetel, con el fin de cuantificar sin error la potencia real de transmisión del equipo, considerando la ganancia que proporciona su antena, al simular la comunicación con una estación base (la antena de una radio célula); este nivel se encuentra normalizado.

**Distorsión de la señal por ruido en audio (SINAD).** Se determinó el nivel de distorsión de audio en transmisión y recepción que se genera al establecer una comunicación con el telé-



fono celular bajo prueba, lo anterior tiene la finalidad de cuantificar la fidelidad que presenta el equipo durante la comunicación. Esta prueba se realizó con un analizador de equipo de radiocomunicación que se conecta directamente -a través de una interfase especial- al teléfono celular bajo prueba, para establecer una comunicación de lazo cerrado, enviando una señal de prueba que el teléfono recibe como una señal de audio, para después efectuar con el equipo de medición la cuantificación de la relación de la señal recibida con respecto a la enviada.

**Nivel de señal espuria que genera el teléfono en operación.** Cuando un teléfono celular transmite, lo hace a través de un canal asignado por la es-

tación base, es decir, en una frecuencia establecida para el mismo; en teoría no debería generarse ningún otro tipo de señales que pudieran interferir con otros sistemas, sin embargo, la propia electrónica del teléfono genera pequeños ruidos eléctricos, denominados señales espurias (señales no deseadas), las cuales pueden medirse. Lógicamente, aquellos teléfonos que generan ruidos mínimos indican un mejor diseño de la electrónica interna del aparato.

El teléfono celular se instaló dentro de la cámara anecoica a una distancia de 3 metros de una antena receptora conectada a un analizador de espectro, con la cual se llevó a cabo la medición de las frecuencias espurias en la 1ª, 2ª y 3ª armónicas del canal empleado. El analizador de equipo de radiocomunicación sirvió para simular la comunicación entre una estación base y el teléfono celular. Una vez establecida la comunicación el teléfono fue girado 360°, a fin de localizar las mayores frecuencias espurias emitidas, localizadas en la 1ª, 2ª y 3ª armónicas del canal empleado.

**Patrón de radiación.** Basándonos en la misma metodología empleada en la prueba de Potencia Radiada o P. I. R. E., se censó la respuesta de la antena del teléfono, obteniendo un gráfico de 360° que permitió saber si la antena era omnidireccional, es decir, que puede recibir y transmitir con la misma intensidad de señal en todas direcciones (manteniendo el teléfono en posición vertical, como en uso normal), no importando la ubicación del teléfono respecto a la antena de la estación base.

**Tasa de Error de transmisión. Frame Error Rate (F. E. R.) tecnología C. D. M. A. y Bit Error Rate (B. E. R.) tecnología T. D. M. A.** Con la ayuda del analizador de equipo de radiocomunicación y de la interfase necesaria para conectar cada equipo bajo prueba, se cuantificaron los errores que pueden presentarse en la recepción durante una comunicación en forma digital, debidos principalmente a la baja señal de la transmisión que puede presentar una radio-base durante su operación normal, lo cual puede traducirse

## Recomendaciones de compra

Antes de comprar un teléfono celular debe tomar en cuenta sus necesidades de comunicación para determinar qué tipo de tecnología requiere: analógica (AMPS) ofrecida por Telcel, Iusacell, Cedetel, Norcel, Movitel, Bajacel y Portatel digitales, TDMA a 800 Mhz y a 1900 Mhz ofrecida por Telcel, y CDMA a 800 Mhz, tecnología que ofrecen Iusacell, Cedetel, Norcel, Movitel, Bajacel y Portatel, y CDMA a 1900 Mhz ofrecida por Iusacell, Pegaso y Unefon.

Cabe destacar que la transmisión de señal en los teléfonos celulares presenta diferencias que pueden resultar determinantes para elegir un teléfono y la empresa con la que desea contratar los servicios de telefonía celular.

La tecnología analógica está probada y es adecuada, pero implica un gasto mayor de energía comparada con la digital. Además su aplicación está limitada, pues no permite utilizar todos los servicios que las empresas de telefonía celular ofrecen y presentan poca capacidad de transmisión.

Por su parte, la tecnología digital ofrece de tres a 15 veces más capacidad de transmisión que la analógica, además de los siguientes servicios: identificador de llamadas, mensajes de texto, mensajes de voz, transmisión de fax y datos, conexión y navegación por Internet (sólo si su proveedor de telefonía celular ofrece estos servicios), y mayor vida de la batería, entre otros.

Si usted va a contratar el servicio de telefonía celular le recomendamos consultar nuestra edición del mes de mayo de este año, que incluye un trabajo de mercadotecnia de los principales prestadores de servicios.

Una vez que decida qué tipo de celular necesita, observe las diferentes marcas y modelos que los distribuidores ponen a su consideración y observe lo siguiente:

- Verifique las características del aparato. Es conveniente que adquiera aquel que tiene las funciones que usted utiliza y no aquellos modelos que tienen mucho más características, pero no las requiere.

- Es importante que considere el costo de los accesorios (cargador, sistemas de manos libres, funda de cuero, pinza de cinturón, etcétera) y consumibles (baterías), los cuales puede adquirir posteriormente.

- Verifique que el sello no esté alterado, ya que esto le dará la seguridad de que el teléfono y los accesorios están completos.

- Compruebe que la información al consumidor, el instructivo y la garantía estén redactados en idioma español.

- Exija y conserve su nota de compra y póliza de garantía, porque estos documentos le serán indispensables en caso de una eventual reclamación.

- Para adquirir su aparato prefiera aquellos lugares que estén bien establecidos, evite comprarlo en el mercado informal.

- Finalmente pida que le permitan verificar el equipo para comprobar el buen funcionamiento de cada una de las partes que lo componen, y en caso de detectar alguna deficiencia no dude en manifestarlo y exigir que resuelvan su inconformidad antes de efectuar la compra.

- Revise que los accesorios que acompañan al producto sean los que usted eligió, pues los distribuidores los ofrecen de acuerdo con sus promociones y precio. Casi todas las marcas analizadas manejan baterías de tipo estándar y/o de larga duración, estas últimas tienen un costo más elevado que las primeras, por lo cual en las promociones es normal que utilicen baterías estándar, las cuales presentan un tiempo de duración en uso y en operación mucho más corto.

como la sensibilidad que presenta el teléfono celular (en operación digital) para captar las señales de poca intensidad provenientes de una radio célula.

**Estabilidad en frecuencia.** Con la ayuda del analizador de equipo de radiocomunicación y de la interfase necesaria para conectar cada equipo bajo prueba, se cuantificó la desviación de la frecuencia central de operación del canal que utiliza el teléfono celular durante la comunicación.

**Potencia digital y forma de onda.** Con la ayuda del analizador de equipo de radiocomunicación y de la interfase necesaria para conectar cada equipo bajo prueba se realizó la medición de la potencia máxima de transmisión en forma digital para funcionar en tecnología C. D. M.A., y se verificó la calidad de la forma de onda durante su operación.

**Ergonomía.** Con la ayuda de un vernier y una balanza se realizó la medición de los siguientes parámetros:

- Peso
- Distancia entre el micrófono y el audífono
- Tamaño de los caracteres mostrados en la pantalla
- Tamaño de las teclas

Para de esta forma poder evaluar la funcionalidad que presenta el aparato con respecto a las características del usuario promedio.

Los parámetros analizados en forma



digital, para ambas tecnologías (C. D. M. A. y T. D. M.A.), tales como:

- Tasa de error de transmisión
- Estabilidad en frecuencia (forma analógica)
- Estabilidad en frecuencia (forma digital)
- Potencia digital
- Calidad de la forma de onda

no se tomaron en cuenta para la evaluación global de calidad, ya que todos los teléfonos celulares analizados se encontraron muy por arriba de las tolerancias respecto a la norma, calificando todos como excelentes.

La duración de la batería con que cuenta cada una de las muestras analizadas sólo se proporciona como dato informativo (tanto en uso como en espera), ya que ésta depende principalmen-

te del tipo de batería que presentó el equipo al ser analizado, que puede variar de acuerdo con la promoción que ofrezca el distribuidor de teléfonos y servicios celulares, con la zona geográfica en que se relize la prueba, con la cercanía del teléfono móvil con respecto a la radio-célula, y si el servicio de telefonía celular que proporciona el prestador lo hace 100 por ciento digital o en ocasiones puede conmutarse a sistema analógico.

Para una mejor comprensión de las pruebas realizadas se agruparon en los parámetros de calidad que se muestran en el cuadro de abajo.

A continuación le presentamos los detalles de los resultados parciales y las evaluaciones globales de calidad obtenidas por cada teléfono celular analiza-

do. Si usted requiere más información sobre el presente estudio lo invitamos a comunicarse a la Coordinación General de Investigación al teléfono 55-49-04-95 o al 55-44-21-22.

**Nota:** El precio de los teléfonos analizados que aparece en las fichas técnicas corresponde a las tarifas vigentes hasta el 31 de agosto del 2000 en el área metropolitana.



| Parámetro de calidad                                    | Prueba realizada                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Potencia en transmisión                                 | Potencia Isotrópica Radiada Equivalente (P. I. R. E.)                                                                                   |
| Fidelidad de audio en la comunicación                   | Distorsión Señal por Ruido en Audio (SINAD)                                                                                             |
| Sensibilidad de recepción digital                       | Tasa de Error de Transmisión<br>Frame Error Rate (F. E. R.) tecnología C. D. M. A. y Bit<br>Error Rate (B. I. T.) tecnología T. D. M.A. |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | Patrón de radiación y Nivel de señal espuria que genera el teléfono en operación                                                        |

## Recomendaciones de uso

Antes de usar por primera vez su teléfono celular lea el manual del usuario para emplearlo adecuadamente, además tome en cuenta las siguientes recomendaciones:

- No toque la antena innecesariamente, el contacto con esta pieza afecta la calidad de la llamada; si la antena se extiende y se retrae, debe estar desplegada en toda su extensión antes de contestar o al realizar una llamada. De esta forma usted puede asegurarse de que la comunicación sea mejor y el teléfono funcione a un nivel de potencia adecuado.

- No utilice su equipo si la antena está deteriorada, ya que ello incrementa el consumo de su batería, debido a que el aparato aumenta su potencia de transmisión, lo que provoca que se acorten los tiempos de conversación y de espera que puede ofrecer la carga de su batería, también puede haber sobrecalentamiento de su equipo y deterioro en la calidad de transmisión/recepción de llamadas.

- Si está dentro de un edificio, la recepción telefónica se realizará mejor cerca de una ventana.

- Sólo utilice las baterías, cargadores y accesorios que recomienda el fabricante para obtener un mayor rendimiento del teléfono.

- Cuando el aparato sufra un desperfecto y ya no sea vigente la garantía, envíelo a un centro de servicio autorizado por la marca de su teléfono celular.

# Teléfonos celulares con tecnología CDMA y AMPS a 800 Mhz (dual modo)



## Samsung SCH-620 95 puntos

Plan mensual desde \$ 436.00 durante 24 meses y depósito de \$ 900.00 con 120 minutos, hasta plan mensual de \$ 1,839.00 a 12 meses y depósito de \$ 2,800.00 con 1000 minutos (Iusacell).

Presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 36 caracteres en tres líneas, su menú puede ser habilitado en idiomas español, inglés y portugués, y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 79 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto (1), mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), tiene la capacidad de registrar la llamada perdida (no contestada) al indicar en la pantalla el número telefónico de quien llamó, registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de 20 tonos de llamada diferentes y bloqueo de teléfono para cuando se pulsan las teclas por error. Cuenta con vibrador incluido que vibra cuando se recibe una llamada. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en tres niveles y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

**País de origen:** Corea  
1 año de garantía

**Ventajas:** Cuenta con reloj-alarma, remarcación de llamadas perdidas o recibidas. El cargador es del tipo de mesa; posee la función de marcado de números de emergencia, incluso cuando el teléfono se encuentra bloqueado, realización de una llamada desde la agenda telefónica (marcado rápido con un toque mediante un espacio de memoria, y marcado rápido con dos toques). Se puede asociar alguno de los 20 timbrados diferentes a números guardados en la agenda telefónica interna, lo cual permite reconocer una llamada entrante; cuenta con marcado por voz que puede almacenar hasta 20 registros; opciones durante una llamada (llamada en espera, llamada tripartita y desvío de llamadas) (1), grabación de apuntes por voz con una duración máxima de 60 segundos, cuenta con conexión del audífono-micrófono, calculadora de operaciones básicas; su menú permite consultar la hora actual en las 35 ciudades principales del mundo, así como visualizar la hora, el mes y el día de la fecha actual en la pantalla.

**Desventajas:** Los caracteres mostrados en la pantalla, al ser ocupada en la totalidad de su capacidad, son pequeños, al igual que el tamaño de sus teclas y la distancia entre el micrófono y el audífono, lo que lo sitúa por abajo del promedio de los teléfonos analizados para estas pruebas.

**Capacidad de la batería:** 3 hrs. de uso continuo en llamada (empleando la batería de Li-ion estándar incluida) y 150 hrs. en espera, ambos valores en modo digital, presentado tiempos menores al usarlo en modo analógico.

**Peso total del teléfono (con batería):** 117 gramos

**Nota:**  
(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.

| Pruebas                                                 |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Información al consumidor                               | E |
| Acabados                                                | E |
| Potencia en la transmisión                              | E |
| Fidelidad de audio en la recepción                      | E |
| Sensibilidad en recepción digital                       | E |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | E |
| Ergonomía                                               | B |

## Motorola ST 7860 94 puntos

Plan mensual desde \$ 436.00 durante 24 meses y depósito de \$ 900.00 con 120 minutos, hasta plan mensual de \$ 1,839.00 a 12 meses y depósito de \$ 2,800.00 con 1000 minutos (Iusacell).

Presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 64 caracteres en cuatro líneas, su menú puede ser habilitado en tres idiomas (español, inglés y francés) y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 99 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto (1) (60 mensajes de 128 caracteres), mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), tiene la capacidad de registrar la llamada perdida (no contestada) al indicar en la pantalla el número telefónico de quien llamó, registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de nueve tonos de llamada diferentes y dos códigos de seguridad para bloquear el teléfono en caso de uso no autorizado o restringido. Cuenta con vibrador incluido para que cuando se reciban llamadas el teléfono vibre. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en tres niveles y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

**País de origen:** E. U.  
1 año de garantía

**Ventajas:** Posee marcación rápida mediante la función de la tecla Turbo Dial, que permite marcar números almacenados en las posiciones 1 a 9 con sólo oprimir un botón. Cuenta con reloj, remarcación de llamadas perdidas o recibidas. El cargador es del tipo de viaje; ofrece acceso a Internet (1), botón inteligente que permite el marcado directo con sólo presionar un botón y el acceso fácil a menús y funciones, tiene conector para audífono.

**Desventajas:** No presenta capacidad para conectarle una batería auxiliar y su nivel de fidelidad de audio en recepción es ligeramente menor a los valores máximos obtenidos en esta prueba.

**Capacidad de la batería:** 1 hr. 50 minutos de uso continuo en llamada (empleando la batería de Li-ion de extra capacidad incluida) y 96 hrs. en espera, ambos valores en modo digital, presentado tiempos menores al usarlo en modo analógico.

**Peso total del teléfono (con batería y clip):** 145.5 gramos

**Nota:**  
(1) Esta función depende de si se encuentra habilitada por su proveedor de servicio telefónico.



| Pruebas                                                 |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Información al consumidor                               | E |
| Acabados                                                | E |
| Potencia en la transmisión                              | B |
| Fidelidad de audio en la recepción                      | B |
| Sensibilidad en recepción digital                       | E |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | E |
| Ergonomía                                               | E |

## Nokia 5180 94 puntos

\$ 1,148.85 con \$ 100.00 de tiempo aire (Cedotel Monterrey) sistema de prepago o plan mensual desde \$ 279.00 durante 12 meses más activación y fianza de \$ 470.00 con 50 minutos de tiempo aire.

Presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 32 caracteres en tres líneas, su menú puede ser habilitado en idiomas español, portugués, japonés, inglés y francés, y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 100 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto (1), mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), tiene la capacidad de registrar la llamada perdida (no contestada) al indicar en la pantalla el número telefónico de quien llamó, registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de 40 tonos de llamada diferentes y bloqueo de teclas para cuando se pulsan las teclas por error. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en cuatro niveles y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

**País de origen:** E. U.  
1 año de garantía

**Ventajas:** Proporciona breves explicaciones de todas las funciones del menú. Posee marcación rápida (presionando una tecla) para siete números telefónicos, posiciones 2 a la 8 de memoria, las teclas 1 y 9 se usan exclusivamente para discar el número del buzón de mensajes y para llamar a emergencia, respectivamente. Cuenta con reloj-alarma, la cual funciona aún estando apagado el teléfono, remarcación de llamadas perdidas o recibidas, tres juegos de entretenimiento, y es posible cambiarle la carcasa por otra, disponible en varios colores (opcional). El cargador es del tipo de viaje. Se puede adquirir en el mercado una batería con vibrador para que cuando se reciban llamadas el teléfono vibre (opcional).

**Desventajas:** Su fidelidad de audio en recepción es ligeramente menor a los valores máximos obtenidos para esta prueba, y en la comunicación cuando existe un cambio de posición del usuario.

**Capacidad de la batería:** 2 hrs. de uso continuo en llamada (empleando la batería de NiMH de alta capacidad incluida) y 70 hrs. en espera, ambos valores en modo digital, presentando tiempos menores al emplearse en modo analógico.

**Peso total del teléfono (con batería y clip):** 169.5 gramos

**Nota:**  
(1) Esta función depende de si se encuentra habilitada por su proveedor de servicio telefónico.



| Pruebas                                                 |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Información al consumidor                               | E |
| Acabados                                                | E |
| Potencia en la transmisión                              | E |
| Fidelidad de audio en la recepción                      | B |
| Sensibilidad en recepción digital                       | E |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | B |
| Ergonomía                                               | E |

## Motorola ST 7760 92 puntos

Plan mensual de \$ 436.00 durante 24 meses y depósito de \$ 900.00 con 120 minutos, hasta plan mensual de \$ 1,839.00 a 12 meses y depósito de \$ 2,800.00 con 1000 minutos (Iusacell).

Presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 18 caracteres en cuatro líneas, su menú puede ser habilitado en tres idiomas (español, francés e inglés) y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 99 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto (1), mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), tiene la capacidad de registrar la llamada perdida (no contestada) al indicar en la pantalla el número telefónico de quien llamó, registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de nueve tonos de llamada diferentes y dos códigos de seguridad para bloquear el teléfono en caso de uso no autorizado o restringido, cuenta con vibrador incluido para que cuando se reciba una llamada el teléfono vibre. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en tres niveles y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

**País de origen:** E. U.  
1 año de garantía

**Ventajas:** Posee marcación rápida mediante la función de la tecla Turbo Dial, que permite marcar números almacenados en las posiciones 1 a 9 con sólo oprimir un botón. Cuenta con reloj, remarcación de llamadas perdidas o recibidas. El cargador es del tipo de viaje, conector para audífono, información de hora y fecha, cuenta con botón inteligente que permite un acceso más rápido al menú de funciones.

**Desventajas:** Su sensibilidad en recepción es ligeramente menor a los valores máximos obtenidos para esta prueba.

**Capacidad de la batería:** 1 hr. 50 minutos de uso continuo en llamada (empleando la batería de Li-ion de extra capacidad incluida) y 96 hrs. en espera, ambos valores en modo digital, presentando tiempos menores al emplearse en modo analógico.

**Peso total del teléfono (con batería y clip):** 141.5 gramos

**Nota:**  
(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.



| Pruebas                                                 |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Información al consumidor                               | E |
| Acabados                                                | E |
| Potencia en la transmisión                              | B |
| Fidelidad de audio en la recepción                      | B |
| Sensibilidad en recepción digital                       | B |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | E |
| Ergonomía                                               | E |

Samsung SCH-811 92 puntos

(\*) Plan mensual de \$ 436.00 durante 24 meses y depósito de \$ 900.00 con 120 minutos, hasta plan mensual de \$ 1,839.00 a 12 meses y depósito de \$ 2,800.00 con 1000 minutos (Iusacell).

Presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 39 caracteres en tres líneas, su menú puede ser habilitado en idiomas español e inglés, y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 79 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto (1), mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), tiene la capacidad de registrar la llamada perdida (no contestada) al indicar en la pantalla el número telefónico de quien llamó, registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de 13 tonos de llamada diferentes y bloqueo de teléfono para que no se haga uso indebido del mismo. Cuenta con vibrador incluido que vibra cuando se recibe una llamada. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en tres niveles y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

País de origen: Corea  
1 año de garantía

**Ventajas:** Posee marcación rápida (presionando una tecla) mediante el número de registros guardados en la agenda telefónica Posiciones 1 a 9. Cuenta con reloj-alarma, la cual funciona diario o una sola vez, según se programe; remarcación de llamadas perdidas o recibidas. El cargador es de mesa. Cuenta con hora mundial para checar el tiempo actual en 24 países extranjeros, calculadora con operaciones básicas; función de agenda electrónica personal; marcado por voz donde se puede llamar hasta a 20 números guardados simplemente diciendo el nombre al micrófono. Incluye entrada del audífono externo. Cuenta con la opción de alertas diferentes que permite asignar un timbrado único a una llamada entrante, de acuerdo con el número guardado en la memoria (pueden ser hasta cinco).

**Desventajas:** Su sensibilidad en recepción es ligeramente menor a los valores máximos obtenidos por esta prueba y presenta ligeros problemas cuando existe un cambio de posición del usuario.

**Capacidad de la batería:** 4 hrs. de uso continuo en llamada (empleando la batería de Li-ion de duración extendida incluida) y 100 hrs. en espera, ambos valores en modo digital. Presenta tiempos menores al emplearse en modo analógico.

**Peso total del teléfono (con batería):** 166.7 gramos

**Nota:**  
(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.



| Pruebas                            |   |
|------------------------------------|---|
| Información al consumidor          | E |
| Acabados                           | E |
| Potencia en la transmisión         | B |
| Fidelidad de audio en la recepción | E |
| Sensibilidad en recepción digital  | B |
| Mantenimiento de la comunicación   |   |
| por cambio de posición             | E |
| Ergonomía                          | B |



Audiovox CDM-3300 83 puntos

Plan mensual de \$ 436.00 durante 24 meses y depósito de \$ 900.00 con 120 minutos, hasta plan mensual de \$ 1,839.00 a 12 meses y depósito de \$ 2,800.00 con 1000 minutos (Iusacell).

Presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 32 caracteres en cuatro líneas. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 100 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto (1), mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), tiene la capacidad de registrar la llamada perdida (no contestada) al indicar en la pantalla el número telefónico de quien llamó, registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de 13 tonos de llamada diferentes y bloqueo de teclas para cuando se pulsan las teclas por error. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en cuatro niveles y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse, cuenta con vibrador incluido que se acciona cuando se recibe una llamada.

País de origen: Corea  
1 año de garantía

**Ventajas:** Posee marcación rápida, remarcación de llamadas perdidas o recibidas, el cargador es de mesa. Cuenta con conector para audífono, analizador de bio-ritmo y calculadora de operaciones básicas.

**Desventajas:** Presenta ligeros problemas de audio y sensibilidad de recepción; su manual se encuentra en idioma inglés, al igual que su menú.

**Capacidad de la batería:** 2 hrs. de uso continuo en llamada (empleando la batería de Li-ion estándar incluida) y 60 hrs. en espera, ambos valores en modo digital.

**Peso total del teléfono (con batería y clip):** 141.5 gramos

**Nota:**  
(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.

| Pruebas                            |   |
|------------------------------------|---|
| Información al consumidor          | D |
| Acabados                           | E |
| Potencia en la transmisión         | B |
| Fidelidad de audio en la recepción | R |
| Sensibilidad en recepción digital  | R |
| Mantenimiento de la comunicación   | E |
| por cambio de posición             |   |
| Ergonomía                          | E |

## LG LGC-330W 82 puntos

\$ 1,725.00 con \$ 290.00 de tiempo aire (Iusacell)

Presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 48 caracteres en cuatro líneas. El menú en pantalla aparece en español exclusivamente y es muy sencillo navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 99 números telefónicos, puede recibir mensajes de voz (1) y de texto (1), registra las últimas diez llamadas recibidas o perdidas. Posee diez tipos de tonos de llamada diferentes y bloqueo del teléfono para evitar el mal uso del mismo. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en tres niveles y avisa visual y audiblemente cuando está a punto de agotarse.

**País de origen:** Ensamblado en México  
1 año de garantía

**Ventajas:** Presenta alarma vibratoria y de iluminación.

**Desventajas:** Su potencia de transmisión no es la mejor, al igual que la fidelidad de audio en recepción y su sensibilidad al recibir llamadas, su manual de operación se encuentra en idioma inglés.

**Capacidad de la batería:** No especifica.

**Peso total del teléfono (con batería y clip):** 160 gramos

**Nota:**

(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico haya sido habilitada.



| Pruebas                                                 |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Información al consumidor                               | D |
| Acabados                                                | E |
| Potencia en la transmisión                              | R |
| Fidelidad de audio en la recepción                      | R |
| Sensibilidad en recepción digital                       | R |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | E |
| Ergonomía                                               | E |

## Teléfonos celulares de 1900 Mhz. No probados

### Samsung SCH-6100

\$2,299.00 con \$ 100.00 de tiempo aire (Pegaso)

Presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 34 caracteres en tres líneas, su menú puede ser habilitado en idiomas español e inglés, y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 229 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto (1), mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), tiene la capacidad de registrar la llamada perdida (no contestada) al indicar en la pantalla el número telefónico de quien llamó, registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de 13 tonos de llamada diferentes y bloqueo del teléfono para cuando se pulsan las teclas por error. Cuenta con vibrador incluido que vibra cuando se recibe una llamada. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en tres niveles y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

**País de origen:** Corea  
1 año de garantía

**Ventajas:** Posee marcación rápida (presionando dos teclas). Cuenta con reloj-alarma, remarcación de llamadas perdidas o recibidas. El cargador es de mesa; el teléfono viene equipado con un mininavegador de Internet que hace posible el uso del navegador de Web Móvil, así como conexión de datos mediante telefonía móvil (1), permite hacer cinco grabaciones de voz separadas por un tiempo máximo de 60 segundos cada una, el marcado activado por voz permite hacer una llamada con sólo mencionar el nombre de la persona a la que se desea llamar (grabando la voz con el nombre y el número telefónico); se puede asociar uno de los 13 timbrados a nueve números guardados en la agenda telefónica interna, como identificación personalizada. Presenta calendario que permite agendar citas y/o acontecimientos importantes; también tiene calculadora para realizar operaciones básicas, hora mundial y fecha especial (recordatorio).

**Capacidad de la batería:** 3 hrs. de uso continuo en llamada (empleando la batería de Li-ion estándar incluida) y 168 hrs. en espera.

**Peso total del teléfono (con batería):** 114 gramos

**Nota:**

(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.



**Nokia 5170****\$ 1,699.00 con \$ 1,000.00 de tiempo aire (Unefon)**

Presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 32 caracteres en tres líneas, su menú puede ser habilitado en idiomas español, portugués, japonés, inglés y francés, y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 100 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto (1), mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), tiene la capacidad de registrar la llamada perdida (no contestada) al indicar en la pantalla el número telefónico de quien llamó, registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de 40 tonos de llamada diferentes y bloqueo de teclas para cuando se pulsan las teclas por error. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en cuatro niveles y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

**País de origen:** E. U.

1 año de garantía

**Ventajas:** El menú proporciona breves explicaciones de todas las funciones al navegar por él. Posee marcación rápida (presionando una tecla) para siete números telefónicos. Posiciones 2 a la 8 de memoria, las teclas 1 y 9 se usan exclusivamente para discar el número del buzón de mensajes y para llamar a emergencia, respectivamente. Cuenta con reloj-alarma la cual funciona aún estando apagado el teléfono, remarcación de llamadas perdidas o recibidas, tres juegos de entretenimiento y es posible cambiarle la carcasa por otra disponible en varios colores (opcional). El cargador es del tipo de viaje. Se puede adquirir en el mercado una batería con vibrador para que cuando se reciban llamadas el teléfono vibre (opcional).

**Capacidad de la batería:** 2 hrs. de uso continuo en llamada (empleando la batería de NiMH de alta capacidad incluida) y 70 hrs. en espera.

**Peso total del teléfono (con batería y clip):** 174 gramos**Nota:**

(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.

**Audiovox PCX-3500XL****\$ 1,724.00 con \$ 100.00 de tiempo aire (Pegaso)**

Presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 32 caracteres en cuatro líneas, su menú puede ser habilitado sólo en idioma español y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 100 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto (1), mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), tiene la capacidad de registrar la llamada perdida (no contestada) al indicar en la pantalla el número telefónico de quien llamó, registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de 15 tonos de llamada diferentes y bloqueo de teclas para cuando se pulsan las teclas por error. Cuenta con vibrador incluido para que cuando se reciba una llamada el teléfono vibre. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en cuatro niveles y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

**País de origen:** Corea

1 año de garantía

**Ventajas:** Posee marcación rápida (presionando una tecla) para nueve números telefónicos. Cuenta con reloj-alarma, la cual funciona aún estando apagado el teléfono, remarcación de llamadas perdidas o recibidas, el cargador es de mesa y tiene conector para audífono.

**Capacidad de la batería:** No especifica.**Peso total del teléfono (con batería y clip):** 141 gramos**Nota:**

(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.



Hyundai HSP-1200

\$ 1,378.00 con \$ 100.00 de tiempo aire (Pegaso)

Presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 27 caracteres en tres líneas, su menú puede ser habilitado en idiomas español e inglés, y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 100 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto (1), mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), tiene la capacidad de registrar la llamada perdida (no contestada) al indicar en la pantalla el número telefónico de quien llamó, registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de 15 tonos de llamada diferentes y bloqueo de teclas para cuando se pulsan las teclas por error. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en cuatro niveles y el teléfono avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

País de origen: Corea  
1 año de garantía

**Ventajas:** Se puede tener un fácil acceso con sus teclas laterales de navegación rápida multifuncionales. Cuenta con reloj-alarma, la cual funciona aún estando apagado el teléfono, remarcación de llamadas perdidas o recibidas. El cargador es de mesa, permite programar una llamada con ajuste de hora y tiene calculadora con operaciones básicas.

**Capacidad de la batería:** No especifica.

**Peso total del teléfono (con batería):** 161 gramos

**Nota:**  
(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.



Teléfonos celulares analógicos (AMPS) a 800 MHz

Nec Max 920 98 puntos

\$ 746.00 con \$ 100.00 de tiempo aire (Telcel), sistema de prepago

Presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 16 caracteres en dos líneas, posee capacidad para almacenar en memoria hasta 24 números telefónicos, cuenta con identificador de llamadas (1), registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de un tono de llamada y bloqueo total o parcial del teléfono para evitar el uso no autorizado o restringirlo.

País de origen: Ensamblado en México  
1 año de garantía

**Ventajas:** Posee marcación rápida recordando números telefónicos de la memoria, utilizando el número de localidad de memoria y el botón SND. Cuenta con Fax/Módem (accesorio opcional).

**Desventajas:** Presenta caracteres numéricos exclusivamente y su menú está en idioma inglés. Para mostrar el indicador de carga de la batería se requiere presionar dos teclas, su peso es ligeramente mayor en relación con los otros modelos analizados, y la distancia entre el audífono y el micrófono es menor que en el promedio de los teléfonos analizados.

**Capacidad de la batería:** 2 hrs. 15 min. de uso continuo en llamada (empleando la batería de NiMH estándar incluida) y 36 hrs. en espera.

**Peso total del teléfono (con batería):** 235 gramos

**Notas:**  
(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio celularsi la haya habilitado.



| Pruebas                                                 |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Información al consumidor                               | E |
| Acabados                                                | E |
| Potencia en la transmisión                              | E |
| Fidelidad de audio en la recepción                      | E |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | E |
| Ergonomía                                               | B |



Motorola V362098 puntos

Plan mensual desde \$ 332.35 durante 12 meses y depósito de \$ 401.00 con 30 minutos de tiempo aire, hasta plan mensual de \$ 1,528.35 a 12 meses sin depósito con 60 minutos de tiempo aire (Telcel).

Teléfono celular análogo ultracompacto (con dimensiones de 4.11 x 8.32 cm), el cual presenta una pantalla de LEDS con capacidad para desplegar 14 caracteres en dos líneas, su menú puede ser habilitado en tres idiomas (español, inglés y portugués) y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 99 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto (1), mensajes de voz (1), registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de 30 tonos de llamada diferentes y dos códigos de seguridad para bloquear el teléfono en caso de uso no autorizado o restringido. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en tres niveles y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

País de origen: E. U.  
1 año de garantía

Ventajas: Posee marcación rápida (presionando una tecla) para nueve números telefónicos. Cuenta con contestadora y grabadora Voice Note, la cual le permite grabar hasta cuatro minutos, alerta vibradora. Envía y recibe faxes utilizando los accesorios opcionales para datos, botón inteligente que permite simplificar el acceso al menú y la realización de llamadas; visualizar los números telefónicos de las llamadas entrantes (identificador de llamadas) (1), y conector para el audífono. Su diseño es muy pequeño y bastante ligero.

Desventajas: Su pantalla tiene capacidad de desplegar 14 caracteres en dos líneas, las teclas no son tan grandes y la distancia entre audífono y micrófono es menor que en el promedio de los teléfonos analizados.

Capacidad de la batería: 1 hr. 50 min. de uso continuo en llamada (empleando la batería de Li-ion de capacidad extra incluida) y 46 hrs. en espera.

Peso total del teléfono (con batería y clip): 96 gramos

Nota:  
(1) Esta función depende de que si su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.

| Pruebas                                                 |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Información al consumidor                               | E |
| Acabados                                                | E |
| Potencia en la transmisión                              | E |
| Fidelidad de audio en la recepción                      | E |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | E |
| Ergonomía                                               | B |

Nokia 282 N98 puntos

(\*) \$ 2,500.00 con \$ 600.00 de tiempo aire en sistema de prepago o plan mensual desde \$ 332.35 a 12 meses sin depósito y 30 minutos de tiempo aire.

Teléfono celular analógico compacto, el cual presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 30 caracteres en tres líneas, su menú puede ser habilitado en idiomas español, francés, inglés y portugués, y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 75 números telefónicos, puede recibir mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), tiene la capacidad de registrar la llamada perdida (no contestada) al indicar en la pantalla el número telefónico de quien llamó (1), registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de 12 tonos de llamada diferentes y bloqueo de teclas para cuando se pulsan las teclas por error. Cuenta con vibrador incluido que vibra cuando se recibe una llamada. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en tres niveles y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

País de origen: México  
1 año de garantía

Ventajas: El cargador es del tipo de viaje. Permite el discado con un solo toque, contiene la tecla 9 de emergencia, llamadas PIN, que es una función de seguridad que necesita un código cada vez que usted haga una llamada (1). Incluye entrada para audífono externo.

Desventajas: El tamaño de los caracteres desplegados en la pantalla y el tamaño de las teclas es ligeramente menor al promedio de los teléfonos analizados.

Capacidad de la batería: 1 hr. 40 min. de uso continuo en llamada (empleando la batería de Li-ion estándar incluida) y 24 hrs. en espera.

Peso total del teléfono (con batería): 129.5 gramos

Nota:  
(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.



| Pruebas                                                 |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Información al consumidor                               | E |
| Acabados                                                | E |
| Potencia en la transmisión                              | E |
| Fidelidad de audio en la recepción                      | E |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | E |
| Ergonomía                                               | B |

## Nokia 252 NP 92 puntos

\$ 919.00 con \$ 100.00 de tiempo aire en sistema de prepago o plan mensual desde \$ 332.35 a 12 meses sin depósito y 30 minutos de tiempo aire (Telcel).

Teléfono celular, el cual presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 30 caracteres en tres líneas, su menú puede ser habilitado en idiomas español, francés, inglés y portugués, y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 75 números telefónicos, puede recibir mensajes de voz (1), registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de seis tonos de llamada diferentes y bloqueo de teléfono para evitar el mal uso del mismo. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en tres niveles y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

**País de origen:** México  
1 año de garantía

**Ventajas:** Discado de un solo toque, acceso rápido al buzón electrónico (1), teclado de seguridad. El cargador es del tipo de viaje. Se puede adquirir en el mercado una batería con vibrador para que cuando se reciban llamadas el teléfono vibre (opcional).

**Desventajas:** Presenta ligeros problemas de comunicación cuando existe un cambio de posición del usuario, y su fidelidad de audio en recepción es ligeramente menor a los valores máximos obtenidos para esta prueba.

**Capacidad de la batería:** 2 hrs. 45 min. de uso continuo en llamada (empleando la batería de NiMH de ultra alta capacidad incluida) y 40 hrs. en espera.

**Peso total del teléfono (con batería):** 185 gramos

**Nota:**

(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.



| Pruebas                                                 |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Información al consumidor                               | E |
| Acabados                                                | E |
| Potencia en la transmisión                              | E |
| Fidelidad de audio en la recepción                      | B |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | B |
| Ergonomía                                               | B |

## Nokia 918P 92 puntos

\$ 800.00 con \$ 100.00 de tiempo aire (Telcel) sistema de prepago; \$ 900.00 con \$ 290.00 de tiempo aire (Iusacell) sistema de prepago.

Teléfono celular, el cual presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 16 caracteres en dos líneas. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 40 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto (1), cuenta con identificador de llamadas (1), tiene la capacidad de registrar la llamada perdida (no contestada) al indicar en la pantalla el número telefónico de quien llamó, registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de cinco tonos de llamada diferentes y bloqueo del teléfono para evitar el mal uso del mismo. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en tres niveles y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

**País de origen:** México  
1 año de garantía

**Ventajas:** El teléfono almacena los últimos diez números discados.

**Desventajas:** Es pesado y grande en comparación con otros teléfonos; su pantalla sólo tiene capacidad para desplegar 16 caracteres en dos líneas, presenta ligeros problemas de comunicación cuando existe un cambio de posición del usuario.

**Capacidad de la batería:** 1 hr. 40 min. de uso continuo en llamada (empleando la batería de NiCd estándar incluida) y 21 hrs. en espera.

**Peso total del teléfono (con batería):** 219 gramos

**Nota:**

(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.



| Pruebas                                                 |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Información al consumidor                               | E |
| Acabados                                                | E |
| Potencia en la transmisión                              | B |
| Fidelidad de audio en la recepción                      | E |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | B |
| Ergonomía                                               | B |

# Teléfono celular analógico (AMPS) 800 MHz con base fija

## Audiovox FC9200A 93 puntos

Telefonía interior programada (Telcel)

Teléfono celular de base fija. Presenta una base que contiene la batería, antena, entrada para auricular y para el cargador. El auricular, que está conectado a la base a través de un cable telefónico, posee el teclado de llamada, así como el visualizador de caracteres tipo LCD. El auricular se adhiere a la base por medio de un imán. Tiene capacidad para desplegar 11 caracteres en dos líneas, su menú sólo está en idioma inglés. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 40 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto hasta de 32 caracteres (1), mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), indicador de llamadas sin respuesta, contestación automática, opción programable de manos libres, selección en tres niveles de la potencia de transmisión de RF (3, 1.2, 0.6 W), marcación prioritaria, remarcación de los tres últimos números marcados, código de bloqueo de seguridad.

**País de origen:** Japón  
1 año de garantía

**Ventajas:** Es un teléfono celular de base, robusto y con baterías de larga duración, capaz de aumentar o disminuir su potencia de transmisión de RF según el área de cobertura en que se encuentre. Puede utilizarse como teléfono móvil.

**Desventajas:** Cuenta con batería recargable de plomo (Pb) y presenta problemas de fidelidad de audio en la recepción.

**Peso total del equipo:** 2080 gramos

**Duración de la batería de plomo:** No especifica.

**Nota:**

(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.



| Pruebas                                                 |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Información al consumidor                               | E |
| Acabados                                                | E |
| Potencia en la transmisión                              | B |
| Fidelidad de audio en la recepción                      | R |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | E |
| Ergonomía                                               | E |

# Teléfonos celulares con tecnología TDMA y AMPS a 800 MHz (dual modo)



## Ericcson DH668 90 puntos

\$ 919.00 con \$ 500.00 de tiempo aire (Telcel) sistema de prepago

Presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 24 caracteres en dos líneas, su menú puede ser habilitado en idiomas español, francés, inglés y portugués, y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 130 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto (1), mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), presenta la capacidad de registrar la llamada perdida (no contestada) al indicar en la pantalla el número telefónico de quien llamó, registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de 30 tonos de llamada diferentes y bloqueo de seguridad. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en tres niveles y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

**País de origen:** E. U.  
1 año de garantía

**Ventajas:** Se puede tener un fácil acceso con sus teclas laterales de navegación rápida multifuncionales. Posee marcación rápida y marcación súper rápida. Remarcación de llamadas perdidas o recibidas. El cargador es del tipo de viaje, presenta una pantalla grande fácil de leer.

**Desventajas:** Presenta ligeros problemas de audio en recepción. La distancia entre audífono y micrófono, así como su peso, son ligeramente mayores que el promedio de los teléfonos analizados.

**Capacidad de la batería:** 2 hrs. de uso continuo en llamada (empleando la batería de NIMH estándar incluida) y 38 hrs. en espera, ambos valores en modo digital, con tiempos menores al emplearse en modo analógico.

**Peso total del teléfono (batería):** 190 gramos

**Nota:**

(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.

| Pruebas                                                 |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Información al consumidor                               | E |
| Acabados                                                | E |
| Potencia en la transmisión                              | B |
| Fidelidad de audio en la recepción                      | R |
| Sensibilidad en recepción digital                       | B |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | E |
| Ergonomía                                               | B |

Pescado

LENTEJAS CON RAJAS Y QUESO



ELOPOZOLE



Aves

Verduras y  
leguminosas

PAQUETES DE PESCADO Y HONGOS



MOLDE DE MILANESAS



Carnes

# ELOPOZOLE

(6 porciones)



Educación para el Consumo

## INGREDIENTES

- 3 pedazos de espinazo de cerdo lavado (250 g)
- 4 piezas de pollo lavado (280 g)
- 8 elotes (1800 g) desgranados
- 12 tostadas (300 g)
- 300 g de tomate verde lavado
- 2 chiles serranos (16 g) lavados
- 5 chiles guajillo (25 g) desvenados y remojados en agua caliente
- 2 ramas de epazote (10 g) lavado
- 3 limones (135 g)
- 1 aguacate grande (260 g)
- sal al gusto

## PREPARACIÓN:

1. En una olla grande con dos litros de agua se ponen a cocer a fuego medio los granos de elote y la carne con las ramas de epazote y sal.
2. El tomate se licua con el chile serrano y el chile guajillo, añadiendo el agua de remojo.
3. La salsa anterior se agrega a la olla de los elotes y la carne. Se deja cocer durante una hora aproximadamente o hasta que la carne se suavice.
4. Se sirve con unas gotas de limón y unas rebanadas de aguacate. Se acompaña con tostadas.

### APORTACIÓN NUTRIMENTAL POR RACIÓN

- 18 g de proteínas
- 436 kcal de energía
- 7 mg de niacina
- 69 mg de magnesio
- 10 g de fibra
- 60 mg de sodio
- 24 g de grasas

Receta enviada por el profesor José E. Salgado Alarcón

# PAQUETES DE PESCADO Y HONGOS

(6 porciones)



Educación para el Consumo

## INGREDIENTES

- 6 filetes de pescado lavados y escurridos (pargo, mantarraya, tiburón, berrugata, cazón, mero o jurel)
- 1 1/2 tazas de arroz (270 g) guisado
- 1/4 de kg de champiñones lavados y rebanados
- 1 cebolla rebanada (250 g)
- 2 jitomates (240 g) lavados y rebanados
- 1 pimienta verde (100 g) despitado y cortado en tiras
- 2 dientes de ajo machacados (4 g)
- 3 cucharadas de mantequilla en cubitos (60 g)
- sal y pimienta al gusto
- 6 cuadros grandes de papel aluminio

## PREPARACIÓN:

1. Los filetes se untan con el ajo y se salpimientan.
2. Cada filete de pescado se pone en un cuadro grande de papel aluminio.
3. Encima se colocan los vegetales, unos trocitos de mantequilla y se les espolvorea sal. Se envuelven doblando las orillas del papel.
4. Los paquetes se colocan en una charola y se hornean a calor moderado de 15 a 20 minutos o hasta que el pescado esté cocido.

### APORTACIÓN NUTRIMENTAL POR RACIÓN

- 15 g de proteínas
- 315 kcal de energía
- 26 mg de vitamina C
- 3 mg de hierro
- 11 g de grasas
- 38 mg de colesterol

# MOLDE DE MILANESAS

(6 porciones)



Educación para el Consumo

## INGREDIENTES

- 6 milanesas de res (480 g)
- 60 g de queso para gratinar, rallado
- 1 huevo
- 1/2 kg de papas cocidas, sin cáscara y rebanadas
- 3/4 de taza de pan molido (135 g)
- 4 jitomates grandes en puré, sazonado con sal (480 g)
- 1 cebolla grande rebanada (250 g)
- 2 chiles jalapeños rebanados (30 g)
- 1 manojo de espinacas (300 g)
- 45 g de mantequilla
- 2 cucharadas de aceite
- 2 hojas de laurel
- 3 ramas de perejil desinfectado y picado
- sal y pimienta al gusto

## PREPARACIÓN:

1. Las milanesas se salpimientan, se pasan por el huevo ligeramente batido y se empanizan. Después se frien en la mantequilla caliente y se parten a la mitad.
2. La cebolla se acitrona en el aceite caliente, enseguida se añade el chile, el puré de jitomate, el laurel, el perejil y la pimienta, y se cocina durante cinco minutos. Se verifica de sal.
3. En un refractario se acomodan las milanesas partidas, luego se pone una capa de papas, una de espinacas y se bañan con la mitad del puré. Se repite el mismo procedimiento y se termina con una capa de queso. Se hornea a 150° C hasta que el queso se gratine.

### APORTACIÓN NUTRIMENTAL POR RACIÓN

- 26 g de proteínas
- 433 kcal de energía
- 2v mg de cobalamina
- 924 mg de potasio
- 4 g de fibra
- 21 g de grasa

Platillo elaborado a partir de la receta enviada por la señora Karina García de Pérez.

# LENTEJAS CON RAJAS Y QUESO

(6 porciones)



Educación para el Consumo

## INGREDIENTES

- 1 1/2 tazas de lentejas (250 g) cocidas (reservar una taza del caldo de cocción)
- 60 g de queso fresco
- 3 tortillas (90 g) cortadas en tiritas delgadas
- 1/2 cebolla (180 g) asada
- 1 diente de ajo (2 g) asado
- 4 chiles poblanos (420 g) asados, desvenados y cortados en rajitas
- 2 jitomates medianos (250 g) asados
- 2 ramas de cilantro lavado y picado
- 2 cucharadas de aceite (20 ml)
- sal

## PREPARACIÓN:

1. Se licuan el jitomate, la cebolla y el ajo.
2. En el aceite caliente se frien las rajitas de chile poblano y se agrega la salsa anterior, las lentejas, el caldo y el cilantro picado. Se sazona con sal y se deja hervir moviendo ocasionalmente con una cuchara de madera, cuidando que no se bata.
3. Se sirve adornando con las tiritas de tortilla fritas y unos cuadritos de queso fresco.

### APORTACIÓN NUTRIMENTAL POR RACIÓN

- 14 g de proteínas
- 305 kcal de energía
- 262 mg de ácido fólico
- 143 mg de calcio
- 14 mg de sodio
- 4 g de fibra
- 11 g de grasa
- 0 mg de colesterol

# Chongos zamoranos



**Rendimiento:** 1 kg

**Tiempo de preparación:** 3 horas, 30 min. aprox.

## Procedimiento:

1. La leche se vacía en la olla y se pone al fuego hasta que esté tibia; enseguida se le añade poco a poco el jugo de limón, moviendo constantemente con la cuchara hasta que se integre.
2. Se apaga el fuego y, sin retirarla de la estufa, la mezcla se continúa agitando durante unos minutos. Se deja reposar encima del piloto durante 30 minutos.
3. Transcurrido ese lapso, con el cuchillo se hace un corte en cruz sobre la leche para separar el suero; se deja reposar durante cinco minutos.
4. Una vez que el suero se separe, la olla se pone a calentar a fuego muy bajo durante 30 minutos.
5. Se agrega el azúcar lentamente, por la orilla, para evitar que el cuajo se rompa, y en el centro se añade la canela.
6. La mezcla se deja calentar a fuego medio durante dos horas. Una vez que adquiera la consistencia de los chongos se retira del fuego.

## Ingredientes

- 2 litros de leche entera pasteurizada
- 1 taza de azúcar (240 g)
- 2 limones (el jugo)
- canela en raja al gusto

## Ingredientes

- 400 g de pulpa de cerdo molida
- 400 g de pulpa de res molida
- 200 g de lardo o papada de cerdo\* picado
- 1 cucharada sopera de ajo molido
- 10 chiles serranos finamente picados
- 2 manojos de espinacas lavadas y desinfectadas
- 5 cucharadas soperas de pepita verde molida\*\*
- 4 hojas de laurel pulverizadas
- 1/2 cucharada sopera de pimienta negra molida (4 g)
- 1/2 cucharada sopera de orégano (2 g)
- 1/2 cucharada sopera de cebolla en polvo (4 g)
- 1 cucharada sopera de sal común
- 1 cucharada cafetera de sal de cura (1 g)\*\*\*
- 2 metros de tripa de cerdo natural o sintética \*

# Chorizo verde



**Rendimiento:** 1 kg

**Tiempo de preparación:** 1 hora 30 minutos

## Procedimiento:

1. En la olla de peltre se pone a hervir agua, una vez que empiece a burbujear se agregan las espinacas ya limpias. Cuando tomen un color verde oscuro se escurren y se pican finamente.
2. Aparte, en el recipiente de plástico o de vidrio se mezclan la carne de res, la de cerdo y el lardo o papada, y se condimentan con el laurel, la pimienta negra, el orégano, el ajo molido, la cebolla en polvo y la sal.
3. Las espinacas se añaden a la carne y sin dejar de mezclar se agregan la sal de cura, los chiles y la pepita verde, incorporándolos perfectamente.
4. El recipiente se tapa y se refrigera durante 24 horas.
5. Transcurrido ese lapso, la carne se revuelve con la pala durante dos minutos. Finalmente, la carne se embute en la tripa con la ayuda de la cuchara y el embudo, procurando que no quede aire en la tripa; conforme se va embutiendo se anuda cada 10 cm con el hilo. En caso de quedar aire dentro de la funda se pincha con un alfiler.
6. El chorizo se deja madurar de dos a tres días en un lugar fresco y seco, cubierto con la tela para evitar que se contamine.

# Pan de muerto



**Rendimiento:** 1 pza. de 1 kg

**Tiempo de preparación:** 7 horas

## Procedimiento:

1. En el recipiente de plástico se disuelve la levadura en ocho cucharadas de agua tibia y se le agrega la harina necesaria para formar una bola de masa (15 cucharadas soperas aproximadamente) que se deja fermentar cerca del calor hasta que crezca al doble de su tamaño.
2. Sobre una superficie plana se cierra la harina con el colador, apartando una cucharada sopera. Se hace una fuente y en el centro se añaden poco a poco 15 cucharadas de azúcar, la sal, dos huevos enteros, las yemas, el té de azahar, el de anís, la ralladura de naranja, la manteca y la margarina. Se amasa durante 20 minutos, tomando la masa de los extremos y llevándola al centro. Después se le incorpora la masa fermentada del paso 1 y se sigue amasando. Se forma una bola alargada, se toma uno de los extremos y el otro se azota sobre la tabla como si fuera martillo. El extremo que se azotó se junta con el que se tiene en la mano y se vuelve a azotar; este proceso se repite unas cuatro veces hasta que se formen burbujas en la masa y ésta se sienta plástica y se desprege fácilmente de la mesa.
3. Se forma una bola, se unta con un poco de manteca vegetal y se coloca dentro de la cacerola, se cubre con el trapo húmedo y se deja reposar en un lugar tibio hasta que doble su tamaño, 4 1/2 horas aproximadamente. Puede exponerse al sol o colocarse sobre la estufa apagada.
4. Transcurrido ese lapso se amasa ligeramente. Se apartan dos tazas de masa para formar los huesitos y la bolita de arriba.

## Ingredientes

- 2 tazas de harina de trigo (222 g)
- 2 tazas de agua hervida
- 1 1/4 de tazas de azúcar (300 g)
- 1/2 taza de margarina o mantequilla (125 g)
- 1/3 de taza de manteca vegetal (100 g)
- 3 huevos y 7 yemas
- 3 cucharadas soperas de té de azahar y 2 cucharadas soperas de té de anís
- 3 cucharadas soperas de manteca vegetal (para engrasar el pan y la charola)
- 20 g de levadura\* (o dos sobres)

# Crema para rasurar



**Rendimiento:** 500 ml

**Tiempo de elaboración:** 30 minutos

## Procedimiento:

1. En la cacerola se vierte el agua y ahí se vacía la grenetina, revolviéndola con la cuchara. Se deja hidratar durante diez minutos.
2. Pasado ese lapso se pone a calentar a fuego bajo, revolviendo constantemente para que la grenetina se disuelva perfectamente; después se retira del fuego y se agrega el jabón sin dejar de mover. Una vez que se disuelva se añade el aceite y se sigue moviendo hasta integrarlo.
3. El hielo se coloca en la licuadora, se muele ligeramente y poco a poco se añade la mezcla anterior, aumentando la velocidad. Cuando adquiera una consistencia cremosa se vierte el aceite esencial y se licua durante medio minuto más.
4. La crema se vacía en la botella de plástico y se deja reposar durante tres horas. Pasado ese lapso se licua hasta obtener una consistencia cremosa.

## Ingredientes

- 1 taza de hielo picado
- 1/2 taza de agua
- 1/4 de taza de aceite para bebé con lanolina o aceite mineral con lanolina (62.5 ml)\*
- 2 cucharadas soperas de jabón de tocador neutro rallado
- 1 1/2 cucharadas soperas de grenetina natural (11 gramos)\*\*
- 1 cucharada cafetera de aceite esencial o de la loción de su preferencia

\* Se consigue en farmacias grandes o en droguerías.

\*\* Se consigue en tiendas de materias primas.



\*Se consigue en tabajerías o carnicerías grandes.

\*\*Se consigue en molinos de chiles secos y semillas.

\*\*\*Se consigue en farmacias o droguerías.

### Utensilios

- olla de peltre con capacidad de 1 1/2 litros
- cuchillo
- tabla para picar
- recipiente de plástico o de vidrio con tapa y capacidad de 1 1/2 litros
- pala de madera para cocina
- cuchara sopera
- embudo
- hilo cáñamo
- tela de algodón de 1 m<sup>2</sup>
- afiler limpio
- etiqueta adherible

### Envasado y conservación

El chorizo verde puede guardarse colgado y cubierto con un trapo, en un lugar fresco y seco, o bien, en un recipiente con tapa hermética en la parte alta dentro del refrigerador. No olvide colocarle una etiqueta con el nombre, la fecha de elaboración y la de caducidad.

### Caducidad

El producto elaborado mediante esta tecnología tiene una duración de cuatro meses.

### Recomendaciones

- Para desinfectar las espinacas se sumergen en una solución de un litro de agua y una cucharada cafetera de cloro, durante diez minutos.
- En caso de utilizar tripa natural se debe lavar bien y remojarla en una taza de vinagre blanco por 20 minutos.
- Al comprar la carne asegúrese de que tenga un color brillante y esté jugosa, de lo contrario significa que no está fresca.
- Prefiera la pepita verde «natural», en lugar de «preparada».
- Al embutir el chorizo no llene mucho la tripa para evitar que se rompa.
- No exceda la cantidad de sal de cura, porque puede causar toxicidad.
- La cantidad de especias depende del gusto familiar.



### Utensilios

- olla de peltre con capacidad de 3 litros
- cuchara grande de peltre o de acero inoxidable
- cuchillo
- 2 frascos con tapa previamente esterilizados, con capacidad de 750 ml
- 2 etiquetas adheribles

### Envasado y conservación

Los chongos aún calientes se vacían en los frascos, dejando un centímetro entre el borde del frasco y el líquido del producto, y se cierran perfectamente. Se les coloca una etiqueta con el nombre del producto, la fecha de elaboración y la de caducidad, y se dejan enfriar a temperatura ambiente. Los chongos zamoranos se conservan en un lugar fresco, seco y oscuro; una vez abierto el envase necesitan refrigeración.

### Caducidad

El producto elaborado mediante esta tecnología tiene una duración de ocho meses.

### Recomendaciones

- Para evitar quemaduras utilice agarraderas o trapos de cocina al vaciar los chongos.
- Al servirlos puede espolvorearles canela en polvo, almendras o nueces finamente picadas.
- Para esterilizar los frascos y las tapas, una vez limpios se introducen en una olla con agua hirviendo, de manera que queden cubiertos, durante 25 minutos.

### Ingredientes alternativos

- También puede utilizar leche bronca, la cual se debe hervir durante 15 minutos, luego se deja enfriar y se desnata, y se sigue el procedimiento señalado.



### Utensilios

- cacerola de peltre con capacidad de 2 litros
- cuchara sopera
- licuadora
- recipiente de plástico o de vidrio con tapa, con capacidad de un litro
- botella de plástico o de vidrio con tapa, con capacidad de 1/2 litro \*
- papel celofán (el tamaño depende del ancho de la boca del frasco)
- etiqueta adherible

\* Puede reutilizar botellas de champú o de crema, vacías y limpias.

### Envasado y conservación

La crema para rasurar se vacía en la botella y se tapa perfectamente, colocando un trozo de papel celofán entre la boca del recipiente y la tapa, con el fin de mantenerla en óptimas condiciones. No olvide colocarle una etiqueta con el nombre del producto, la fecha de elaboración, la de caducidad y modo de uso. Este producto se conserva en refrigeración o en un lugar fresco.

### Caducidad

La crema para rasurar elaborada mediante esta tecnología tiene una duración de un mes.

### Modo de uso

Humedezca la piel, tome un poco de crema y unte uniformemente formando una capa delgada, rasure deslizando el rastrillo en sentido contrario al crecimiento del vello.

### Recomendaciones

- El orden de los ingredientes es importante para obtener un producto con las características deseadas.
- Mantenga la crema bien tapada para evitar que se seque.
- Si la crema se seca, agregue 1/3 de taza de agua fría y licue hasta obtener nuevamente la consistencia.



- 1 cucharada sopera de ralladura de cáscara de naranja
- 1/4 de cucharada cafetera de sal

\* Se consigue en tiendas de materias primas.

### Utensilios

- recipiente de plástico con capacidad de un litro
- cuchara sopera
- colador de orificio pequeño
- cacerola de peltre con capacidad de 3 litros
- trapo limpio de 1 m<sup>2</sup>, húmedo
- pocillo con capacidad de 1/2 litro

- La masa se coloca sobre la charola previamente engrasada con manteca vegetal y se le da la forma de un óvalo; se deja reposar al igual que los huesitos y la bolita durante 45 minutos.
- Posteriormente, el huevo restante se bate con el tenedor y con éste se pegan la bolita y los huesitos, se mete al horno precalentado a 200° C por 15 minutos, y se hornea durante 15 minutos, después la temperatura se reduce a 170° C 20 minutos más aproximadamente o hasta que se cueza.
- Para barnizar el pan, en el pocillo se mezclan la cucharada de harina que se reservó en el paso 1 y una cucharada sopera de azúcar en dos tazas de agua, y se pone al fuego para formar un jarabe. Una vez que el pan se enfríe se barniza y se espolvorea con azúcar.

### Envasado y conservación

El pan de muerto se guarda en la bolsa de plástico, se cierra y se conserva en un lugar fresco y seco.

### Caducidad

El producto elaborado mediante esta tecnología tiene una duración de cuatro días. Pasado ese periodo aún puede consumirse, sin embargo no guardará su frescura.

### Recomendaciones

- La fermentación de la levadura es uno de los puntos críticos en la elaboración del pan de muerto. Si no se deja reposar por el tiempo mínimo necesario, el pan no crecerá y no tendrá la consistencia característica esponjosa. El tiempo mínimo necesario de reposo es hasta que la masa crece al doble de su tamaño inicial.
- El amasado es otro de los aspectos que se debe cuidar mucho en la elaboración del pan. La masa debe adquirir una consistencia plástica, es decir, debe resistir sin romperse al estirarla unos 30 cm. Otra forma de saber si la mezcla ya está suficientemente amasada es si se le forman burbujas y se despega fácilmente de la tabla.
- No agregue harina a la pasta al momento de amasar porque el pan quedará duro.

## Nokia 5120i 88 puntos

(\*) \$ 1,090.00 con \$ 300.00 de tiempo aire (Telcel) sistema de prepago o plan mensual desde \$ 332.35 a 12 meses sin depósito y 30 minutos de tiempo aire.

Presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 32 caracteres en tres líneas, su menú puede ser habilitado en idiomas español, inglés, francés, portugués, ruso y hebreo, y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 100 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto (1), mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), tiene la capacidad de registrar la llamada perdida (no contestada) al indicar en la pantalla el número telefónico de quien llamó, registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de 30 tonos de llamada diferentes y bloqueo de teclas para cuando se pulsan las teclas por error. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en cuatro niveles y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

**País de origen:** México  
1 año de garantía

**Ventajas:** El menú proporciona breves explicaciones de todas las funciones al navegar por él. Posee marcación rápida (presionando una tecla) para siete números telefónicos, posiciones 2 a la 8 de la memoria, las teclas 1 y 9 se usan exclusivamente para discar el número del buzón de mensajes y para llamar a emergencia, respectivamente. Cuenta con reloj-alarma, la cual funciona aún estando apagado el teléfono, remarcación de llamadas perdidas o recibidas, tres juegos de entretenimiento y es posible cambiarle la carcasa por otra disponible en varios colores (opcional). El cargador es del tipo de viaje. Se puede adquirir en el mercado una batería con vibrador para que cuando se reciban llamadas el teléfono vibre (opcional).

**Desventajas:** Presenta ligeros problemas de audio en recepción, al igual que cuando existe un cambio de posición del usuario.

**Capacidad de la batería:** 2 hrs. de uso continuo en llamada (empleando la batería de NiMH estándar incluida) y 130 hrs. en espera, ambos valores en modo digital, con tiempos menores al emplearse en modo analógico.

**Peso total del teléfono (con batería):** 169.5 gramos

**Nota:**

(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.



| Pruebas                                                 |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Información al consumidor                               | E |
| Acabados                                                | E |
| Potencia en la transmisión                              | B |
| Fidelidad de audio en la recepción                      | R |
| Sensibilidad en recepción digital                       | E |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | B |
| Ergonomía                                               | E |



## Nokia 6120i 86 puntos

(\*) Plan mensual desde \$ 332.35 a 12 meses sin depósito y 30 minutos de tiempo aire (Telcel).

Presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 32 caracteres en tres líneas, su menú puede ser habilitado en idiomas español, portugués, ruso, hebreo, japonés, inglés y francés, y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 199 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto (1), mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), presenta la capacidad de registrar la llamada perdida (no contestada) al indicar en la pantalla el número telefónico de quien llamó, registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de 35 tonos de llamada diferentes y bloqueo de teclas para cuando se pulsan las teclas por error. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en cuatro niveles y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

**País de origen:** E. U.  
1 año de garantía

**Ventajas:** Proporciona breves explicaciones de todas las funciones al navegar por él. Posee marcación rápida (presionando una tecla) para siete números telefónicos. Posiciones 2 a la 8 de la memoria, las teclas 1 y 9 se usan exclusivamente para discar el número del buzón de mensajes y para llamar a emergencia, respectivamente. Cuenta con reloj-alarma, la cual funciona aún estando apagado el teléfono, remarcación de llamadas perdidas o recibidas, cuatro juegos de entretenimiento. El cargador es del tipo de viaje. Se puede adquirir en el mercado una batería con vibrador para que cuando se reciban llamadas el teléfono vibre (opcional). Cuenta con calculadora (con operaciones básicas) y calendario.

**Desventajas:** Presenta ligeros problemas de audio en la recepción, así como ligeros problemas de comunicación cuando existe un cambio de posición del usuario.

**Capacidad de la batería:** 2 hrs. de uso continuo en llamada (empleando la batería de NiMH estándar incluida) y 130 hrs. en espera, ambos valores en modo digital, con tiempos menores al usarlo en modo analógico.

**Peso total del teléfono (con batería y clip):** 164.5 gramos

**Nota:**

(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico haya habilitado.

| Pruebas                                                 |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Información al consumidor                               | E |
| Acabados                                                | E |
| Potencia en la transmisión                              | B |
| Fidelidad de audio en la recepción                      | R |
| Sensibilidad en recepción digital                       | E |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | B |
| Ergonomía                                               | B |

# Teléfonos celulares tri modo, tecnología analógica (AMPS a 800 MHz), digital TDMA a 800 MHz y a 1900 MHz

## Nec, Nex 2600 98 puntos

\$ 1,150.00 con \$ 300.00 de tiempo aire (Telcel) sistema de prepago

Teléfono celular compacto, el cual presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 26 caracteres en tres líneas, su menú puede ser habilitado por el usuario en idiomas español, inglés, francés o portugués, y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 99 números telefónicos con nombre, con la posibilidad de protegerlos contra lectura y/o escritura; puede recibir mensajes de texto (1), mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), tiene la capacidad de registrar las últimas 20 llamadas perdidas (no contestadas), las últimas 20 llamadas realizadas y las últimas 20 llamadas recibidas, con indicación de hora, día y duración de cada una de ellas; registra el tiempo total de uso del teléfono; dispone de seis tonos de llamada diferentes. Cuenta con indicador de hora y fecha. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma y avisa sonoramente y en pantalla cuando está a punto de agotarse. Cuenta con bloqueo total y parcial para evitar su uso no autorizado o restringirlo. Permite la operación de llamada tripartita (1), transferencia de llamadas (1), llamada en espera (1).

**País de origen:** Ensamblado en México  
1 año de garantía

**Ventajas:** Posee marcación ultrarápida (presionando una tecla) para nueve números telefónicos de la memoria. Cuenta con reloj, alarma/despertador, los cuales funcionan aún estando apagado el teléfono; remarcación de llamadas perdidas o recibidas. Cuenta con la función de encendido y apagado automático programable por el usuario. El cargador es de mesa y la batería puede cargarse puesta en el teléfono o fuera de él; el usuario puede seleccionar el tono de llamada; se puede programar hora y fecha; es un teléfono bastante ligero, privacidad de voz (3).

**Desventajas:** La distancia entre audífono y micrófono es ligeramente menor que el promedio de los teléfonos analizados, al igual que los caracteres mostrados en su pantalla.

**Capacidad de la batería:** 1hr. 50 min. de uso, continuo en llamada (empleando la batería de Ni-MH estándar incluida) y 70 hrs. en espera, ambos valores en modo digital, con tiempos menores cuando se emplea en modo analógico.

**Peso total del teléfono (con la batería de Ni-MH):** 147 gramos

**Notas:** (1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.  
(3) Sólo si el sistema cuenta con esta función.



| Pruebas                                                 |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Información al consumidor                               | E |
| Acabados                                                | E |
| Potencia en la transmisión                              | E |
| Fidelidad de audio en la recepción                      | E |
| Sensibilidad en recepción digital                       | E |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | E |
| Ergonomía                                               | B |



## Motorola Timeport P8097 93 puntos

Plan mensual desde \$ 332.35 a 12 meses sin depósito y 30 minutos de tiempo aire (Telcel).

Presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 20 caracteres en dos líneas, su menú puede ser habilitado en cuatro idiomas (español, inglés, francés y portugués) y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 99 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto (1), mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), tiene la capacidad de registrar hasta 30 llamadas perdidas (no contestadas) al indicar en la pantalla el número telefónico de quien llamó, registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de nueve tonos de llamada diferentes y dos códigos de seguridad para bloquear el teléfono en caso de uso no autorizado o restringido. Cuenta con vibrador incluido que vibra cuando se recibe una llamada, guarda un registro para regresar la llamada registrada durante este modo. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en 3tres niveles y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

**País de origen:** E. U.  
1 año de garantía

**Ventajas:** Posee marcación rápida (presionando una tecla) para nueve números telefónicos, con el uso de la función de la tecla Turbo Dial, remarcación de llamadas perdidas o recibidas. El cargador es del tipo de viaje. Cuenta con botón inteligente que permite el marcado directo con sólo presionar un botón y acceso fácil a menús y funciones, audífono (opcional) que permite operar el teléfono a manos libres; la función de estilo de timbre individual puede usarse para asignar uno de los nueve estilos de timbre que le avisan que hay una llamada entrante de un número registrado en el directorio telefónico.

**Desventajas:** Su pantalla sólo tiene capacidad para desplegar 20 caracteres en dos líneas, lo cual representa una desventaja para cuando se desean recibir mensajes de texto largos, y el tamaño de éstos es más pequeño que el promedio de los teléfonos analizados, y su nivel de sensibilidad en recepción es ligeramente menor a los valores máximos obtenidos en esta prueba.

**Capacidad de la batería:** 1 hr. 50 min. de uso continuo en llamada (empleando la batería de Li-ion de capacidad extra incluida) y 100 hrs. en espera, ambos valores en modo digital, con tiempos menores al usarlo en modo analógico.

**Peso total del teléfono (con batería y clip):** 147.5 gramos

**Nota:**  
(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.

| Pruebas                                                 |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Información al consumidor                               | E |
| Acabados                                                | E |
| Potencia en la transmisión                              | B |
| Fidelidad de audio en la recepción                      | E |
| Sensibilidad en recepción digital                       | B |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | E |
| Ergonomía                                               | B |

## Motorola ST 7797

93 puntos

Plan mensual desde \$ 332.35 durante 12 meses y depósito de \$ 688.00 con 30 minutos de tiempo aire hasta plan mensual de \$ 1,528.35 durante 12 meses sin depósito con 600 minutos de tiempo aire (Telcel).

Presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 20 caracteres en dos líneas, su menú puede ser habilitado en cuatro idiomas (español, inglés, francés y portugués) y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 99 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto (1), mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), tiene la capacidad de registrar la llamada perdida (no contestada) al indicar en la pantalla el número telefónico de quien llamó, registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de nueve tonos de llamada diferentes y dos códigos de seguridad para bloquear el teléfono en caso de uso no autorizado o restringido. Cuenta con vibrador incluido para que cuando se recibe una llamada el teléfono vibre, guarda las llamadas registradas en este modo. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en tres niveles y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

**País de origen:** E. U.  
1 año de garantía

**Ventajas:** Posee marcación rápida mediante la función de la tecla Turbo Dial, que permite marcar números almacenados en las posiciones 1 a 9 con sólo oprimir un botón. Remarcación de llamadas perdidas o recibidas. El cargador es del tipo de viaje. Cuenta con acceso inmediato al correo de voz y mensajes de texto, conector para audífono, botón inteligente que permite el marcado directo con sólo presionarlo y fácil acceso al menú de funciones, permite asignar un tipo de timbre a un número telefónico almacenado en el directorio interno para saber quién llama (1).

**Desventajas:** Su pantalla sólo tiene capacidad para desplegar 20 caracteres en dos líneas, lo cual es una limitante cuando se desean recibir mensajes de texto largos. El tamaño de los caracteres mostrados en la pantalla es menor que el promedio de los teléfonos analizados y su nivel de sensibilidad en recepción es ligeramente menor a los máximos valores obtenidos para esta prueba.

**Capacidad de la batería:** 1 hr. 50 min. de uso continuo en llamada (empleando la batería de Li-ion de capacidad extra incluida) y 96 hrs. en espera, ambos valores en modo digital, con tiempos menores al usarlo en modo analógico.

**Peso total del teléfono (con batería y clip):** 146 gramos

**Nota:**  
(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.



| Pruebas                                                 |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Información al consumidor                               | E |
| Acabados                                                | E |
| Potencia en la transmisión                              | B |
| Fidelidad de audio en la recepción                      | E |
| Sensibilidad en recepción digital                       | B |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | E |
| Ergonomía                                               | B |

## Ericcson A1228d

92 puntos

\$ 1,550.00 con \$ 300.00 de tiempo aire (Telcel) sistema de prepago

Presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 28 caracteres en dos líneas, su menú puede ser habilitado en idiomas español, inglés, francés, portugués y ruso, y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 200 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto (1), mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), tiene la capacidad de registrar la llamada perdida (no contestada) al indicar en la pantalla el número telefónico de quien llamó, registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de 25 tonos de llamada diferentes y bloqueo del teléfono para cuando se pulsan las teclas por error. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

**País de origen:** E. U.  
1 año de garantía

**Ventajas:** Posee marcación rápida (99 números incluidos en el buzón de voz) súper rápida, con activación opcional (nueve números), remarcación de llamadas perdidas o recibidas. El cargador es del tipo de viaje, cuenta con un menú de iconos fácil de navegar.

**Desventajas:** Presenta ligeros problemas de audio en la recepción y posee valores por debajo del promedio en lo referente a distancia entre audífono y micrófono, tamaño de teclas y caracteres, y es ligeramente más pesado que el promedio de los teléfonos analizados.

**Capacidad de la batería:** 4 hrs. de uso continuo en llamada (empleando la batería de NiMH estándar incluida) y 135 hrs. en espera, ambos valores en modo digital, con tiempos menores al usarlo en modo analógico.

**Peso total del teléfono (con batería):** 176 gramos

**Nota:**  
(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.



| Pruebas                                                 |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Información al consumidor                               | E |
| Acabados                                                | E |
| Potencia en la transmisión                              | E |
| Fidelidad de audio en la recepción                      | R |
| Sensibilidad en recepción digital                       | E |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | E |
| Ergonomía                                               | B |

# Teléfonos celulares tri modo, tecnología analógica (AMPS a 800 MHz) digital TDMA a 800 MHz y a 1900 MHz (Continuación)...

## Nokia 8860 90 puntos

Plan mensual desde \$ 332.35 durante 12 meses y depósito de \$ 2,585.00 con 30 minutos de tiempo aire hasta plan mensual de \$ 1,528.35 durante 12 meses y depósito de \$ 1,599.00 con 600 minutos de tiempo aire (Telcel).

Presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 32 caracteres en tres líneas, su menú puede ser habilitado en idiomas español, portugués, ruso, hebreo, japonés, inglés y francés, y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 250 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto (1), mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), tiene la capacidad de registrar la llamada perdida (no contestada) al indicar en la pantalla el número telefónico de quien llamó, registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de 35 tonos de llamada diferentes y bloqueo de teclas para cuando se pulsan las teclas por error. Incluye vibrador para que cuando se reciba una llamada el teléfono vibre. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en tres niveles y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

**País de origen:** E. U.  
1 año de garantía

**Ventajas:** Proporciona breves explicaciones de todas las funciones al navegar por él. Posee marcación rápida (presionando una tecla) para siete números telefónicos. Posiciones 2 a la 8 de la memoria, las teclas 1 y 9 se usan exclusivamente para discar el número del buzón de mensajes y para llamar a emergencia, respectivamente. Cuenta con reloj-alarma, la cual funciona aun estando apagado el teléfono, remarcación de llamadas perdidas o recibidas, cuatro juegos de entretenimiento. El cargador es del tipo de viaje, incluye calendario y calculadora con operaciones básicas.

**Desventajas:** Presenta ligeros problemas de audio en recepción, la distancia entre audífono y micrófono, así como el tamaño de los caracteres y las teclas son menores al promedio de los teléfonos analizados.

**Capacidad de la batería:** 1 hr. 30 min. de uso continuo en llamada (empleando la batería de NiMH estándar incluida) y 100 hrs. en espera, ambos valores en modo digital, con tiempos menores al usarlo en modo analógico.

**Peso total del teléfono (con batería y clip):** 116 gramos

**Nota:**  
(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.



| Pruebas                                                 |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Información al consumidor                               | E |
| Acabados                                                | E |
| Potencia en la transmisión                              | B |
| Fidelidad de audio en la recepción                      | R |
| Sensibilidad en recepción digital                       | E |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | E |
| Ergonomía                                               | B |

## Ericsson T18d 89 puntos

Plan mensual desde \$ 332.35 durante 12 meses sin depósito y 30 minutos de tiempo aire (Telcel).

Presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 28 caracteres en tres líneas, su menú puede ser habilitado en idiomas español, francés, inglés y portugués, y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 250 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto (1), mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), tiene la capacidad de registrar la llamada perdida (no contestada) al indicar en la pantalla el número telefónico de quien llamó, registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de 25 tonos de llamada diferentes y bloqueo del teléfono para cuando se pulsan las teclas por error, cuenta con vibrador incluido que vibra cuando se recibe una llamada. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

**País de origen:** E. U.  
1 año de garantía

**Ventajas:** El menú cuenta con formato de iconos para fácil navegación con sus teclas laterales multifuncionales. Posee marcación rápida y súper rápida, remarcación de llamadas perdidas o recibidas. El cargador es del tipo de viaje.

**Desventajas:** Presenta ligeros problemas de audio en la recepción, su nivel de sensibilidad en recepción es ligeramente menor a los valores máximos obtenidos para esta prueba, y el tamaño de las teclas y caracteres que despliega en su pantalla es un poco menor al promedio de los teléfonos analizados.

**Capacidad de la batería:** 4 hrs. de uso continuo en llamada (empleando la batería de NiMH de alta capacidad incluida) y 80 hrs. en espera, ambos valores en modo digital, con tiempos menores al usarlo en modo analógico.

**Peso total del teléfono (con batería y clip):** 156.5 gramos

**Nota:**  
(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.



| Pruebas                                                 |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Información al consumidor                               | E |
| Acabados                                                | E |
| Potencia en la transmisión                              | E |
| Fidelidad de audio en la recepción                      | R |
| Sensibilidad en recepción digital                       | B |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | E |
| Ergonomía                                               | B |

**Ericsson KF788 89 puntos**

\$ 1,490.00 con \$ 300.00 de tiempo aire (Telcel) sistema de prepago o plan mensual desde \$ 332.35 durante 12 meses sin depósito y 30 minutos de tiempo aire.

Presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 24 caracteres en tres líneas, su menú puede ser habilitado en idiomas español, francés, inglés y portugués, y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 200 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto (1), mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), tiene la capacidad de registrar la llamada perdida (no contestada) al indicar en la pantalla el número telefónico de quien llamó, registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de 17 tonos de llamada diferentes y bloqueo de teclas para cuando se pulsan las teclas por error. Cuenta con vibrador incluido, que vibra cuando se recibe una llamada. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en cinco niveles y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

**País de origen:** México  
1 año de garantía

**Ventajas:** El menú es de fácil acceso, con sus teclas laterales de navegación rápida multifuncionales. Posee marcación rápida y súper rápida, remarcación de llamadas perdidas o recibidas. El cargador es del tipo de viaje.

**Desventajas:** Presenta ligeros problemas de audio en la recepción, su nivel de sensibilidad en recepción es ligeramente menor a los valores máximos obtenidos para esta prueba, y el tamaño de las teclas y caracteres que despliega en la pantalla es un poco menor al promedio de los teléfonos analizados.

**Capacidad de la batería:** 2 hrs. 50 minutos de uso continuo en llamada (empleando la batería de NiMH de alta capacidad incluida) y 50 hrs en espera, ambos valores en modo digital, con tiempos menores al usarlo en modo analógico.

**Peso total del teléfono (con batería y clip):** 152.5 gramos

**Nota:**  
(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.



| Pruebas                                                 |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Información al consumidor                               | E |
| Acabados                                                | E |
| Potencia en la transmisión                              | E |
| Fidelidad de audio en la recepción                      | R |
| Sensibilidad en recepción digital                       | B |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | E |
| Ergonomía                                               | B |

**Nokia 6160i 88 puntos**

Plan mensual desde \$ 332.35 durante 12 meses y depósito de \$ 344.00 y 30 minutos de tiempo aire hasta plan mensual de \$ 1,538.35 durante 12 meses sin depósito y 600 minutos de tiempo aire (Telcel).

Presenta una pantalla de LCD con capacidad para desplegar 32 caracteres en tres líneas, su menú puede ser habilitado en idiomas español, portugués, japonés, inglés y francés, y es fácil navegar por él. Posee capacidad para almacenar en memoria hasta 199 números telefónicos, puede recibir mensajes de texto (1), mensajes de voz (1), cuenta con identificador de llamadas (1), tiene la capacidad de registrar la llamada perdida (no contestada) al indicar en la pantalla el número telefónico de quien llamó, registra el tiempo total de uso del teléfono, así como la duración de la última llamada, entre otros tipos de registro; dispone de 35 tonos de llamada diferentes y bloqueo de teclas para cuando se pulsan las teclas por error. El indicador de la batería muestra en pantalla el nivel de la misma en cuatro niveles y avisa sonoramente cuando está a punto de agotarse.

**País de origen:** E. U.  
1 año de garantía

**Ventajas:** El menú proporciona breves explicaciones de todas las funciones al navegar por él. Posee marcación rápida (presionando una tecla) para siete números telefónicos. Posiciones 2 a la 8 de memoria, las teclas 1 y 9 se usan exclusivamente para discar el número del buzón de mensajes y para llamar a emergencias, respectivamente. Cuenta con reloj-alarma, la cual funciona aun estando apagado el teléfono, remarcación de llamadas perdidas o recibidas, cuatro juegos de entretenimiento. El cargador es del tipo de viaje. Se puede adquirir en el mercado una batería con vibrador para que cuando se reciban llamadas el teléfono vibre (opcional); cuenta con calendario y calculadora con operaciones básicas.

**Desventajas:** Presenta ligeros problemas de audio en la transmisión y de comunicación cuando existe un cambio de posición del usuario, el tamaño de sus teclas y caracteres es un poco menor al promedio de los teléfonos analizados.

**Capacidad de la batería:** 2 hrs. de uso continuo en llamada (empleando la batería de NiMH estándar incluida) y 130 hrs. en espera, ambos valores en modo digital, con tiempos menores al usarlo en modo analógico.

**Peso total del teléfono (con batería y clip):** 171 gramos

**Nota:**  
(1) Esta función depende de que su proveedor de servicio telefónico la haya habilitado.



| Pruebas                                                 |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Información al consumidor                               | E |
| Acabados                                                | E |
| Potencia en la transmisión                              | E |
| Fidelidad de audio en la recepción                      | R |
| Sensibilidad en recepción digital                       | E |
| Mantenimiento de la comunicación por cambio de posición | B |
| Ergonomía                                               | B |

## Tabla de ponderación para teléfonos celulares analógicos (AMPS)

| Información al consumidor |   |            | Señales espurias |         |         |   | P. I. R. E. |            |    |        |                               |
|---------------------------|---|------------|------------------|---------|---------|---|-------------|------------|----|--------|-------------------------------|
| puntos                    |   |            | puntos           | $\mu W$ | $\mu W$ |   | Puntos      | mW         | mW | mW     | mW                            |
| Excelente                 | 5 | Completa   | Excelente        | 15      | menor   | a | 6           | Excelente  | 20 | 380.00 | a 600.00 y de 600.00 a 759.00 |
| Bueno                     | — | —          | Bueno            | 13      | 7       | a | 10          | Bueno      | 18 | 200.00 | a 379.00 y de 760.00 a 955.00 |
| Regular                   | — | —          | Regular          | 11      | 11      | a | 14          | Regular    | 16 | 150.00 | a 199.00 y de 956.00 a 1200.0 |
| Deficiente                | 0 | Incompleta | Deficiente       | 9       | menor   | a | 14          | Deficiente | 14 | menor  | a 150.00 y de mayor a 1200.00 |

### Acabados

| puntos     |   |                   |
|------------|---|-------------------|
| Excelente  | 5 | 0 defectos        |
| Bueno      | 4 | hasta 2 defectos  |
| Regular    | 3 | de 3 a 5 defectos |
| Deficiente | 2 | mayor a 5 defecto |

### SINAD

| puntos     |    |       |   | dBm  | dBm |
|------------|----|-------|---|------|-----|
| Excelente  | 20 | menor | a | -119 |     |
| Bueno      | 18 | -116  | a | -118 |     |
| Regular    | 16 | -100  | a | -115 |     |
| Deficiente | 14 | mayor | a | -100 |     |

### Peso

| puntos     |   |       |   | g   | g |
|------------|---|-------|---|-----|---|
| Excelente  | 5 | menor | a | 150 |   |
| Bueno      | 4 | 151   | a | 250 |   |
| Regular    | 3 | 251   | a | 300 |   |
| Deficiente | 2 | mayor | a | 300 |   |

Valor por norma = -116

### Tamaño de las teclas

| puntos     |   |  | tamaño    |
|------------|---|--|-----------|
| Excelente  | 5 |  | Grandes   |
| Bueno      | 4 |  | Medianos  |
| Regular    | 3 |  | Chicos    |
| Deficiente | 2 |  | No aplica |

### Tamaño de los caracteres en pantalla

| puntos     |   |  | tamaño    |
|------------|---|--|-----------|
| Excelente  | 5 |  | Grandes   |
| Bueno      | 4 |  | Medianos  |
| Regular    | 3 |  | Chicos    |
| Deficiente | 2 |  | No aplica |

### Distancia entre audífono y micrófono

| puntos     |   |       |   | cm   | cm |
|------------|---|-------|---|------|----|
| Excelente  | 5 | mayor | a | 13   |    |
| Bueno      | 4 | 8.5   | a | 12.9 |    |
| Regular    | 3 | 6.1   | a | 8.4  |    |
| Deficiente | 2 | menor | a | 6.1  |    |

### Patrón de radiación

| puntos     |    |       | valor           | máx-mín | dB's |
|------------|----|-------|-----------------|---------|------|
| Excelente  | 15 |       | Omnidireccional |         |      |
| Bueno      | 13 | 3     | a               | 6       |      |
| Regular    | 11 | 7     | a               | 12      |      |
| Deficiente | 9  | mayor | a               | 12      |      |

### Unidades

*g:* gramos

*cm:* centímetros

$\mu W$ : microwatts

*mW:* miliwatts

*dBm:* decibeles por miliwatt

*dB's:* decibeles



# Tabla de ponderación para teléfonos celulares con tecnología CDMA



Información al consumidor  
puntos

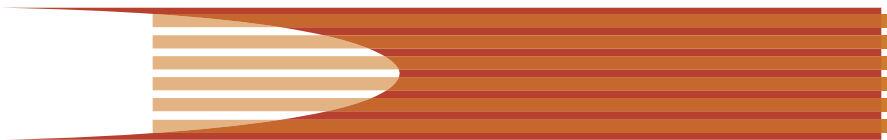
|            |   |            |
|------------|---|------------|
| Excelente  | 5 | Completa   |
| Bueno      | — | —          |
| Regular    | — | —          |
| Deficiente | 0 | Incompleta |

F. E. R. (C. D. M. A.)

|            | puntos | dBm   | dBm    |
|------------|--------|-------|--------|
| Excelente  | 15     | Menor | a -105 |
| Bueno      | 13     | -102  | a -104 |
| Regular    | 11     | -99   | a -101 |
| Deficiente | 9      | mayor | a -99  |

P. I. R. E.

|            | Puntos | mW     | mW       | mW          | mW        |
|------------|--------|--------|----------|-------------|-----------|
| Excelente  | 15     | 380.00 | a 600.00 | y de 600.00 | a 759.00  |
| Bueno      | 13     | 200.00 | a 379.00 | y de 760.00 | a 955.00  |
| Regular    | 11     | 150.00 | a 199.00 | y de 956.00 | a 1200.00 |
| Deficiente | 9      | menor  | a 150.00 | y de mayor  | a 1200.00 |



Acabados

puntos

|            |   |                   |
|------------|---|-------------------|
| Excelente  | 5 | 0 defectos        |
| Bueno      | 4 | Hasta 2 defectos  |
| Regular    | 3 | De 3 a 5 defectos |
| Deficiente | 2 | Mayor a 5 defecto |

SINAD

puntos

dBm

dBm

|            |    |       |        |
|------------|----|-------|--------|
| Excelente  | 15 | menor | a -119 |
| Bueno      | 13 | -116  | a -118 |
| Regular    | 11 | -100  | a -115 |
| Deficiente | 9  | mayor | a -100 |

Valor por norma = -116

Señales espurias

puntos

μW

μW

|            |    |       |      |
|------------|----|-------|------|
| Excelente  | 10 | menor | a 6  |
| Bueno      | 8  | 7     | a 10 |
| Regular    | 6  | 11    | a 14 |
| Deficiente | 4  | menor | a 14 |



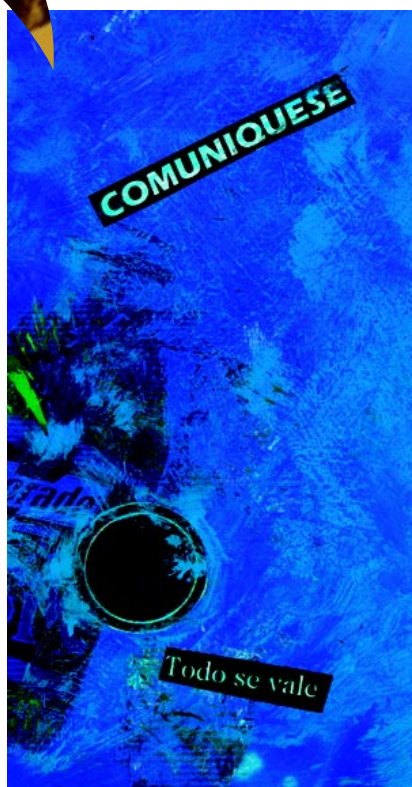
| Tamaño de las teclas |        |           |
|----------------------|--------|-----------|
|                      | puntos | tamaño    |
| Excelente            | 5      | Grandes   |
| Bueno                | 4      | Medianos  |
| Regular              | 3      | Chicos    |
| Deficiente           | 2      | No aplica |

| Tamaño de los caracteres en pantalla |        |           |
|--------------------------------------|--------|-----------|
|                                      | puntos |           |
| Excelente                            | 5      | Grandes   |
| Bueno                                | 4      | Medianos  |
| Regular                              | 3      | Chicos    |
| Deficiente                           | 2      | No aplica |

| Distancia entre audífono y micrófono |        |       |   |      |
|--------------------------------------|--------|-------|---|------|
|                                      | puntos | cm    |   | cm   |
| Excelente                            | 5      | mayor | a | 13   |
| Bueno                                | 4      | 8.5   | a | 12.9 |
| Regular                              | 3      | 6.1   | a | 8.4  |
| Deficiente                           | 2      | menor | a | 6.1  |

| Patrón de radiación |        |                 | valor   |      |
|---------------------|--------|-----------------|---------|------|
|                     | puntos |                 | máx-mín | dB's |
| Excelente           | 15     | Omnidireccional |         |      |
| Bueno               | 13     | 3               | a       | 6    |
| Regular             | 11     | 7               | a       | 12   |
| Deficiente          | 9      | mayor           | a       | 12   |

| Peso       |        |       |       |
|------------|--------|-------|-------|
|            | puntos | g     | g     |
| Excelente  | 5      | menor | a 150 |
| Bueno      | 4      | 151   | a 250 |
| Regular    | 3      | 251   | a 300 |
| Deficiente | 2      | mayor | a 300 |



Unidades

g: gramos

cm: centímetros

$\mu W$ : microwatts

mW: miliwatts

dBm: decibeles por  
miliwatt

dB's: decibeles



# **Tabla de ponderación para teléfonos celulares con tecnología TDMA**

Información al consumidor

|            | puntos |            |
|------------|--------|------------|
| Excelente  | 5      | Completa   |
| Bueno      | —      | —          |
| Regular    | —      | —          |
| Deficiente | 0      | Incompleta |

B. E. R. (T. D. M. A.)

|            | puntos | dBm   | dBm    |
|------------|--------|-------|--------|
| Excelente  | 15     | Menor | a -105 |
| Bueno      | 13     | -102  | a -104 |
| Regular    | 11     | -99   | a -101 |
| Deficiente | 9      | mayor | a -99  |

P. I. R. E.

|            | Puntos | mW     | mW       | mW          | mW        |
|------------|--------|--------|----------|-------------|-----------|
| Excelente  | 15     | 380.00 | a 600.00 | y de 600.00 | a 759.00  |
| Bueno      | 13     | 200.00 | a 379.00 | y de 760.00 | a 955.00  |
| Regular    | 11     | 150.00 | a 199.00 | y de 956.00 | a 1200.00 |
| Deficiente | 9      | menor  | a 150.00 | y de mayor  | a 1200.00 |

Valor por norma = -110

Acabados

|            | puntos |                   |
|------------|--------|-------------------|
| Excelente  | 5      | 0 defectos        |
| Bueno      | 4      | Hasta 2 defectos  |
| Regular    | 3      | De 3 a 5 defectos |
| Deficiente | 2      | Mayor a 5 defecto |

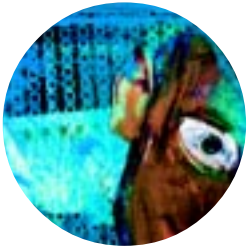
SINAD

|            | puntos | dBm   | dBm    |
|------------|--------|-------|--------|
| Excelente  | 15     | menor | a -119 |
| Bueno      | 13     | -116  | a -118 |
| Regular    | 11     | -100  | a -115 |
| Deficiente | 9      | mayor | a -100 |

Señales espurias

|            | puntos | μW    | μW   |
|------------|--------|-------|------|
| Excelente  | 10     | menor | a 6  |
| Bueno      | 8      | 7     | a 10 |
| Regular    | 6      | 11    | a 14 |
| Deficiente | 4      | menor | a 14 |

Valor por norma = -116



Tamaño de las teclas

|            | puntos | tamaño    |
|------------|--------|-----------|
| Excelente  | 5      | Grandes   |
| Bueno      | 4      | Medianos  |
| Regular    | 3      | Chicos    |
| Deficiente | 2      | No aplica |

Tamaño de los caracteres en pantalla

|            | puntos |           |
|------------|--------|-----------|
| Excelente  | 5      | Grandes   |
| Bueno      | 4      | Medianos  |
| Regular    | 3      | Chicos    |
| Deficiente | 2      | No aplica |

Distancia entre audífono y micrófono

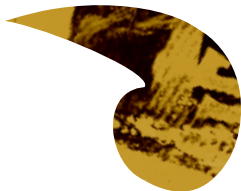
|            | puntos | cm    | cm     |
|------------|--------|-------|--------|
| Excelente  | 5      | mayor | a 13   |
| Bueno      | 4      | 8.5   | a 12.9 |
| Regular    | 3      | 6.1   | a 8.4  |
| Deficiente | 2      | menor | a 6.1  |

Patrón de radiación

|            | puntos | valor max-min dB's |
|------------|--------|--------------------|
| Excelente  | 15     | Omnidireccional    |
| Bueno      | 13     | 3 a 6              |
| Regular    | 11     | 7 a 12             |
| Deficiente | 9      | mayor a 12         |

Peso

|            | puntos | g     | g     |
|------------|--------|-------|-------|
| Excelente  | 5      | menor | a 150 |
| Bueno      | 4      | 151   | a 250 |
| Regular    | 3      | 251   | a 300 |
| Deficiente | 2      | mayor | a 300 |



# ¿Medicamentos

**L**a vida moderna y las responsabilidades que los individuos se ven obligados a adquirir han provocado un problema que cada vez afecta a más personas: la falta de sueño.

Para muchas personas, llegar a casa después de un pesado día de trabajo, en el que no hubo tiempo para comer sino sólo para asistir a juntas, terminar los pendientes y hacer llamadas telefónicas..., cenar abundantemente, ver televisión un rato y después dormir es cosa de todos los días.

Pero, ¿por qué si son las tres de la mañana y uno se siente muy cansado no puede conciliar el sueño?...Y para colmo al otro día debe presentarse a una junta de trabajo a las ocho de la mañana.

Acompáñenos a conocer en este reportaje qué hay detrás de los productos contra el insomnio de venta libre al público.

## *El mercado le ofrece...*

Desde hace algún tiempo, en nuestro país se empezaron a vender productos -como **Nytol** y **Unisom**- que prometen ayudarlo a conciliar el sueño rápidamente y, lo más importante, se dice que no crean hábito porque no inhiben el sistema nervioso central. Debido a que su composición química es diferente a la de los hipnóticos o somníferos, su venta no requiere receta médica.

El doctor Albar Colonia, médico del hospital psiquiátrico «Fray Bernardino de Sahagún», explica a la **Revista del Consumidor** que este tipo de productos contiene básicamente difenhidramina, un antihistamínico que se utiliza para aliviar ciertas alergias y cuyo efecto colateral es somnolencia.

Esta sustancia también se encuentra en algunos medicamentos contra la gripe y la tos, sin embargo, en Nytol y Unisom está aislada o separada, lo que permite que el organismo la absorba rápidamente y produzca sueño.

**Estos productos únicamente deben administrarse en episodios ocasionales de insomnio** -como lo indica su publicidad- y, a diferencia de los hipnóticos o somníferos, **producen un sueño muy parecido al normal**, lo cual permite

despertar con estímulos del ambiente, como el timbre del teléfono o de la puerta, el llanto de un niño, un movimiento sísmico o la voz cercana de alguien.

El médico entrevistado señala que



# contra el insomnio?



estos productos ayudan a quienes tienen problemas de regulación del sueño, esto es, insomnios leves u ocasionales.

Los representantes de estas marcas en México señalaron que el efecto del medicamento depende de la sensibilidad del individuo; se calcula que hay entre un 20 y un 25 por ciento de personas a quienes no les produce sueño, sin embargo, el 75 por ciento puede conciliar el sueño sin problema.

De acuerdo con los representantes de Nytol, la efectividad del producto tiene mucho que ver con la forma en que se administra, porque la concentración máxima de la sustancia en la sangre sucede dos horas después de ingerirlo, su efecto permanece dos horas más y posteriormente empieza a disminuir hasta completar un ciclo; el efecto durará hasta que el cuerpo deseche la difenhidramina (seis u ocho horas después, dependiendo de la susceptibilidad del individuo).

De ahí que se recomienda tomar el medicamento media o una hora

antes de acostarse, con el fin de que se complete el ciclo y evitar la sensación de fatiga o adormecimiento al despertar.

## *¿Insomnio ocasional o problemas graves de insomnio?*

Aunque Nytol y Unisom pueden ayudarlo a conciliar el sueño en episodios ocasionales de insomnio, el doctor Colonia aclara que no son efectivos en casos graves, esto es, cuando no se duerme durante toda la noche, o bien, existen serias dificultades para conciliar el sueño tres o cuatro días a la semana, o el individuo se despierta durante la noche en repetidas ocasiones.

Antes de tomar alguno de los medicamentos mencionados es importante determinar si el estado de ánimo de la persona no ha sufrido cambios, como irritabilidad, tristeza, decaimiento, falta de interés, deseos frecuentes de llorar, miedo, temblor o sudoración excesiva, pues estas alteraciones son indicadores de que usted padece un problema de fondo y el insomnio es un síntoma más.

## *Recomendaciones importantes*

Antes de ingerir este tipo de

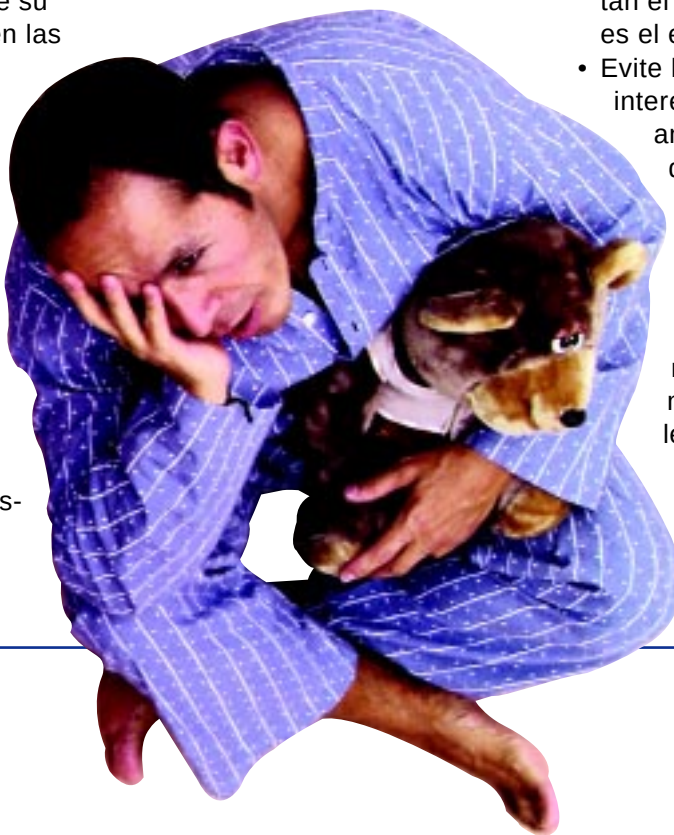
## Medidas higiénicas para conciliar el sueño

Si usted padece de insomnio ocasional, a continuación le ofrecemos algunas recomendaciones que pueden ayudarlo a dormir profundamente y sin problemas:

- Evite tener el reloj cerca de su cama, ver cómo transcurren las horas cuando no puede dormir le provocará ansiedad y menos sueño.
- Procure acostarse y levantarse a la misma hora.
- No utilice la cama para comer, leer o ver televisión, es importante que la mente la asocie con el momento de dormir.
- Evite las cenas abundantes y el consumo de sustancias estimulantes (refrescos de cola, cafeína, té

negro) por lo menos tres horas antes de acostarse.

- No duerma siesta, porque le será más difícil conciliar el sueño durante la noche.



- Procure no hacer ejercicio físico intenso por lo menos tres horas antes de acostarse, pues el cerebro libera sustancias llamadas endorfinas que dificultan el sueño, lo recomendable es el ejercicio matutino.
- Evite las lecturas demasiado interesantes o excitantes antes de acostarse porque despiertan la atención y retrasan el sueño.
  - Si se acuesta y después de un tiempo razonable -que su propio reloj biológico le indicará- no logra dormir, es recomendable que se levante, lea o escuche música, y se acueste cuando sienta sueño.

fármacos, los médicos recomiendan considerar lo siguiente:

- Los antihistamínicos, principales compuestos de Nytol y Unisom, producen ciertos efectos colaterales como resequedad en la nariz, la boca y la garganta, además, al actuar directamente en el receptor de la histamina puede aumentar el apetito porque este receptor interviene en su regulación.
- Cada persona debe comprobar su sensibilidad al producto para determinar el horario en que le conviene ingerirlo para evitar la fatiga o somnolencia durante el día.
- Lea cuidadosamente las contraindicaciones, ya que estos productos no deben tomarlos quienes padecen

asma, glaucoma, enfisema, enfermedades crónicas en los pulmones, problemas respiratorios o de la próstata, o bien, si la persona está tomando tranquilizantes, sedantes o cualquier otro medicamento.

- No debe consumirlos con bebidas alcohólicas porque potencializan su efecto.
- Si tiene problemas serios para conciliar el sueño es preferible acudir al especialista, que en este caso es el psiquiatra.
- Como todos los medicamentos, su uso debe ser esporádico: si se utilizan durante mucho tiempo el organismo crea resistencia a su efecto.
- La presentación en cápsulas de gel

permite al estómago y al intestino absorber su contenido con mayor rapidez.

- Aunque son productos de venta libre es conveniente que consulte a su médico antes de ingerirlos.

Vanessa Prieto

Fuentes: -Entrevista con el doctor Albar Colonia, psiquiatra del hospital «Fray Bernardino de Sahagún».

-Entrevista con Luis Serrano, gerente de Mercadotecnia de Stafford Miller de México, S.A. de C.V.

-Entrevista con Gabriela Fernández, gerente de marca de Pfizer.

*Un milenio sin hambre*

# *¿Visión o desafío?*



*Desde 1981, fecha en que la Organización para la Agricultura y la Alimentación (FAO, por sus siglas en inglés) instauró el 16 de octubre como el*  
***Día Mundial de la Alimentación,***  
*año con año tenemos la oportunidad de reflexionar y renovar el compromiso en la búsqueda de estrategias que permitan combatir el hambre y la pobreza en el mundo.*

Basta recordar que en la Cumbre Mundial de la Alimentación, realizada en la ciudad de Roma, Italia, en 1996, los países participantes pactaron un objetivo común para alcanzar la seguridad alimentaria y la erradicación del hambre en todos los países del mundo: para el año 2015 reducir a la mitad el número de personas que padecen hambre en el mundo.

Para lograrlo es necesario que haya suficientes alimentos con la finalidad de cubrir la demanda de los individuos de todo el mundo que padezcan hambre, y

no menos importante es que éstos dispongan de los recursos económicos suficientes para obtenerlos. Por esta razón, los países han establecido acuerdos de políticas favorables, como la generación de empleos productivos y mejor remunerados, control de precios de los alimentos básicos, así como aplicación de medidas que garanticen su producción y disponibilidad, poniendo particular atención en las personas más vulnerables. Una de las medidas consiste en proporcionar ayuda alimentaria en situaciones de emergencia.

Para conmemorar el Día Mundial de la Alimentación el 16 de octubre del año 2000, la FAO eligió el lema «**Un milenio sin hambre**», con el propósito de liberar del hambre crónica y del miedo a la inanición a casi 800 millones de personas en todo el mundo.

Para que efectivamente logremos «Un milenio sin hambre» no podemos demorar más la tarea: trabajar de manera rápida y permanente con el fin de eliminar las **causas del hambre en el mundo**, como:

- Distribución inequitativa de los alimentos
- Pobreza
- Guerras
- Degradación ambiental
- Discriminación

No es insensato suponer, por ejemplo, que un mundo sin hambre probablemente sería también:

- **Un mundo sin condiciones extremas de riqueza y pobreza que erradique las crueles desigualdades en la distribución de alimentos.** Actualmente, la quinta parte más rica de la población consume el 45 por

ciento de la carne y el pescado, y la quinta parte más pobre solamente el 5 por ciento.

- **Un mundo sin pobreza extrema.** La mayor parte de la población mundial aquejada por el hambre es precisamente aquella que vive en la pobreza absoluta.

- **Un mundo sin guerras.** Invariablemente los conflictos bélicos desquician la producción y la distribución de los alimentos, provocando el desarraigo de familias y comunidades, y creando poblaciones de refugiados sumamente vulnerables.

- **Un mundo sin degradación ambiental.** La desertización, la erosión, la salinización y la pérdida de biodiversidad constituyen una amenaza a la vida en el planeta, a largo plazo, y en el presente para millones de personas empobrecidas y para la productividad de los sistemas agropecuarios, pesqueros y forestales.

- **Un mundo sin desigualdades basadas en aspectos de género u origen étnico.** Si bien las mujeres producen la mayor parte de los alimentos del mundo, también representan una mayoría sustancial de la población pobre.

es necesario incrementar la producción agropecuaria y pesquera y elevar los ingresos de las comunidades rurales, facilitar el acceso de las personas más necesitadas a los alimentos, asegurar que en el comercio mundial se contabilicen adecuadamente las necesidades y contribuciones de los países en desarrollo, fomentar la investigación y la inversión, otorgar atención prioritaria al «hambre oculta» (provocada por deficiencias de micronutrientes).

## Sabemos lo que hay que hacer

El Plan de Acción de la Cumbre Mundial sobre la Alimentación nos indica el camino para llegar a un mundo sin hambre. Conocemos también el precio que habremos de pagar si no se adoptan medidas decisivas. Las últimas cifras muestran que en la primera mitad de la década de los noventa, la población más afectada por el hambre se redujo a 8 millones de personas por año. Aunque se trata de un progreso concreto, también nos indica que estamos a menos de la mitad del ritmo que se necesita para alcanzar el objetivo establecido, esto es, reducir a la mitad el número de personas afectadas por la desnutrición para el año 2015.

Si los resultados mantienen este ritmo, para esa fecha todavía habrá casi 700 millones de personas atrapadas en un **círculo vicioso**, padeciendo hambre crónica, privaciones humanas y estancamiento social.

El desafío consiste en crear un **círculo virtuoso** que empezaría con una población bien alimentada, sana y con la energía necesaria para resolver los problemas que azotan y aprisionan a la humanidad. Así, «Un milenio sin hambre» podría transformarse en un milenio sin degradación ambiental, sin desigualdades ni discriminaciones, sin privaciones ni guerras.

*Fuentes: -Unidad de Alimentación y Nutrición, Dirección de Educación para el Consumo, PROFECO.*

*-Departamento de Educación Nutricional, INNSZ.*

*-Documento: Declaración de Roma sobre la seguridad alimentaria mundial, 1996, emitido por la Secretaría del Día Mundial de la Alimentación, FAO, 2000.*

Para terminar con el hambre





# ¿Qué es la fibra dietética?

La fibra vegetal -conocida también como fibra alimentaria o fibra dietética- está constituida por los hidratos de carbono presentes en los alimentos de origen vegetal, sin embargo, el organismo humano no los digiere, por lo tanto, al pasar al intestino grueso contribuyen en diverso grado al mantenimiento y crecimiento de la microflora intestinal, además la fibra es necesaria para el funcionamiento normal del intestino.



## Componentes de la fibra y fuentes alimentarias

Los principales componentes de la fibra natural de origen alimentario que se encuentran en la dieta se clasifican en dos grandes grupos, según su solubilidad en el agua:

- 1) **Fibras insolubles:** celulosa, hemicelulosas y ligninas.
- 2) **Fibras solubles:** pectina, gomas, mucílagos y otras hemicelulosas que, a diferencia de las insolubles, se caracterizan por su capacidad para formar geles.

La fibra que se obtiene a través de los alimentos, como frutas, verduras, cereales y leguminosas, no es únicamente soluble o insoluble, más bien presenta diversas cantidades de ambos tipos.

La fibra también puede obtenerse de fuentes no alimentarias, como los suplementos de fibra, que en algunos casos son compuestos de fibra vegetal de origen natural, como el polvo de *Psillium plantago*; otros contienen fibras semisintéticas como la metilcelulosa, o bien, sintéticas como el poliacarbofilcálcico.

Cabe resaltar que las fibras sintéticas y semisintéticas que no proceden de la dieta producen los mismos efectos mecánicos (combaten el estreñimiento, las hemorroides o la formación de divertículos) que las fibras insolubles de origen natural, pero no se ha demostrado que proporcionen beneficios metabólicos (de los que hablaremos posteriormente) para el tratamiento de la diabetes, la disminución del colesterol sanguíneo y la prevención de aterosclerosis. Únicamente las fibras solubles de origen natural ejercen efectos metabólicos.

Acompañemos a conocer un poco más de las características que presentan los compuestos de fibra y cuáles alimentos los contienen.

## Fibras insolubles

**Celulosa.** Se encuentra principalmente en la cascarrilla del salvado de trigo, en los cereales integrales, en la cáscara de manzanas y peras, frijoles, betabel, brócoli, zanahoria, apio, ejotes y chícharos. Esta fibra se une al agua incrementando el tamaño y el peso de las evacuaciones, lo que estimula el movimiento intestinal y la excreción. Es útil en el tratamiento del estreñimiento, diverticulitis y hemorroides. Pequeñas partes de celulosa se fermentan y se degradan en el colon. Sirve para remover sustancias que se adhieren a la pared del colon, causantes de cáncer.

**Hemicelulosas.** Las contienen principalmente el salvado de avena y los alimentos anteriormente señalados, así como peras, manzanas, plátanos, frijoles, col, maíz, vegetales de hojas verdes y pimientos. Las hemicelulosas absorben agua y se expanden en el tracto digestivo, lo cual favorece la actividad intestinal. Son útiles para promover la pérdida de peso, aliviar el estreñimiento y prevenir el cáncer de colon.

**Ligninas.** Se localizan en las partes duras de los vegetales. Sus principales fuentes son los granos de los cereales integrales, frijoles, chícharos, zanahorias, jitomates, papas, nuez del brasil, duraznos y fresas. Tiene efectos preventivos en el cáncer de colon y mama, y en la formación de cálculos -mediante su enlace con ácidos biliares- y reduce los niveles de colesterol.



## Fibras solubles

**Pectina.** Abunda en la capa blanquecina que se encuentra entre la cáscara y la pulpa de algunas frutas, en la cáscara de la manzana y en la piel de la cebolla. Se encuentra también en plátanos, betabel, zanahorias, arvejón (chícharo seco), okra y limones. Tiene la propiedad de formar geles. En el intestino se une al colesterol y a los ácidos biliares, promoviendo su excreción y la reducción de los niveles de colesterol. También se une a metales tóxicos como plomo, mercurio y cadmio, eliminándolos del cuerpo.

**Gomas y mucílagos.** Las gomas vegetales son resinas mucilaginosas contenidas en diversas plantas, que forman geles que se utilizan en la industria como emulsificadores y estabilizadores. Algunos ejemplos son la goma arábiga (acacia), goma karaya, goma guar, el agar, los alginatos, las carrageninas, y el glucomanano. Cuentan con las mismas propiedades de la fibra y se encuentran en diversos alimentos, como salvado de avena, semillas de girasol, frijoles, algas y *Psillium*, entre otros.

**Goma guar.** Se extrae de una planta leguminosa procedente de la India (*Cyamopsis tetragonolobus*). Tiene la capacidad de formar geles y retener gran cantidad de agua. Hay estudios científicos que señalan que este tipo de fibra reduce las concentraciones de glucosa e insulina en la sangre después de las comidas, por lo que se utiliza para el tratamiento de la diabetes. También tiene la capacidad de eliminar sustancias tóxicas del organismo, reducir la concentración de sales biliares y de colesterol LDL (malo). Es útil en los tratamientos para bajar de peso debido a la capacidad que tiene para provocar sensación de saciedad, retrasando el vaciamiento gástrico y el paso de los alimentos a través del intestino. En grandes dosis la goma guar incrementa su capacidad para combinarse con las grasas y fomentar su excreción.

**Konjac (glucomanano).** Se obtiene de un tubérculo de origen japonés (*Amorphophallus konjac*). El glucomanano es una de las gomas que cuenta con mayor viscosidad. Tiene la capacidad de expandir su peso 60 veces o más, gracias a su capacidad para absorber agua, por ello suele utilizarse en tratamientos para reducir peso, debido a que induce rápidamente la sensación de plenitud y disminución del apetito. Se ha afirmado que el glucomanano remueve la grasa de las paredes del colon, promoviendo su eliminación a través de las heces fecales. También regula la glucosa en la sangre, por lo que se considera útil en el tratamiento de la diabetes y para las personas que sufren de hipoglucemia. También se recomienda para evitar el estreñimiento.

**Cáscara del *Plantago ovata*.** En la familia de las *Plantaginaceae* hay varias especies de *Psillium*. La cáscara de la semilla de *Plantago ovata*, también conocida como *Psillium rizado*, está considerada como una de las hemicelulosas solubles de mejor calidad y más alto contenido de fibra; al igual que el *Psillium plantago* actúa en el tracto gastrointestinal absorbiendo agua y sustancias potencialmente tóxicas, lo cual provoca una evacuación voluminosa y suave que pasa más rápidamente por el colon. La ingestión de este tipo de fibras requiere de un consumo abundante de líquidos.



## Metabolismo de la fibra

Algunos tipos de fibra dietética se excretan en la materia fecal esencialmente sin cambios (como las ligninas), mientras que otras se fermentan en grado variable (por ejemplo, las pectinas se fermentan casi en su totalidad) debido a las bacterias que viven normalmente en el colon (intestino grueso), con la consiguiente producción de gases, agua y ácidos grasos de cadena corta, que ayudan a reducir el pH del intestino grueso y, según algunos estudios, disminuyen el colesterol sanguíneo. En general, la fermentación de las fibras solubles es mayor que la de las fibras insolubles. Parte de las moléculas que se liberan durante su fermentación (degradación) son absorbidas, proporcionando energía principalmente a las células de la mucosa del intestino grueso.

Algunos de los ácidos biliares liberados en la vesícula son atrapados a nivel del intestino delgado por la viscosidad de las fibras solubles y posteriormente excretados en las heces; ello impide que las sales biliares sean reabsorbidas y modificadas en el organismo formando sustancias identificadas como cancerígenas, asimismo evita la formación de cálculos biliares en combinación con moléculas de colesterol.

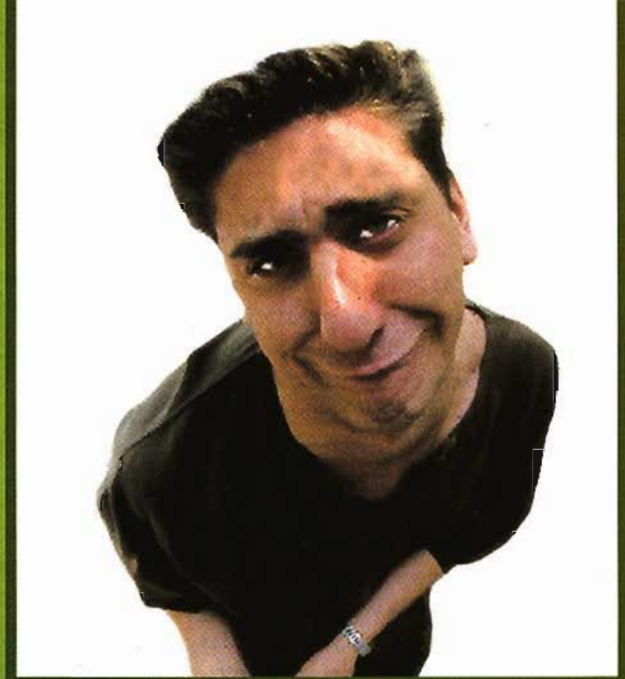
Las fibras viscosas -como las pectinas y la goma guar- aumentan el tiempo de tránsito intestinal, dando como resultado una absorción más lenta de los azúcares, lo cual disminuye o regula la concentración de glucosa en la sangre después de las comidas. Lo anterior resulta particularmente benéfico para aquellas personas que padecen diabetes o desórdenes leves en el metabolismo de los carbohidratos.

### Ingesta recomendada

La deficiencia de fibra en la dieta está relacionada con una mayor prevalencia de enfermedades como estreñimiento, hemorroides, diverticulosis, algunos tipos de cáncer, diabetes, aterosclerosis y padecimientos cardiovasculares.

Diversos países recomiendan que la ingesta apropiada de fibra dietética sea de entre 20 y 35 g por día, o bien, de 10 a 13 g de fibra por cada 1000 kilocalorías durante la edad adulta y la senectud.

Para niños mayores de dos años hasta la culminación de la adolescencia, la Asociación Americana de Dietética de Estados Unidos sugiere la siguiente fórmula: la cantidad debe ser igual a la edad del individuo más cinco, por ejemplo, si el niño tiene seis años, la ingesta recomendada será de 11 g diarios.



## Problemas relacionados con el consumo excesivo de fibra

- La ingesta excesiva de fibra, principalmente de celulosa, aumenta la excreción intestinal de calcio, hierro, magnesio y zinc, tanto porque quedan atrapados en los tejidos de fibra, como por la presencia de fitatos y oxalatos, pues se forman compuestos de sales insolubles que el organismo no puede absorber; incluso puede afectar la absorción de vitaminas liposolubles (A, D, E y K).

- Algunos tipos de fibras están contraindicados en caso de padecer ciertos males digestivos porque provocan una irritación que daña la mucosa gastrointestinal, además causa diarrea en algunos individuos.

- La ingesta de altas cantidades de fibra dietética se ha asociado con problemas de obstrucción del esófago y del intestino. En particular aquellos productos a base de sustancias como el glucomanano que, debido a su gran capacidad para absorber agua, puede expandirse en la garganta y originar problemas respiratorios. Los pacientes con estenosis pilórica o intestinal deben evitar la ingesta de altas cantidades de fibra.

- Puede agravar los problemas de estreñimiento si no se ingieren cuando menos dos litros de agua diariamente.

- La fermentación de la fibra en el colon provoca la generación de gases (meteorismo o flatulencia), que origina molestias intestinales como distensión y algunas veces cólicos.

- Puede interferir o bloquear la absorción de cierto tipo de medicamentos.

- Algunos productos como el Psyllium y el trigo pueden causar reacciones alérgicas serias en algunas personas. Los síntomas son comparables a un tipo específico de asma.

Fuentes: -Unidad de Alimentación y Nutrición, Dirección de Educación para el Consumo, PROFECO; Departamento de Educación Nutricional, INNSZ; Reflexiones y notas sobre el consumo de fibra y el tracto gastrointestinal, Impresiones Medix; Prescription for Nutritional Healing, Avery Publishing Group, 1997; Encyclopedia of Human Nutrition, Academic Press, 1999.

## La uva

Originaria de la India, la vid (del latín *vitim*), mejor conocida en nuestro país como uva, es una planta que el hombre cultiva desde tiempos inmemoriales. Los conquistadores españoles introdujeron la vid a México, pues nuestro clima semejante al del Mediterráneo permitió su aclimatación.

La vid es una planta trepadora de la familia de las vitáceas; sus flores tienen un color casi verdoso y sus frutos -que crecen en racimos- son bayas redondas y pequeñas, cuya piel va del verde pálido al rojo púrpura.

Dependiendo de la variedad, la pulpa es muy jugosa y dulce. Cada 100 gramos de porción comestible de uvas proporcionan 71 kilocalorías, además aportan potasio, fibra dietética y, en menor cantidad, ácido fólico.

Se calcula que en el mundo existen unas 200 variedades de vid, pero entre las más comunes se encuentra la mission, que se utiliza para la elaboración de vino, la cual es de tamaño mediano, redonda, de color negro, pulpa muy dulce y jugosa. Otras variedades conocidas son la moscatel negra y la sultanina, que es de color blanco y no tiene semillas.

La uva puede consumirse al natural o en jugos, néctares, postres, ensaladas y gelatinas. Las uvas secas se denominan «pasitas».

La uva se encuentra en el mercado desde junio hasta diciembre y algunas variedades hasta enero.

Elija las que estén firmes y sin arrugas, de color uniforme, según la variedad de que

se trate; no deben presentar magulladuras ni raspones.

Las uvas se pueden conservar a temperatura ambiente hasta tres o cuatro días, en un lugar fresco y sin humedad. Si las guarda en la parte más baja del refrigerador se conservarán unos días más.

## La papa

La papa es un tubérculo originario de Perú. Es un alimento exquisito y versátil que ocupa un lugar importante en la cocina mexicana, ya que forma parte de platillos que van desde los más sencillos hasta los más elaborados.

Este tubérculo es una fuente apreciable de almidón, potasio y vitamina C, también aporta algo de fibra y niacina (vitamina del complejo B).

La papa se compone de un tallo herbáceo de 50 cm de altura y un tallo subterráneo de forma globosa con una cáscara delgada de color café-rosáceo. Existen dos variedades: la blanca y la amarilla, cuya composición y valor nutricional son sumamente parecidos.

La papa es baja en proteínas y su contenido de vitamina C disminuye durante su almacenamiento invernal.

Este producto abunda de febrero a diciembre.

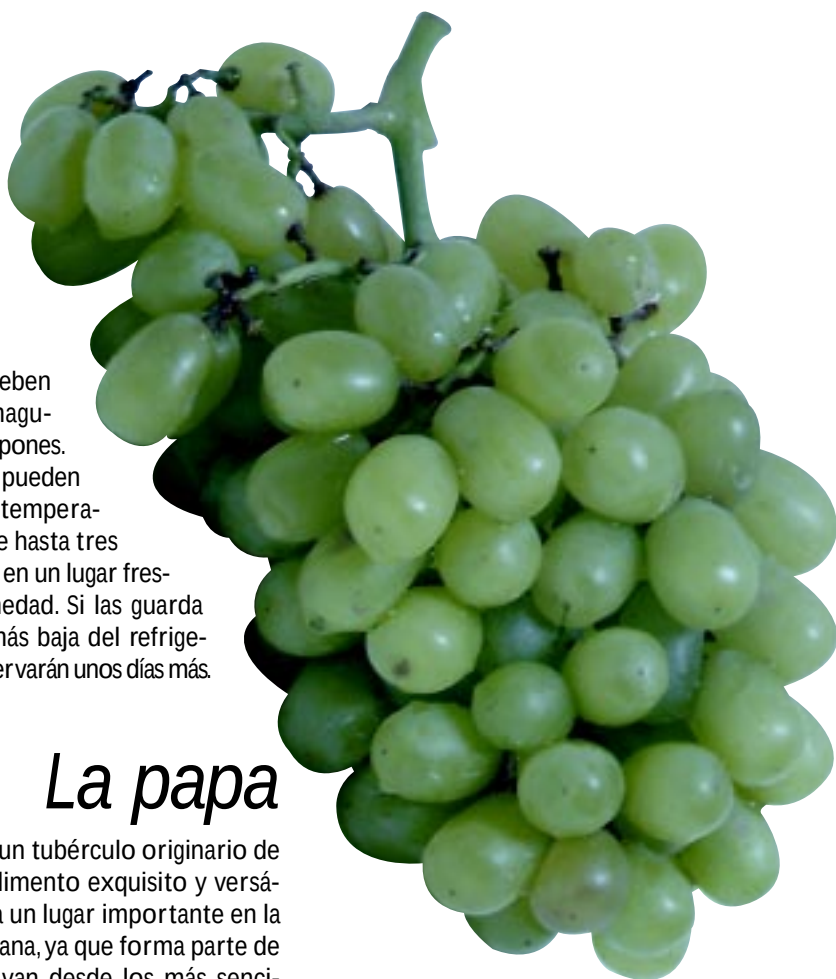
Es importante que adquiera las papas que no presenten manchas verdes, ya que éstas contienen sustancias tóxicas, como la solanina, que a ciertas personas les produce migraña.

Es recomendable elegir las más grandes para obtener mayor rendimiento.

Seleccione las de tamaño mediano si las va servir como raciones individuales.

Es conveniente guardarlas en un lugar fresco y seco, de preferencia oscuro.

La cáscara de la papa se puede freír con cebolla y jitomate y disfrutarse en tacos o quesadillas.





# La toronja

## Mitos y realidades

*La toronja ayuda a bajar de peso porque tiene la propiedad de «quemar grasa».*

**Falso.** En algunas dietas para reducir de peso se recomienda el consumo de toronja bajo el supuesto de que contiene enzimas que promueven la utilización de la grasa corporal, sin embargo la presencia de estas sustancias no se ha comprobado. La toronja tiene un bajo contenido de grasa y de calorías, por lo tanto, incluirla en una dieta baja en grasas es adecuado, pero ningún alimento tiene la propiedad de «quemar grasa».

*La toronja ayuda a disminuir los niveles de colesterol en la sangre.*

**Verdadero.** Este alimento contiene pectina, un tipo de fibra dietética soluble que tiene la capacidad de conservar agua y formar geles; se encuentra en el jugo y en la membrana blanca que cubre los gajos de la fruta. Algunos estudios indican que este compuesto ayuda a disminuir los niveles de colesterol en la sangre por las siguientes razones:

- Disminuye la absorción de colesterol en el intestino por el gel que se forma.
- Reduce la reabsorción intestinal de ácidos biliares (sustancias necesarias para digerir los lípidos), por lo que tienen que producirse nuevamente en el hígado a partir del colesterol sanguíneo.
- La pectina se absorbe en el intestino grueso y forma sustancias que disminuyen la producción de colesterol en el hígado.



*Es mejor la toronja de pulpa rosa o roja que la amarilla.*

**Falso.** Ambas variedades tienen un aporte nutrimental muy similar. Se considera que la toronja de pulpa amarilla contiene cantidades ligeramente mayores de vitamina C y potasio que la toronja roja o rosa, mientras que esta última contiene más carotenos (forma vegetal de la vitamina A) y calcio. La variedad de pulpa amarilla también se denomina pomelo; cabe mencionar que la toronja de pulpa roja o rosa es más aceptada tal vez debido a su color atractivo, y a su sabor menos amargo y ácido. En general las dos son una buena fuente de vitamina C y potasio principalmente.

*Fuente: Unidad de Alimentación y Nutrición,  
Dirección de Educación para el Consumo.*



# Tinacos

*Para prolongar la vida útil de su tinaco, garantizar la pureza del agua que consume y evitar goteos y derrames de este vital líquido, es necesario lavar el tinaco y proporcionarle mantenimiento cuando menos una vez al año.*

*Es muy sencillo, sólo siga estas recomendaciones.*

## Materiales necesarios

- cepillo de plástico de mango largo
- cubeta
- recipiente pequeño
- jerga limpia
- trapo limpio
- guantes de hule
- jabón de barra
- 1/2 litro de cloro o blanqueador
- cordón (de un metro de largo aproximadamente)
- banco o escalera para subir al tinaco
- desarmador plano
- llave «perico»
- empaques de plástico

## Cómo lavarlo:

1. Unos días antes de efectuar el mantenimiento, cerrar la llave de paso de la red que suministra agua al tinaco, con el fin de que se vacíe a medida que el agua se consume y evitar que se desperdicie.
2. Cuando el agua llegue a un nivel de entre diez y 15 cm cerrar la llave de salida a la red de distribución, y con el trapo limpio tapar el tubo. Es conveniente amarrar previamente el cordón a uno de los extremos del trapo para poder retirarlo con facilidad.

3. Si el flotador estorba se retira, incluyendo la varilla, con ayuda de un desarmador.

4. Si el agua del tinaco se derrama, posiblemente el flotador esté roto, o bien, los empaques de la válvula están gastados.

Es conveniente realizar las reparaciones necesarias antes de continuar con la limpieza (más adelante le decimos cómo).

5. Se vacía el blanqueador en el agua que quedó en el tinaco y con el cepillo de plástico y el jabón se tallan las paredes y el fondo durante diez minutos. Con el recipiente pequeño se desaloja el agua sucia; después se limpia el interior con la jerga, enjuagándola en agua limpia tantas veces sea como necesario, hasta eliminar el cloro.

6. Se retira el trapo de la salida, se abre la llave de suministro para que se llene el tinaco, dejando que salga un poco de agua por la llave de nariz para retirar completamente los sedimentos. Es conveniente verificar que el flotador funcione adecuadamente.

7. Una vez que el flotador tinaco se llene, se agregan tres cucharadas de cloro por cada diez litros de agua, enseguida se abre la llave de la red de distribución de la casa.

8. Es importante mantener el tinaco siempre tapado para evitar que el agua se contamine.

## Cómo darle mantenimiento

- Si al revisar el flotador nota que la varilla que lo sostiene se encuentra doblada, sólo basta enderezarla para ajustar el nivel del agua y evitar que se derrame.
- Si el flotador se encuentra roto debe reemplazarse por uno nuevo. Se desatornilla la válvula de la tubería, se desarma la mariposa que sostiene al flotador y se saca el émbolo.
- Es conveniente verificar que el metal donde se asientan los empaques esté en buenas condiciones; si se encuentra desgastado es necesario cambiar la válvula completa.
- Si el metal está bien, únicamente cambie los empaques, los cuales se zafan con el desarmador.



# Jarrón de papel maché

*Gracias a las características del papel, con esta sencilla técnica se pueden elaborar una infinidad de objetos decorativos, como el florero que a continuación le presentamos.*

## *Materiales necesarios*

---

- \* 1 globo
- \* 1/4 de pliego de cartulina, cartoncillo o cartón delgado
- \* papel periódico
- \* pegamento blanco (o engrudo)
- \* cinta adhesiva
- \* pincel o brocha delgada
- \* pintura acrílica del color de su preferencia
- \* trozo de tela o papel con figuras vistosas
- \* bote de esmalte acrílico
- \* tijeras



# Cómo hacerlo:

Se corta un trozo de cartulina de 25 x 25 cm y se forma un cono o un cilindro de 7 u 8 cm de diámetro, uniendo los bordes con cinta adhesiva.



El globo se infla hasta que mida unos 8 cm de diámetro, o bien, de un tamaño tal que se pueda introducir en la boca superior del cono de cartulina, sin forzarlo demasiado. El globo se introduce en el cono hasta la mitad, con el pivote hacia dentro.



Se cortan tiras de papel periódico de 3 x 7 cm aproximadamente, y con el pincel o la brocha se pegan de un borde a otro hasta cubrir completamente el globo y el cilindro. Para que la superficie quede lisa procure que no se formen arrugas al pegar las tiras. Por lo menos se debe cubrir con siete capas. Al final se le aplica una mano de pegamento o engrudo y se deja secar.



# 4



Para la base utilice una tira de cartón de 3 x 20 cm, una los extremos para formar un aro y siga el mismo procedimiento que utilizó para el florero.

# 5



Se pinta el florero del color de su preferencia y se adorna con motivos en tela o papel, según lo prefiera.

# 6



Para darle brillo al florero, después de adornarlo se cubre con una capa de esmalte transparente o pegamento blanco, en este último caso procure no dejar grumos sobre la superficie del florero.

## Tips, tips, tips

\* Mediante la técnica de papel maché se pueden elaborar arreglos florales, fruteros, candeleros, alcancías y diversas figuras decorativas.

# Estudio de *pantalones*

*Para orientarlo en la compra de  
pantalones casuales para dama y caballero,  
el Laboratorio de Pruebas de PROFECO  
analizó la calidad de dichas prendas de vestir.*



Desde su inicio, el Laboratorio de Pruebas ha evaluado la calidad de una gran cantidad de productos aplicando variados métodos de prueba, cuyos lineamientos principales son la normatividad, tanto nacional como extranjera, y en algunos casos creando su propia metodología interna.

## *Calidad en pantalones*

Para los consumidores, la definición de calidad en prendas de vestir corresponde a «un producto que satisface sus necesidades y guarda el equilibrio justo entre las características que reúne para cumplir los requerimientos a un menor costo».

Los pantalones casuales de calidad aceptable deben reunir las siguientes características:

- Proporcionar información suficiente y veraz para permitir su identificación y conservación.

- Estar confeccionados de tal manera que el usuario no tenga que corregir defectos en la tela ni en la confección.

- Que reúna las características necesarias para que durante su uso proporcione comodidad.

- La talla indicada debe corresponder a las medidas anatómicas.

- Contar con las propiedades que ayuden a su conservación, tanto dimensionales como de apariencia y comodidad.

Otros factores que inciden en el criterio de compra de estas prendas y que el consumidor verifica, ya sea en el aparador o en el probador, son los siguientes:

1. Diseño del pantalón (bolsas, color, etcétera)

2. Homogeneidad del color

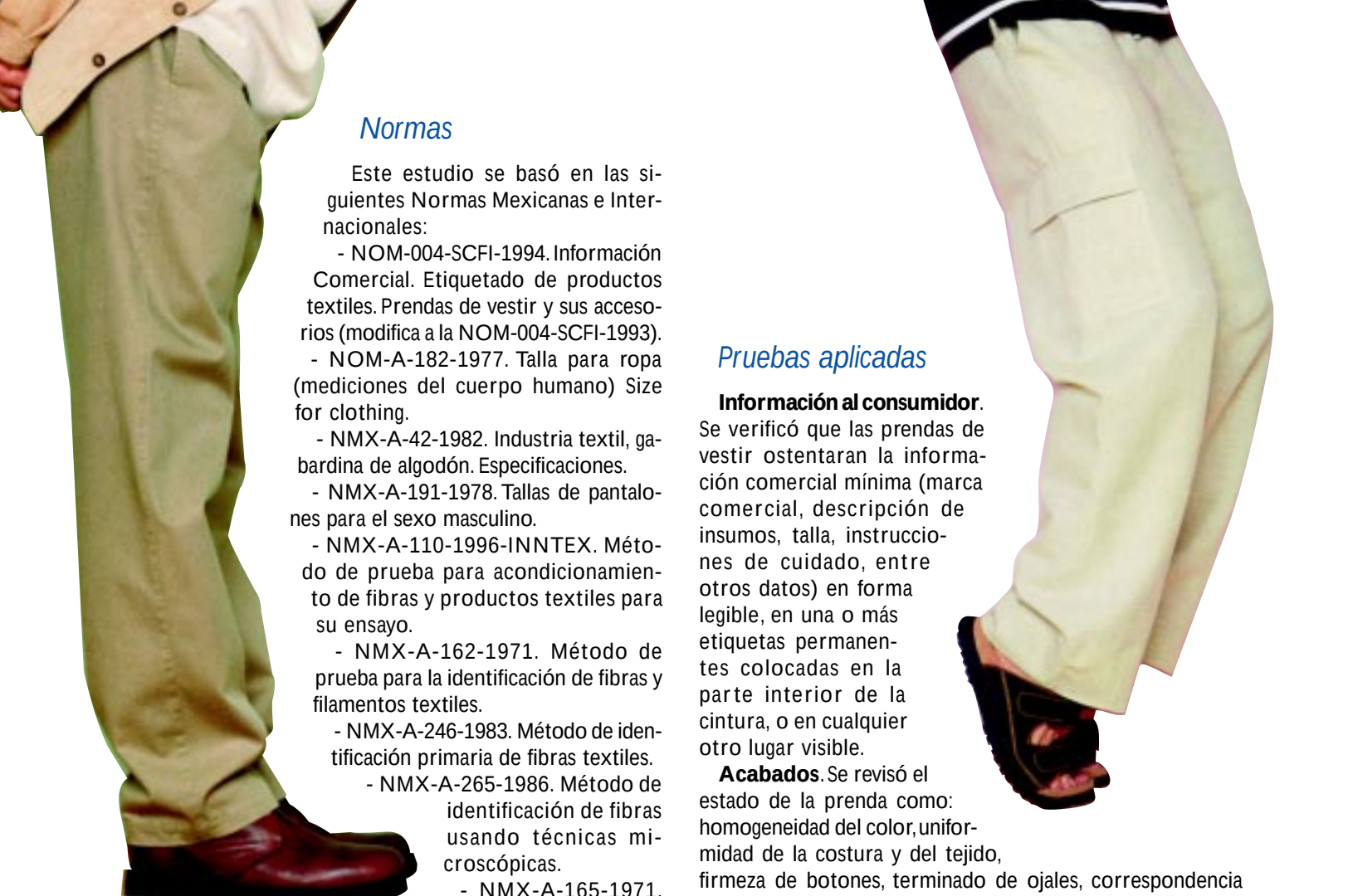
3. Ajuste al cuerpo (talla y longitud total del pantalón)

4. Tipo de material (algodón o mezcla de poliéster-algodón)

5. Tipo de tejido

6. Espesor de la tela

7. Caída



## Normas

Este estudio se basó en las siguientes Normas Mexicanas e Internacionales:

- NOM-004-SCFI-1994. Información Comercial. Etiquetado de productos textiles. Prendas de vestir y sus accesorios (modifica a la NOM-004-SCFI-1993).
- NOM-A-182-1977. Talla para ropa (mediciones del cuerpo humano) Size for clothing.
- NMX-A-42-1982. Industria textil, gabardina de algodón. Especificaciones.
- NMX-A-191-1978. Tallas de pantalones para el sexo masculino.
- NMX-A-110-1996-INNTEX. Método de prueba para acondicionamiento de fibras y productos textiles para su ensayo.
- NMX-A-162-1971. Método de prueba para la identificación de fibras y filamentos textiles.
- NMX-A-246-1983. Método de identificación primaria de fibras textiles.
- NMX-A-265-1986. Método de identificación de fibras usando técnicas microscópicas.
- NMX-A-165-1971. Método de prueba para la

determinación de la solidez de color a la luz por medio de la lámpara de Xenon.

- NMX-A-073-1995-INNTEX. Método de prueba para la determinación de la solidez del color al frote.
- NMX-A-065-1995-INNTEX. Método de prueba para la determinación de la solidez del color al sudor.
- NMX-A-074-1995-INNTEX. Método de prueba para la determinación de la solidez del color al lavado doméstico e industrial.
- NMX-A-072-1995. Método de prueba para determinar la masa por metro cuadrado de las telas. Método de la muestra pequeña.
- NMX-A-172-1982. Determinación de la resistencia a la abrasión plana (taber) en los materiales textiles.
- NMX-A-177-1995-INNTEX. Método de prueba para determinar la resistencia a la formación de frisas en tejidos de calada y de punto.
- NMX-A-059-1996-INNTEX. Método de prueba para determinar la resistencia a la tracción de los tejidos de calada. Método de agarre.
- NMX-A-158-1998-INNTEX. Método de prueba para determinar los cambios dimensionales en el lavado de tejidos de calada y de punto.

## Pruebas aplicadas

### Información al consumidor.

Se verificó que las prendas de vestir ostentaran la información comercial mínima (marca comercial, descripción de insumos, talla, instrucciones de cuidado, entre otros datos) en forma legible, en una o más etiquetas permanentes colocadas en la parte interior de la cintura, o en cualquier otro lugar visible.

**Acabados.** Se revisó el estado de la prenda como: homogeneidad del color, uniformidad de la costura y del tejido, firmeza de botones, terminado de ojales, correspondencia entre botón y ojal, simetría de piezas que forman la prenda, firmeza del cierre, dobladillo y presillas uniformes.

**Características del diseño.** Son aquellas que presentan los pantalones casuales como, tipo de tela (gabardina), pretina, presillas homogéneas, bragueta y vista de bragueta, tipo de bolsas (ojal, cartera), dobladillo, pinzas en la parte delantera, tipo de costura (recta u over de 5 hilos), entretela en la pretina, etcétera.

**Apariencia después del lavado.** El objetivo de esta prueba fue valorar la apariencia de los pantalones casuales después de cinco lavadas domésticas normales. La condición prioritaria fue determinar si es necesario aplicar un planchado posterior, ya que algunos pantalones, por su estructura, acabados o naturaleza de las fibras, pueden requerir este proceso.

**Verificación de tallas y dimensiones.** Esta prueba es muy importante porque de ella depende la funcionalidad del artículo.

Con cinta métrica se midieron las partes más importantes de la prenda como: cintura, cadera, largo pantalón y tiro normal completo. Las dimensiones debieron apegarse a lo indicado por el fabricante en la etiqueta y corresponder con lo que indica la norma nacional vigente (NMX-A191-1978. Tallas de pantalones para el sexo masculino).

**Identificación de fibras.** Se identificó el tipo de material o combinación de fibras, así como la proporción que se utilizó para fabricar los pantalones, con el fin de constatar el cumplimiento de la información proporcionada por el fabricante en el etiquetado.

## Recomendaciones de compra

Antes de comprar pantalones le recomendamos considerar los siguientes aspectos:

- Para realizar una buena compra es necesario acudir con el tiempo suficiente para probarse diversos modelos, de modo que encuentre uno que realmente lo haga sentirse y verse bien.

- Al probarse los pantalones procure guardar en los bolsillos aquellas cosas que habitualmente porta. Posteriormente camine, siéntese, agáchese, etcétera, y compruebe si se siente cómodo.

- Los pantalones no deben ceñirse a los muslos o a las caderas, ya que eso le restará presentación (el cierre quedará tirante, los bolsillos se abrirán y las costuras comenzarán a ceder). Tampoco deben quedarle demasiado sueltos, porque no podrá ajustarlos más de 2.5 cm sin alterar las proporciones.

- La pretina debe quedar a la altura de la cintura. Si no es así, significa que el tiro es demasiado largo o muy corto.

De preferencia pruébeselos con cinturón y con los zapatos que usa habitualmente. Deben ser lo sufi-

cientemente largos para que los calcetines no se vean cuando usted camina. Esto provocará que, en la parte delantera, tengan un pequeño quiebre discreto a la altura del tobillo, lo que no debe impedir que la «caída» sea perfectamente recta.

La bastilla debe ser recta o un centímetro más larga en la parte posterior (la bastilla es recomendable sólo si usted es alto y de piernas largas).

- El cierre debe presentar doble costura y verse perfectamente plano, aun cuando usted se siente o se agache.

- Los bolsillos deben ser profundos y anchos, con doble costura. La tela debe sentirse suave, pues de lo contrario significa que es de mala calidad y que se desgastará rápidamente con el lavado en seco.

- Las costuras deben estar abiertas, planchadas y planas. Fíjese que tengan terminaciones firmes y una puntada regular.

- Los ojales deben estar bien terminados, con una costura firme y reforzada. No deben verse hilos sueltos.



A través del microscopio se observaron las características de los cortes longitudinales y transversales, además se utilizó el análisis de la solubilidad de las fibras con determinado reactivo químico (ácido o base).

**Masa de la tela (gramaje).** Se determinó la masa de la tela por unidad de área (generalmente de un metro cuadrado), la cual está relacionada directamente con el título de la hilatura. Se midieron los especímenes, se cortaron y se pesaron en una balanza electrónica digital, posteriormente se calculó la masa por metro cuadrado.

**Resistencia a la tracción.** Para comprobar la resistencia de la tela se sometió a diversos esfuerzos, utilizando un tensómetro, en el sentido de la disposición de los hilos, ya sea urdimbre o trama (hilos verticales o hilos horizontales del tejido).

**Resistencia al rasgado.** Se determinó la fuerza promedio necesaria para lograr el rasgado en la tela.

**Resistencia de costuras.** Esta prueba se llevó a cabo para determinar la fuerza que soportan las costuras de los pantalones, utilizando un tensómetro digital; de igual forma se probó la resistencia de las costuras al ser sometidas a esfuerzos.

**Resistencia a la abrasión.** Se determinó la resistencia al desgaste de las telas por la acción de piedras abrasivas normalizadas.

El espécimen de prueba se pesó y luego se colocó en el portamuestra, se bajaron las ruedas abrasivas para ponerlas en contacto con la muestra y se programó el número de ciclos. El proceso anterior provocó la disminución del peso y de la firmeza de las muestras para comparar su peso y aspecto antes y después del ensayo.

**Estabilidad dimensional al lavado húmedo.** Esta prueba se realizó para determinar los cambios dimensionales (encogimiento y alargamiento) que sufren las telas.

El procedimiento consistió en marcar longitudes en el sentido de la urdimbre y de la trama con tinta indeleble. Se introdujo en la lavadora en condiciones normales de lavado doméstico. Al término, la muestra se seca y se mide nuevamente la superficie; la diferencia entre estas medidas determinó el encogimiento o el alargamiento de la prenda.

**Solidez del color al lavado.** La muestra se somete a decoloración acelerada por lavado, mediante acciones de abrasión, deslizamiento e impacto, en una solución con baja relación de baño, en presencia de balines de acero en movimiento. La evaluación de la pérdida de color se efectuó por comparación entre una muestra sin lavar y la otra lavada, utilizando un reflectómetro triestímulos y la escala de grises.

**Solidez del color a la luz.** Las muestras se exponen a radiaciones equivalentes a la luz solar para observar la decoloración que sufren. El equipo utilizado fue el intemperómetro (*weather ometer*), que consta de una lámpara de xenón que emite radiaciones de alta energía, la cual en poco tiempo causa los efectos que la luz solar pudiera ocasionar en un periodo largo. La evaluación se efectuó comparativamente mediante un reflectómetro triestímulos y la escala de grises.

**Solidez del color al frote húmedo y seco.** Consistió en someter la prenda a un frote continuo en ciclos determinados, desprendiendo el colorante del textil sobre un testigo blanco. La prueba se efectuó en un frotímetro que consta de un brazo móvil, el cual tiene un movimiento de vaivén. Posteriormente se evaluó el cambio de color de las telas con la escala de grises.

**Resistencia a la formación de frisas (*pilling*).** La formación de frisas (conjunto de borlitas o fibras enmarañadas que se fijan a la superficie de la tela) se aceleró, utilizando un aparato denominado cámara de volteo (atlas). Se propicia que las telas formen frisas típicas por medio de una acción de frotamiento al azar producida por especímenes que dan vueltas en una cámara cuyo interior está forrado con un material ligeramente áspero (corcho).

Se agregan pequeñas cantidades de fibras de algodón karnak para favorecer la formación de frisas en la tela, la cual se eva-

Tabla de ponderación

|                                      | Puntos | E  | B | R | D |
|--------------------------------------|--------|----|---|---|---|
| Información al consumidor            | 5      | 5  | — | — | 0 |
| Identificación de fibras             | 5      | 5  | — | — | 0 |
| Acabados en tela y confección        | 12     | 12 | 8 | 4 | 0 |
| Verificación de tallas               | 7      | 7  | 5 | 3 | 0 |
| Apariencia después de lavado         | 5      | 5  | 3 | 1 | 0 |
| Resistencia de costuras              | 8      | 8  | 6 | 2 | 0 |
| Resistencia al rasgado               | 8      | 8  | 6 | 2 | 0 |
| Resistencia a la tracción            | 8      | 8  | 6 | 2 | 0 |
| Resistencia a la formación de frisas | 3      | 3  | 2 | 1 | 0 |
| Estabilidad dimensional              | 10     | 10 | 6 | 2 | 0 |
| Solidez del color:                   |        |    |   |   |   |
| A la luz                             | 6      | 6  | 4 | 2 | 0 |
| Al frote seco                        | 3      | 3  | 2 | 1 | 0 |
| Al frote húmedo                      | 3      | 3  | 2 | 1 | 0 |
| Al lavado húmedo                     | 10     | 10 | 6 | 2 | 0 |
| Resistencia a la abrasión            | 7      | 7  | 5 | 3 | 0 |
| Total                                | 100    |    |   |   |   |

luó al comparar la tela con estándares fotográficos. La resistencia observada se reporta de acuerdo con una escala arbitraria que va del 5 (ninguna formación de frisas) al 1 (formación más severa de frisas).

Evaluación global de calidad

Es la suma de resultado ponderado de cada prueba. La escala va de cero a 100 puntos (esta última corresponderá a la prenda que logre satisfacer las especificaciones de las pruebas). Todas las características evaluadas que es posible representar numéricamente se traducen a valores de la escala de ponderación para facilitar la interpretación de resultados.

Los detalles de los resultados parciales y las evaluaciones globales de calidad obtenidas por cada marca y modelo de pantalones aparecen en las siguientes tablas. Si usted requiere más información sobre el presente estudio lo invitamos a comunicarse a la Coordinación General de Investigación al teléfono 55-49-04-95 o al 55-44-21-22.

 Excelente

 Bueno

 Regular

 Deficiente

Pantalones casuales de gabardina ligera para caballero

| Marca / Modelo / País de origen | Apariencia después de lavado                                                        | Acabados en tela y confección                                                       | Verificación de tallas                                                              | Resistencia:                                                                        |                                                                                     |                                                                                       |                                                                                       | Precio | Evaluación global de calidad |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------|
|                                 |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     | al encogimiento                                                                     | de la tela y al desgaste                                                            | de costuras                                                                           | al decoloramiento                                                                     |        |                              |
| Things / A18CRP / Hong Kong     |  |  |  |  |  |  |  | 239.00 | 82                           |
| Things / A44P / Hong Kong       |  |  |  |  |  |  |  | 249.00 | 79                           |

Nota: Todos los modelos presentan la Información al Consumidor completa.

## Pantalones casuales de gabardina media para caballero

| Marca / Modelo / País de origen                     | Apariencia después de lavado | Acabados en tela y confección | Verificación de tallas | Resistencia:    |                          |             |                 | Precio | Evaluación Global de Calidad |
|-----------------------------------------------------|------------------------------|-------------------------------|------------------------|-----------------|--------------------------|-------------|-----------------|--------|------------------------------|
|                                                     |                              |                               |                        | Al encogimiento | De la tela y al desgaste | de costuras | al decoramiento |        |                              |
| <b>Dockers</b> / Executive / México                 |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 689.00 | <b>96</b>                    |
| <b>Furor</b> / XPDT-On Soldier / México             |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 299.00 | <b>94</b>                    |
| <b>Soviet</b> / Extreme / México                    |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 249.00 | <b>94</b>                    |
| <b>Edoardos</b> / Club Golf 6164B / México          |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 350.00 | <b>90</b>                    |
| <b>Mc Dun</b> / 950 / México                        |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 219.00 | <b>90</b>                    |
| <b>JBE Sport</b> / 506 / México                     |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 299.00 | <b>89</b>                    |
| <b>Calvin Klein Khakis</b> / WTOFL 107 / México     |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 599.00 | <b>87</b>                    |
| <b>Farah</b> / 84312229 / México                    |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 199.00 | <b>87</b>                    |
| <b>Copyright</b> / 21028 / México                   |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 179.00 | <b>87</b>                    |
| <b>Dockers</b> / Almirante Classic Fit / México     |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 529.00 | <b>87</b>                    |
| <b>LEE</b> / 011344516 / México                     |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 339.00 | <b>87</b>                    |
| <b>Allan Clayford</b> / 24 / México                 |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 239.00 | <b>86</b>                    |
| <b>Persona Collection</b> /518 / México             |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 169.00 | <b>86</b>                    |
| <b>Week End</b> / 41015 / México                    |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 229.00 | <b>86</b>                    |
| <b>Classic Nine Three Quarters</b> / 81711 / México |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 169.90 | <b>85</b>                    |
| <b>Week End</b> / 71059 Khakis / México             |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 229.00 | <b>85</b>                    |
| <b>Dockers</b> / Navigator Relaxed Fit / México     |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 529.00 | <b>84</b>                    |
| <b>Polo Ralph</b> / 1967 / Macao                    |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 699.00 | <b>84</b>                    |
| <b>Dokers</b> / Balandra loose Fit / México         |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 529.00 | <b>83</b>                    |
| <b>Tommy London</b> / 41004 / México                |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 299.00 | <b>82</b>                    |

**Nota:** Todos los modelos presentan la Información al Consumidor completa.

## Pantalones casuales de gabardina media para caballero

(Continuación)...

| Marca / Modelo / País de origen      | Apariencia después de lavado | Acabados en tela y confección | Verificación de tallas | Resistencia:    |                          |             |                 | Precio | Evaluación global de calidad |
|--------------------------------------|------------------------------|-------------------------------|------------------------|-----------------|--------------------------|-------------|-----------------|--------|------------------------------|
|                                      |                              |                               |                        | al encogimiento | de la tela y al desgaste | de costuras | al decoramiento |        |                              |
| Casual Fit / 6003 / México           | 😊                            | 😊                             | 😊                      | 😐               | 😊                        | 😊           | 😊               | 179.00 | 82                           |
| Flyers / 84350277 / México           | 😊                            | 😐                             | 😊                      | 😊               | 😊                        | 😐           | 😊               | 199.00 | 81                           |
| Furor XPDT-DN / Track 10202 / México | 😐                            | 😊                             | 😊                      | 😊               | 😐                        | 😐           | 😊               | 380.00 | 79                           |
| GQ / 02-Kaki / México                | 😐                            | 😊                             | 😞                      | 😊               | 😊                        | 😊           | 😊               | 159.00 | 79                           |
| Farah / 84312224 / México            | 😊                            | 😊                             | 😊                      | 😊               | 😐                        | 😐           | 😊               | 199.00 | 78                           |
| GQ / 18-Arena / México               | 😊                            | 😊                             | 😞                      | 😐               | 😊                        | 😊           | 😊               | 159.90 | 78                           |
| Rivetti / RPD-2060 / México          | 😊                            | 😊                             | 😞                      | 😐               | 😊                        | 😊           | 😊               | 144.90 | 77                           |
| Week End / 71058 / México            | 😊                            | 😐                             | 😊                      | 😐               | 😊                        | 😐           | 😊               | 229.00 | 76                           |
| Nino Carra / 104 Arena / México      | 😐                            | 😊                             | 😞                      | 😐               | 😊                        | 😐           | 😊               | 99.00  | 74                           |
| Casual Fit / IP107 / Bangladesh      | 😊                            | 😊                             | 😊                      | 😞               | 😊                        | 😐           | 😊               | 189.00 | 73                           |
| Week End / 71057 / México            | 😊                            | 😊                             | 😞                      | 😊               | 😐                        | 😐           | 😊               | 249.00 | 71                           |
| Mc Dun / 9009 / México               | 😊                            | 😐                             | 😐                      | 😞               | 😊                        | 😐           | 😊               | 229.00 | 67                           |

**Nota:** Todos los modelos presentan la Información al Consumidor completa.

## Pantalones casuales de gabardina pesada para caballero

| Marca / Modelo / País de origen            | Apariencia después de lavado | Acabados en tela y confección | Verificación de tallas | Resistencia:    |                          |             |                 | Precio | Evaluación global de calidad |
|--------------------------------------------|------------------------------|-------------------------------|------------------------|-----------------|--------------------------|-------------|-----------------|--------|------------------------------|
|                                            |                              |                               |                        | al encogimiento | de la tela y al desgaste | de costuras | al decoramiento |        |                              |
| Dockers / 20032 2325 K-1 / E. U.           | 😊                            | 😊                             | 😊                      | 😊               | 😊                        | 😊           | 😊               | 789.00 | 98                           |
| Furor Baggies / SEA 1020069 / México       | 😊                            | 😊                             | 😊                      | 😊               | 😊                        | 😊           | 😊               | 289.00 | 96                           |
| Tommy Hilfiger / 9615 / Indonesia          | 😊                            | 😊                             | 😊                      | 😊               | 😊                        | 😊           | 😊               | 690.00 | 95                           |
| Lee Dungarees / 61-672-38-16 / México      | 😊                            | 😊                             | 😊                      | 😊               | 😊                        | 😊           | 😊               | 349.00 | 94                           |
| That's it Jeans Wear / PABGABP004 / México | 😊                            | 😊                             | 😊                      | 😊               | 😊                        | 😊           | 😊               | 295.00 | 90                           |
| Dockers / Five Pocket / México             | 😊                            | 😊                             | 😊                      | 😊               | 😊                        | 😐           | 😊               | 549.00 | 89                           |

**Nota:** Todos los modelos presentan la Información al Consumidor completa.

## Pantalones casuales de gabardina pesada para caballero

(Continuación)...

| Marca / Modelo / País de origen      | Apariencia después de lavado | Acabados en tela y confección | Verificación de tallas | Resistencia:    |                          |             |                 | Precio | Evaluación global de calidad |
|--------------------------------------|------------------------------|-------------------------------|------------------------|-----------------|--------------------------|-------------|-----------------|--------|------------------------------|
|                                      |                              |                               |                        | al encogimiento | de la tela y al desgaste | de costuras | al decoramiento |        |                              |
| Náutica / Clipper Pant / Hong Kong   |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 595.00 | <b>89</b>                    |
| Furor Baggies / Jet 1020173 / México |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 289.00 | <b>88</b>                    |
| Aca Joe / 7171 / México              |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 499.00 | <b>87</b>                    |
| Cassini / 1630 / México              |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 219.00 | <b>77</b>                    |

**Nota:** Todos los modelos presentan la Información al Consumidor completa.

## Pantalones casuales para dama

| Marca / Modelo / País de origen             | Apariencia después de lavado | Acabados en tela y confección | Verificación de tallas | Resistencia:    |                          |             |                 | Precio | Evaluación global de calidad |
|---------------------------------------------|------------------------------|-------------------------------|------------------------|-----------------|--------------------------|-------------|-----------------|--------|------------------------------|
|                                             |                              |                               |                        | al encogimiento | de la tela y al desgaste | de costuras | al decoramiento |        |                              |
| Dockers / Clean Front Stretch / México      |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 589.00 | <b>91</b>                    |
| Edoardos / Club Golf 1162B / México         |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 350.00 | <b>90</b>                    |
| Dockers / 25111 Authentic Khaki/ México     |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 589.00 | <b>86</b>                    |
| Sea Blue / Ord.4375 888 / México            |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 149.00 | <b>86</b>                    |
| Dockers / Pleated Classic / México          |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 569.00 | <b>84</b>                    |
| Mise au point / G-703 / México              |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 439.00 | <b>82</b>                    |
| Old Harbor Khakis / 991002 / México         |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 109.00 | <b>81</b>                    |
| Old Harbor /991001 991743 / México          |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 139.00 | <b>80</b>                    |
| A/R Jeans Co / JG552A / México              |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 169.00 | <b>79</b>                    |
| Basic Image / 8074 / México                 |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 119.70 | <b>77</b>                    |
| Thing Basic /2850 Khakis / México           |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 219.00 | <b>77</b>                    |
| New Limited Amercian Design / 1067 / México |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 164.00 | <b>75</b>                    |
| Cosmo & Co / 141010 CMSA / México           |                              |                               |                        |                 |                          |             |                 | 139.90 | <b>72</b>                    |

**Nota:** Todos los modelos presentan la Información al Consumidor completa.

**Si su pregunta es...**

**¿DÓNDE  
AHORRO?**

**La respuesta la encontrará en...**

**Quién es Quién**  
**EN LOS PRECIOS**

**Además  
encontrará deliciosas  
y económicas recetas**



Obtenga información en su delegación PROFECO  
Y en los teléfonos del consumidor.

# ¿Cómo te festejan tu cumpleaños?

Cumplir años es un suceso significativo porque implica un año más de experiencias, aprendizaje y convivencia con las personas que queremos. Por eso los cumpleaños suelen festejarse con «bombo y platillo», ya sea con un pastel en casa, en la escuela o en un salón de fiestas infantiles, o bien, con un paseo o cumpliéndole el «sueño de su vida» al festejado.

En «Los Pequeños Consumidores» salimos a preguntarle a varios niños cómo celebran su cumpleaños, ¡entérate de lo que nos respondieron!



El día de mi cumpleaños mis papás me hacen una comida en casa a la que invito a mis amigos y familiares, quienes me regalan ropa y juguetes. Me gusta esa ocasión porque juego con mis primos y amigos.

Damaris Vargas Conchillos

11 años

6° grado de primaria

Preparamos una merienda en la casa, comemos pastel y tomamos chocolate. Invito a mis primos y compañeras del colegio. Me regalan cosas para la escuela. Me gusta cumplir años porque estoy más tiempo con mi familia y mis amigos.

Irene Morineau Rogers

10 años

6° grado de primaria

Mi familia organiza una fiesta con globos y regalos, y comemos pollo y pastel. No tengo amigos que vivan cerca de mi casa, así que únicamente celebro con mi familia. Es bonito que te festejen porque te dan regalos y además juego mucho.

Abraham David Ortiz Ponce

10 años

5° grado de primaria

Mi cumpleaños lo celebro con una fiesta en mi casa; mis papás invitan a mi familia: primos, sobrinos y hermanos. Partimos un pastel de durazno con nuez y me regalan faldas, vestidos, pantalones, zapatos o tenis. Me gusta que sea mi cumpleaños porque me festejan, me dan abrazos y regalos.

*Joana Ortiz Soledad*

9 años

3er grado de primaria

Siempre me celebran de manera diferente; por ejemplo, el año pasado me fui a Acapulco con mis papás. Me gustan los cumpleaños porque me regalan «Barbies» o peluches. Además comemos pastel de chocolate y gelatina.

*Mitzi Pamela Campa García*

9 años

4° grado de primaria

Solamente me compran un pastel, el de chocolate es el que más me gusta. Lo que me agrada de cumplir años es que soy más grande. Mis papás, mis hermanos, mi tía y mi abuelita están conmigo ese día.

*Judith Salomón Solares*

10 años

5° grado de primaria

A mi hermana Melissa y a mí nos festejan juntos. Cuando no celebramos en la casa nos llevan a pasear al bosque o a nadar. Nos regalan juguetes, ropa interior, zapatos o dinero.

*José Antonio Carrillo Alvarrán*

9 años

4° grado de primaria

Me organizan una fiesta e invitamos a toda la familia y

amigos. Recibo regalos, por ejemplo, ropa o juguetes. Comemos mis platillos favoritos: arroz con mole, pastel de fresa y gelatina de limón. Lo que más me gusta es que todos convivimos mucho.

*Fabiola Maciel Peña Aquino*

10 años

5° grado de primaria

Me llevan a desayunar o me compran una piñata y dulces. Invitamos a mis amigos del colegio y a mis primos; también me acompañan mis papás y mis hermanas. Comemos tortas o hamburguesas y tomamos refresco. Lo que más me gusta es el pastel de chocolate con cajeta y que vaya toda mi familia. Me dan obsequios, como aretes o ropa.

*Lidia Gastelum López*

10 años

5° grado de primaria

Mi cumpleaños lo celebro con una fiesta a la que invitan a mis amigos y a todos mis primos. Mi mamá me prepara la comida que más me gusta: tamales, pozole y pollo en chile. Me encanta todo lo que hay en la fiesta: la piñata, el pastel, los juegos y que compran papas y refrescos. ¡También los regalos!

*Jacqueline Ortiz Rodríguez*

11 años

5° grado de primaria

¿Qué te pareció? ¿Te fijaste que a muchos de nuestros amigos les gustan las fiestas de cumpleaños porque reciben regalos o porque comen sus platillos favoritos? También hubo quienes mencionaron que les gusta cumplir años porque son

más grandes o porque se divierten mucho.

Además recuerda que una buena fiesta de cumpleaños no requiere un gran gasto de dinero. Lo importante de la celebración es que te permite:

- Compartir momentos de alegría con las personas a las que quieres, ya sean tus familiares o amigos.
- Puedes realizar diferentes actividades, como jugar, escuchar música, bailar, contar chistes, así como platicar sobre temas de tu interés.
- La niñez es una de las etapas más encantadoras de nuestra vida, por lo que te recomendamos vivirla y aprovecharla al máximo, porque es imposible retroceder el tiempo.

Y tú, ¿cómo celebras tu cumpleaños? ¡Escríbenos y nárranos tu experiencia! Te responderemos a la brevedad y publicaremos tu carta.

Nuestra dirección es:  
*Los Pequeños Consumidores*  
*Revista del Consumidor*  
Av. José Vasconcelos núm. 208,  
piso 14,  
col. Condesa,  
C. P. 06140,  
México, D. F.

Yureli Cacho



# ¡La botella!

A que no sabías que desde hace 3 mil 500 años el pueblo egipcio utilizaba botellas de vidrio. A continuación te platicaremos cómo surgió y evolucionó este objeto tan útil y maravilloso.

Las primeras botellas eran de barro, sin embargo, hacia el siglo V antes de Cristo comenzaron a fabricarlas utilizando la técnica de vidrio «so-plado» -algo muy parecido a inflar globos. Estas botellas servían para envasar perfumes e incluso para guardar las lágrimas vertidas por los seres queridos; otras botellas más grandes se utilizaban para envasar el vino egipcio, que por cierto era muy apetecido en Roma. Los griegos llamaban a estos recipientes «ampolla» o «balsamario».

Siglos después, durante la Edad Media, la botella tuvo un fuerte declive pues casi todos los objetos que entonces se usaban se tornaron más toscos

y el vidrio era sumamente frágil, de ahí que en el siglo X la botella de vidrio fuese sustituida por la de cuero, también conocida como «bota», debido a que se parecía a un zapato alto.

Antiguamente también se fabricaron botellas de madera, como fue el caso de la Alemania del siglo XV. A partir de esa fecha, este material, y también los metales, comenzaron a formar parte de la industria botellera. Sin embargo, nada podía compararse con el vidrio, por lo que volvieron a fabricarse botellas con este material.

Años después, a finales del siglo XVIII, la botella conoció un nuevo uso: los ingleses bebían soda embotellada en

envases de cristal recubiertos de una malla protectora, ya que el recipiente podía estallar en cualquier momento debido a la presión que ejercía el gas. Más tarde, un fabricante de cristal de la



localidad de Bristol, en Inglaterra, llamado Henry Ricketts, patentó en 1821 un molde para fabricar botellas en serie, es decir, con la misma capacidad y forma. Después, en 1904, el norteamericano Michel Owens construyó una máquina capaz de fabricar botellas en forma automatizada.

Aunque la botella ha permanecido inalterable hasta nuestros días, a mediados del siglo XX la aparición de nuevos materiales, como el plástico, ha permitido fabricar botellas con las formas más caprichosas y los colores más alucinantes.

¿Qué te parece?, ¿qué tipos de botellas conoces y qué función cumplen estas maravillosas amigas?

Graciela Muñoz

Fuente: La historia de las cosas, Pancracio Celdrán. Ediciones del Prado. España, 1995.

# Escuelas de futbol

El futbol es el deporte más popular en nuestro país: es un juego que desborda emociones y quizás tu sueño sea ingresar a una escuela de futbol y convertirte en un Luis Hernández, un Jorge Campos o un Cuauhtémoc Blanco.

Te informamos que si de veras quieres divertirte y practicarlo, en México existen numerosas escuelas de futbol en las que te puedes inscribir. A continuación te presentamos los requisitos de los clubes de la primera división para quienes aspiran a ingresar y desean convertirse en futbolistas profesionales:

Los documentos que generalmente te solicitan son: acta de nacimiento, constancia de estudios, certificado médico y fotografías, así como el pago de la inscripción y las mensualidades.

Además de divertirte practicando futbol puedes obtener otros beneficios:

- El objetivo de las escuelas de futbol es formar a futuras «estrellas» desde la infancia y la adolescencia mediante la práctica organizada.
- Fomentan la disciplina, ya que debes acudir puntualmente a los entrenamientos, acatar las disposiciones del entrenador y del club, llevar una dieta apropiada para tu edad, así como cumplir con reglas de higiene en tu presentación.
- La mayoría de los clubes de balompié mexicanos exigen de sus alumnos constancia y dedicación, no sólo en la cancha, sino también en el aula.
- Promueven una actitud de compañerismo, ya que se trata de una actividad

deportiva que se realiza en equipo. La lealtad en el deporte te llevará al éxito, no sólo en la cancha de futbol, sino en todos los aspectos de tu vida.

Si deseas conocer un poco más respecto de este tema te sugerimos:

- Acércate al responsable del área deportiva de tu escuela.
- Acude a la casa-club del equipo de tu entidad, o bien, a la Dirección de Actividades Deportivas de tu localidad.

Asimismo, algunos equipos profesionales tienen una página en Internet en la que puedes obtener más información, por ejemplo:

[www.atlas.com.mx](http://www.atlas.com.mx)

[www.cruz-azul.com.mx](http://www.cruz-azul.com.mx)

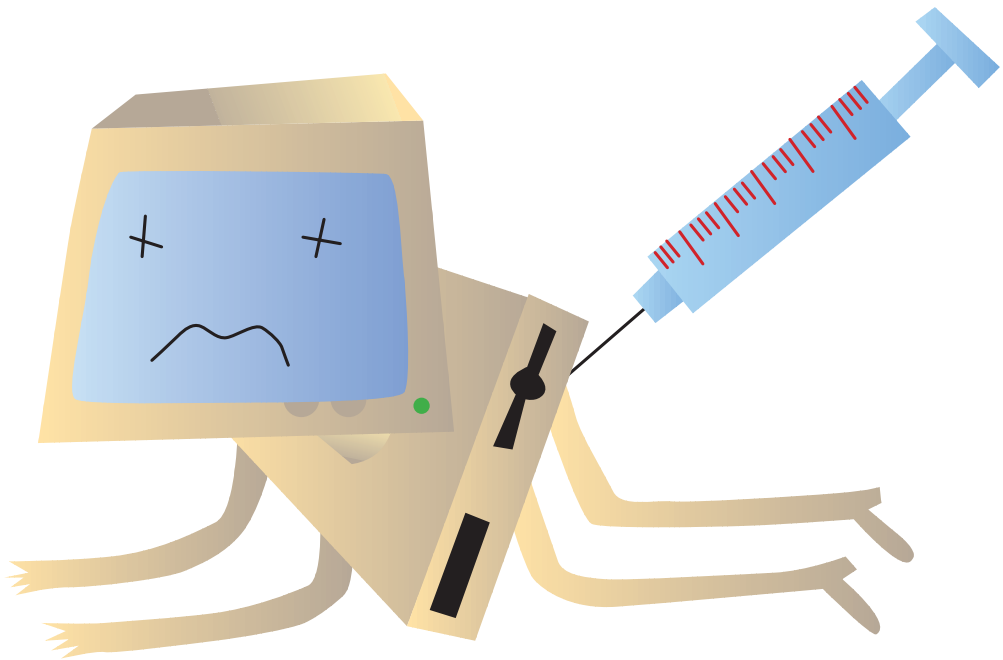
[www.tuzos.com.mx](http://www.tuzos.com.mx)

Eduardo A. Mena



# ¡«Bichos» en mi computadora!

*Seguramente, gracias a lo que la computadora te ofrece -música, juegos e información para complementar tus tareas escolares- se ha convertido en tu gran amiga, por eso es importante que la protejas, pues al igual que a los animales o a los seres humanos ¡hay virus que la pueden infectar provocándole graves enfermedades!*



Los «virus» informáticos son programas que atacan a las computadoras en formas muy variadas, causándoles daños que van desde la aparición de signos raros en tus trabajos, ¡hasta la desaparición total de la información que elaboras y guardas en tu equipo de cómputo!

Estos «bichos» informáticos pueden ingresar a tu computadora, entre otras formas, a través de disquetes o de un CD ROM contaminados, aunque también por medio de Internet.

Para evitar que los «bichos» informáticos dañen a tu computadora y lo que guardas en ella, toma nota de estos cuatro consejos:

- Vacuna siempre los discos y los programas de cómputo que uses. Los programas para vacunar se venden en tiendas especializadas o a través de Internet; pregunta cuál antivirus te conviene y cómo puedes instalarlo.

- Evita adquirir productos «pirata» porque son de mala calidad y pueden estar infectados.

- No permitas que otra persona introduzca en tu computadora discos o programas que no estén vacunados.

- Si utilizas tu correo electrónico no abras los mensajes raros que provengan de personas desconocidas, o que vengan acompañados de códigos como exe, com, ini, inf, o zip, porque ¡seguro contienen virus!

Eduardo A. Mena



Salud

# ¡Vamos a pedalear!

¿Tienes en casa una «bici» y casi no la usas?, ¿las llantas ya no tienen suficiente aire?, ¿está arrinconada maltratándose?

Si andas en bicicleta regularmente obtendrás múltiples ventajas, porque además de divertido, es un ejercicio que ayuda a tu sistema circulatorio, tu corazón se fortalece, puedes prevenir enfermedades, tu condición física aumenta e irás desarrollando mayor fuerza en tus músculos. Además, tu rendimiento escolar será mayor porque tu capacidad neurológica se intensificará; ¡no olvides que un cuerpo activo también mantiene la mente activa!

Es importante que utilices el equipo deportivo adecuado (casco, calzado especial, rodilleras y coderas) y que tengas mucho cuidado con los automóviles. De preferencia pídele a tus papás o a algún familiar que te lleven al parque a fin de que, tanto ellos como tú, se sientan más seguros.

Yureli Cacho



# *Viajes Saint Michel* **convirtió viaje en penitencia**

## **Revista del Consumidor:**

Nos dirigimos a ustedes debido a una experiencia desagradable que vivimos al contratar un servicio en la agencia de viajes **Saint Michel, S. A. de C. V.**

Consideramos que como clientes tenemos derecho de disfrutar una estancia placentera, sin necesidad de preocuparnos por los servicios que la agencia está obligada a otorgarnos. Sin embargo, tres meses después del viaje seguimos perdiendo tiempo y dinero debido a las anomalías en la prestación del servicio.

Desafortunadamente, el hotel que nos asignaron se encontraba muy lejos de los lugares de interés, y tratar de resolver desde Roma la desorganización del viaje provocó continuas confusiones y, sobre todo, que perdiéramos tiempo para visitar sitios que tal vez por única ocasión tendríamos la oportunidad de conocer.

Mi familia y yo nos sentimos engañados y defraudados, por eso queremos contribuir, en la medida de nuestras posibilidades, a que las personas que planeen viajar próximamente, particularmente para asistir a eventos masivos (por ejemplo, los programados en El Vaticano durante este Año Jubilar), no experimenten la misma situación que nosotros y paguen un costo que no corresponde con lo ofrecido, además de perder tiempo, dinero y sobre todo momentos de inapreciable valor e irrepetibles: **Viajes Saint Michel, S. A. de C. V.** trabaja sólo en función de sus propios intereses, y no para la satisfacción de sus clientes.

Agradeceremos su apoyo y colaboración para dar a conocer el riesgo que los consumidores corren al contratar con dicha agencia. Desconocemos qué normas regulen este tipo de servicios, pero consideramos de gran utilidad que se exija a las agencias que muestren con exactitud la ubicación del hotel en un mapa, y que se establezca un promedio en los precios según la

categoría del hotel, lo cual debería presentarse por escrito. Además, en el contrato deberían señalarse las sanciones correspondientes en caso de no cumplir con las cláusulas.

Cabe señalar que ya acudimos a PROFECO a interponer nuestra denuncia contra **Viajes Saint Michel, S.A. de C.V.**

Nos despedimos y quedamos a sus órdenes.

*Familia Molina Martínez  
Álvaro Obregón núm. 83  
col. Santa Anita  
C. P. 08300  
México, D. F.*

#### **Familia Molina Martínez:**

Agradecemos el interés por compartir esta experiencia desagradable y el afán de advertir a los consumidores sobre el comportamiento de este prestador de servicios.

#### **Nota de la Redacción:**

La carta que recibimos incluye una relación detallada de cada una de las anomalías y los comprobantes de gastos extraordinarios debido a la falta de profesionalismo del prestador del servicio.

## Las vueltas con Famsa



#### **Revista del Consumidor:**

En el mes de mayo compré una estufa en **Famsa** y no me la entregaron en la fecha acordada. Fui a la tienda y la empleada que me había atendido me notificó que la entrega se haría posteriormente, pues había cometido una omisión al hacer la nota, la cual rectificó hasta después.

Nuevamente acudí a la tienda porque no me llevaron la estufa. Esta vez la empleada me dijo que no tenían en existencia el producto que yo compré y que mejor es-

cogiera otro. Yo me negué y le solicité la devolución de mi dinero. Después de un buen rato accedieron a regresármelo.

A pesar de que me devolvieron mi dinero, no recuperé mi tiempo.

*María Teresa Sanabria Luna  
Francisco Sarabia núm. 3  
Santiago Tulyehualco  
Tultepec, Estado de México*

#### **Señora María Teresa Sanabria:**

Agradecemos su carta y la felicitamos por hacer valer sus derechos.

La **Revista del Consumidor** es una publicación mensual de capacitación y orientación a los consumidores. Para suscripciones y ventas llamar al (5)611•7379, (5)611•7523 ó (5)598•6781. El contenido de los artículos firmados no necesariamente refleja la filosofía de la revista; se incluyen como parte de nuestros principios editoriales de búsqueda de pluralidad y encuentro de corrientes de opinión. Esta publicación no autoriza la utilización de ninguno de los materiales publicados para fines publicitarios o comerciales. La violación de esta disposición ameritará denuncia ante las autoridades correspondientes.

Se autoriza expresamente la reproducción total o parcial de los textos o estudios incluidos en esta revista, siempre que se utilicen para orientación y capacitación de la población y se indique su procedencia.

Certificado de licitud de título núm. 1127 y de contenido núm. 639, expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas el 30 de abril de 1981. Se reservan todos los derechos respecto del título de esta publicación conforme a la Unión Internacional de Derechos de Autor. Registrada como correspondencia de Segunda Clase por la Dirección General de Correos, Registro núm. PP09-0336. Características 218621140. Distribución nacional. Impreso en los Talleres Gráficos de México, Canal del Norte núm. 80, col. Felipe Pescador, C. P. 06280, México, D. F.

REVISTA DEL

# CONSUMIDOR

Y en nuestro  
próximo número

*La calidad en:*

*Monitores de  
computadora*



*Condomes*

*¡Los platillos  
sabios  
del mes!*

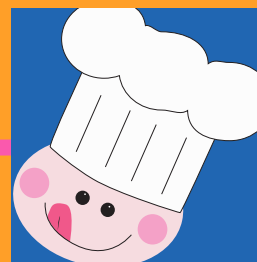
*Cómo elaborar:*

*-Pintura de nopal*

*-Chilorio*

*-Pudín de pan*

*-Cajeta*



20 de octubre  
**día mundial de la osteoporosis**

Actívate e infórmate

55-74-19-00

01-800-715-36-38

# Si de violencia se trata

Esta vez queremos hacer una reflexión acerca de un comercial en el que para vender un producto se recurre a la violencia, tanto física como verbal, para llamar la atención.

Aparentemente, los creativos de **Lucozade** pensaron que esta propuesta quizá podría funcionar pero... la marca y el producto se ven opacados por los insultos y cachetadas que la «verdadera protagonista» le propina a su compañero. Aunque es evidente que nos encontramos en la filmación de una escena de telenovela, no deja de extrañarnos que la secuencia escogida sea precisamente en la que se realiza el mayor esfuerzo para agredir a otra persona; y por si fuera poco, el comercial termina con la frase «**Lucozade**, energía para seguir activo».

¿Activo golpeando y gritando improperios? Nosotros nos preguntamos, ¿por qué no hacer referencia a otro tipo de actividades en las que se pueda canalizar la energía hacia actitudes más constructivas?

De este modo, es lamentable que en los Códigos de Ética Publicitaria, tanto de la AMAP (Asociación Mexicana de Agencias de Publicidad) como del Conar (Consejo Nacional de Autorregulación Publicitaria), se haya eliminado el artículo quinto, en el que se asentaba que: «La publicidad apelará preferentemente a actitudes o sentimientos positivos y no deberá aprovechar las supersticiones ni



contener elementos que incidan o apoyen actos de violencia o peligrosidad para el consumidor».

La falta de preceptos como el mencionado, permite que se realice publicidad cuyo eje rector tiene que ver poco o nada con el producto, y además, como en este caso, fomenta la violencia. Para analizar mejor este aspecto presentamos el anuncio a varias personas y reunimos sus impresiones. La respuesta sistemática fue que, además de parecerles un comercial muy agresivo, las escenas no tenían nada que ver con el producto; es decir que las personas no encontraron la relación que existía entre la bebida y la agresión presentada.

En este sentido, la Ley Federal de Radio y Televisión establece, en sus artículos 63 y 67, que: «Quedan prohibidas todas las transmisiones que causen la corrupción del lenguaje y las contrarias a las buenas costumbres mediante palabras procaces y apología de la violencia»; y «La propaganda comercial que se transmita por ra-

dio y televisión deberá ajustarse a las siguientes bases: IV.- No deberá incitar a la violencia».

Por los insultos y la violencia presentados, en PRO-FECO enviaremos copia de este informe al Conar y a la Secretaría de Gobernación y, por supuesto, seguiremos muy de cerca el desarrollo de este caso. O usted, ¿qué opina amigo consumidor?

