

REVISTA DEL

ISSN 0185-8874

CONSUMIDOR

Febrero 2001

Número 288

México

\$15.00

Qué le ofrecen
los servicios de
**Internet
móvil**

·
**Salas
de cine**

·
**¿Antes de contratar
seguros de auto!**

·
**Conozca sus derechos en
escuelas particulares**

·
**Por 25 aniversario
de PROFECO, las
tecnologías más
solicitadas**





Lunes

- Coatzacoalcos, Ver., 14:15 a 14:25, XHMTV / 100.9 FM
- Coatzacoalcos, Ver., 07:15 a 07:25, XHZS / 92.3 AM
- Acapulco, Gro., 07:30 a 07:45 y 21:00 a 21:15, FM Globo / 99.3 FM
- Acapulco, Gro., 07:30 a 08:30 La Inolvidable / 98.5 FM
- Acapulco, Gro., 07:30 a 08:30, Radio ACIR / 9.5 AM

Martes

- Acapulco, Gro., 07:30 a 08:30, La Inolvidable / 98.5 FM
- Acapulco, Gro., 07:30 a 08:30, Radio ACIR / 9.5 AM
- Coatzacoalcos, Ver., 17:30 a 17:40, XHOM / 590 FM

Miércoles

- Coatzacoalcos, Ver., 06:15 a 06:25, HXNE/107.5 FM
- Coatzacoalcos, Ver., 07:15 a 07:25, XHZS/ 92.3 AM

Jueves

- Acapulco, Gro., 07:30 a 08:30, La Inolvidable / 98.5 FM
- Acapulco, Gro., 07:30 a 08:30, Radio ACIR / 9.5 AM
- Coatzacoalcos, Ver., 19:35 a 19:45, XHCSV / 93.1 FM

Viernes

- Cd. Juárez, Chih., 15:00 a 15:15, XEWG / 1240 AM
- Cd. Juárez, Chih., 15:00 a 15:15, XEPX / 983 FM
- Acapulco, Gro., 07:30 a 07:45 y 21:00 a 21:15, FM Globo / 99.3 FM
- Cuernavaca, Mor., 23:00 a 23:15, XHSW / 94.1 FM
- Cuernavaca, Mor., 23:00 a 23:15, XEASM / 13.40 AM
- Cuernavaca, Mor., 23:00 a 23:15, XEWF / 14.90 AM
- Cuernavaca, Mor., 23:00 a 23:15, XHNG / 81.1 FM

Sábado

- Acapulco, Gro., 07:30 a 07:45 y 21:00 a 21:15, FM Globo / 99.3 FM
- Acapulco, Gro., 07:30 a 08:30, La Inolvidable / 98.5 FM
- Acapulco, Gro., 07:30 a 08:30, Radio ACIR / 9.5 AM
- Cuernavaca, Mor., 21:30 a 21:45, XHCU / 104.5 FM



TV. 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.
- Canal 12/07:30 a 08:30 en Acapulco, Gro.

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 44/11:30 a 12:00 en Cd. Juárez, 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.
- Cable Canal de Coatzacoalcos / 16:15 a 16:25 en Coatzacoalcos, Ver.

Sábado

- Canal12/07:30 a 08:30 en Acapulco, Gro.
- Canal 3/15:30 a 16:00 en Cuernavaca, Mor.

Domingo

- Canal12/07:30 a 08:30 en Acapulco, Gro.

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.



Directorio

**Procuradora Federal
del Consumidor**
María Eugenia Bracho González

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 Torales Caballero

Jefa de Corrección
Dora Torres Ponce

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

Reporteras
Graciela Muñoz Ariza
Lorena M. Romo Maldonado
Eduardo A. 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.

e-mail
rconsumidor@mexico.com

¡Bienvenida!

A partir del 2 de enero de este año, María Eugenia Bracho González asumió la responsabilidad de la Procuraduría Federal del Consumidor, convirtiéndose en la primera procuradora en los 25 años que tiene esta institución. En su trayectoria de 14 años en el servicio público destaca su vinculación a la protección de los intereses del consumidor como Directora General de Normas de Secofi (hoy Secretaría de Economía), al coordinar la emisión de normas oficiales cuyo objeto es la obligatoriedad de ofrecer información comercial necesaria y adecuada medición en las transacciones comerciales; además de coordinar a las entidades privadas responsables de evaluar la conformidad y la verificación del cumplimiento de tales regulaciones técnicas. También fue titular de la Dirección General de la Unidad de Política Económica, en la Comisión Reguladora de Energía, donde tuvo la responsabilidad de proyectos de regulación orientados a garantizar al consumidor el acceso al gas natural y LP en las mejores condiciones de seguridad, calidad y precio.

La incorporación de María Eugenia Bracho González como titular de PROFECO viene a renovar el compromiso de realizar con responsabilidad y eficiencia las tareas que esta institución tiene encomendadas y redoblar los esfuerzos para llegar a más mexicanos. Para cumplir esta meta exhorta a todos a ofrecer su apoyo y participación



porque, como ella enfatizó, PROFECO es una institución de la gente y para la gente.

En esta nueva etapa de PROFECO, recordamos que en 1976 entró en vigor la Ley Federal de Protección al Consumidor (LFPC), considerada como una de las legislaciones en materia de consumo más

avanzada en América Latina, misma que ha orientado la reglamentación de varios países de nuestro continente.

A raíz de su promulgación se creó la Procuraduría Federal del Consumidor (PROFECO) y el Instituto Nacional del Consumidor (INCO), entidades destinadas a defender los derechos del consumidor, así como a investigar, informar y orientar sobre la calidad y precios de los productos y servicios que se comercializan en el mercado mexicano.

Para ofrecerle a los consumidores un mejor servicio, la Ley Federal de Protección al Consumidor (LFPC) se ha modernizado. De ahí que a partir de 1993, PROFECO asumió las funciones del INCO, con el fin de brindar al consumidor una sola ventanilla de servicio de orientación e información, así como legales en defensa de sus derechos, a diferencia de otros países, donde organismos similares se abocan sólo a uno de los dos servicios.

En el mundo es la institución que integra más servicios a favor del consumidor, PROFECO cumple 25 años y es un orgullo de México.

**Tecnologías
domésticas
y comer sano**
en páginas centrales

¡coleccionables!



Miscelánea del consumo

3



Conozca sus derechos

6

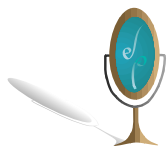
- Contratación de servicios educativos
- Tiempos compartidos



Quién es quién en los precios

9

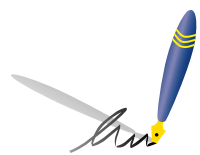
- Cadenas comerciales



Espejo del consumo

15

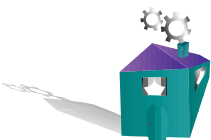
- Soraya Jiménez



Antes de contratar

17

- Seguros para automóvil



Tecnologías domésticas de colección

43



Sáquele provecho

73

- Mantenimiento de ventanas



Alimentación y nutrición

47

- Alimentación para preescolares
- Mitos y realidades del huevo
- Complejo B
- Ajo y granada china



Los pequeños consumidores

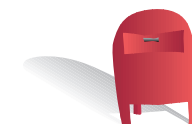
74



Consumo ingenio

71

- Tarjetero



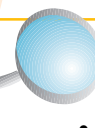
Buzón del consumidor

79

Reporte especial

22

- Calidad del servicio de Internet móvil



Bajo la lupa

57

- Calidad en servicios de salas de cine

Más del 50 por ciento de las personas mayores de 40 años suelen presentar manchas o lesiones cutáneas provocadas por el sol, que en caso de no recibir un tratamiento oportuno pueden derivar en cáncer de piel.

Con el paso del tiempo la piel se adelgaza y se reseca, principalmente debido a la pérdida de colágeno y de elastina.

Aunado a lo anterior, la exposición a



los rayos solares constituye un agravante en el proceso de envejecimiento, provocando la aparición prematura de arrugas o zonas rugosas, disparejas o manchadas. A dichas lesiones se les denomina **queratosis** y regularmente aparecen en las áreas más expuestas a la radiación solar, como la cara, el cuello, las manos y los hombros.

Cabe destacar que estas pequeñas marcas no son cancerosas y con el debido cuidado llegan a desaparecer, sin embargo, existe el riesgo de que degeneren en células cancerosas.

Estudios recientes publicados en la revista norteamericana *Consumer*, en su edición de octubre del 2000, demuestran que más de la mitad del cáncer de piel se manifiesta con queratosis. Recuerde: si está pensando en «tirarse» al sol y adquirir un agradable bronceado, **no olvide tomar las precauciones necesarias como el uso de protectores, o bien, de bloqueadores solares** en caso de tener una piel más delicada, y consultar al dermatólogo.

¿Mapas electrónicos?

El vertiginoso mundo de la tecnología nos sorprende una vez más con un novedoso producto: un mapa electrónico -o e-map- capaz de almacenar información y mapas, y desplegarlos en una pantalla multicolor para mostrarle al usuario la ruta más rápida para llegar a un punto específico.

Estos diminutos aparatos, que actualmente sólo se comercializan en Estados Unidos y por Internet, se asemejan en forma a las *palm top* -computadora de mano- y constituyen una herramienta útil en cualquier travesía, además de que el uso de los enormes mapas plegadizos de papel podría quedar en el pasado, aseguran sus fabricantes.

En su base de datos, el mapa electrónico almacena información sobre lagos, ríos, fronteras, aeropuertos y límites ma-

rítimos; adicionalmente muestra autopistas, caminos alternos o atajos y autopistas federales, además de indicar cuáles son los establecimientos que cuentan con servicio de comida y hospedaje.

En caso de que el usuario requiriese información puntual sobre algún sitio específico, el e-map acepta la información proveniente de un CD ROM (que se vende por separado), el cual incluye datos topográficos, puntos de interés, e incluso una computadora de viaje con odómetro, velocidad promedio, manual para el usuario y tarjeta de referencia rápida.

Así que para todos aquellos que «pierden la brújula», la tecnología les brinda una herramienta útil para facilitar sus travesías.





Seguramente usted forma parte de los millones de usuarios en el mundo que ya cuenta con el servicio de correo electrónico. Para que haga un mejor uso de él y obtenga el mayor provecho le brindamos algunas recomendaciones prácticas:

-Su cuenta de correo electrónico tiene determinada capacidad, si la sobrepasa no podrá recibir más mensajes. Por ello le conviene depurarlo continuamente y conservar sólo los mensajes indispensables en la memoria del buzón; para ello le recomendamos ordenarlos en carpetas, ya sea en el disco duro o en disquetes, y después borrar los mensajes originales.

-Algunos portales bloquean la entrada de correos electrónicos desconocidos o publicidad indeseable, opción que usted podrá activar desde su e-mail. Esto representa un buen recurso para combatir los men-

sajes agresivos, ofensivos o de acoso; tampoco abra archivos de origen desconocido ya que pueden contener virus y dañar su computadora.

-Modifique su contraseña con frecuencia, de esa manera estará seguro de que su correo electrónico sigue siendo privado; tenga en cuenta que las contraseñas que combinan números y letras son más seguras. No comparta con nadie su contraseña; tenga especial precaución cuando revele información personal, sobre todo si se trata de alguien que conoció en el chat o que se dice ser alguna autoridad o vendedor.

-Debido a la premura con que suele utilizarse el correo electrónico es común cometer errores al escribir la dirección del destinatario, o bien, redactar mensajes con faltas de ortografía y puntuación que los hacen incomprensibles. Le sugerimos verificar siempre la dirección de su destinatario y escribir con cuidado sus mensajes y, en caso necesario, utilizar el acuse electrónico.

-No olvide cerrar su sesión en Internet al concluir; de esa manera impedirá que personas ajenas tengan acceso a su cuenta, sobre todo si se encuentra utilizando un equipo público.

-Para ahorrar tiempo lea primero el listado de «Nuevos mensajes»; asimismo, si va a escribir un mensaje extenso y detallado redacte el mensaje, y cuando abra su correo sólo captúrelo, ¡es más fácil y rápido!

En moda automotriz,

¿somos lo que manejamos?

Según una investigación de mercado realizada por la empresa automotriz General Motors Co., actualmente la producción y comercialización de automóviles considera los deseos de proyectar una imagen que tiene más que ver con la personalidad o las actitudes, ofreciendo vehículos destinados, por ejemplo, a conductores aventureros, audaces, elegantes y poderosos.

Los fabricantes adoptan esta tendencia para producir vehículos ligados más a un nivel social que a innovaciones automotrices. Por ejemplo, apunta el estudio mencionado, los autos deportivos que alcanzan altas velocidades provo-

can que las personas se sientan más poderosas y ágiles.

Debido a que hoy en día vivimos en una sociedad que nos obliga a depender de la imagen y a proyectar libertad e independencia, para algunos esta actitud es parte de la vida cotidiana.

Sin embargo, no pierda de vista que lo más importante es contar con un auto que nos proporcione mayor seguridad y satisfacción con base en nuestras necesidades objetivas y no en función de las expectativas subjetivas y fantasías que promueve la publicidad. Usted, ¿qué opina?



¡Asegúrese en la web!

Gracias a las páginas web, la mayoría de nuestras actividades se ha facilitado, aunque ello implica ciertos riesgos. Por ejemplo, existen virus que pueden activarse al abrir anexos de correos electrónicos con las extensiones exe y doc.

Estos virus son capaces de destruir o robar datos de su computadora y fueron creados sólo para demostrar la existencia de defectos en el *software* del sistema operativo o del correo electrónico.

Los virus pueden usar diversos medios para dañar su computadora, como un disco flexible o un programa copiado de otra PC, entre otros. Alternativamente pueden introducirse por medio de un macro u otro archivo de guiones que se ejecuta dentro de una aplicación estándar, como Microsoft Word, Outlook, Netscape o Eudora.

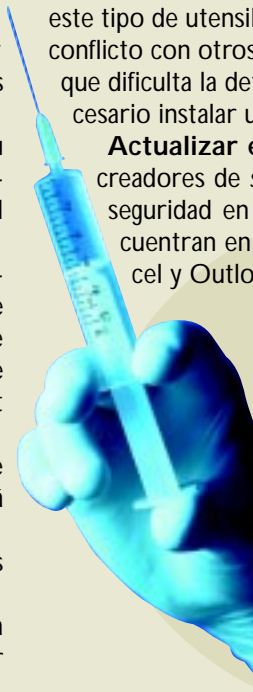
Hace poco apareció un virus de correo electrónico que se activa tan pronto usted inspecciona el mensaje donde está insertado; no requiere ninguna otra acción de su parte.

Por lo anterior queremos informarle que hay varias reglas básicas que ayudan a protegerse de los virus.

Usar programas antivirus: su uso protege de la mayoría de los virus. Aunque a algunos usuarios no les gusta instalar

este tipo de utensilios en su computadora porque entran en conflicto con otros programas y con el sistema operativo, lo que dificulta la detección de problemas, sin embargo es necesario instalar un antivirus y mantenerlo actualizado.

Actualizar el software: en los últimos dos años, los creadores de *software* han desarrollado los sistemas de seguridad en sus programas. Algunas opciones se encuentran en Internet, Netscape Navigator, Word, Excel y Outlook 2000.



El Metro cumple 31 años sin parar

El pasado mes de septiembre, el Sistema de Transporte Colectivo Metro, cumplió 31 años de servicio ininterrumpido. Como parte de los festejos se entregaron reconocimientos a los empleados que cumplieron diez, 15, 20, 25 y 30 años de servicio.

El Metro se inauguró en 1969 con una línea, 16 estaciones y 12.6 km de longitud. Actualmente su red se compone de 11 líneas, 167 estaciones y 190 km, lo que equivale a un crecimiento de casi 15 veces la extensión inicial.

Además, el Sistema de Transporte Colectivo constituye en la actualidad la columna vertebral del transporte público en el Distrito Federal, al atender una demanda diaria de 4.5 millones de pasajeros aproximadamente, siendo sólo superado por trenes urbanos como el de Moscú o Tokio, los cuales transportan 7.5 y 5.7 millones de personas, respectivamente.

Por la extensión de su red, el

Metro de la ciudad de México ocupa el quinto lugar en el mundo y es un siglo más joven que los de Londres y Nueva York.

A sus 31 años, el Metro ha transportado de forma económica, rápida y segura a 32 mil 580 millones de personas -el equivalente a 5.7 veces la población de la Tierra- y ha recorrido 638 mil 920 millones 317 mil km, equiparables a 831 viajes redondos a la luna.



¡Defienda sus derechos!

En la contratación de servicios educativos



Debido a la preocupación de algunos padres de familia por hacer valer sus derechos en la contratación de servicios educativos, la **Revista del Consumidor** le orienta en torno a este tema, para que usted no corra el riesgo de «salir reprobado».

¡Póngase listo!

Usted debe saber que a partir del **10 de marzo de 1992 se firmó el Acuerdo que establece las bases mínimas de información para la comercialización de los servicios educativos que prestan los particulares**, el cual rige en toda la república y aplica para todos aquellos prestadores de servicios educativos de tipo elemental y medio, con autorización o reconocimiento de validez oficial, así como los que deban estar inscritos en el listado de planteles no incorporados.

Entre los principales lineamientos de dicho Acuerdo que usted debe considerar se encuentran:

-Los propietarios o responsables de las escuelas particulares **deben informar previo a la inscripción o reinscripción del alumno** el costo total de las mismas, **número y costo de las colegiaturas, cobros por exámenes extraordinarios, cursos de regularización, constancias, credenciales, prácticas deportivas** y otras **actividades extracurriculares**, así como **gastos por transporte y alimentación**.

-Por otro lado, también **deben darse a conocer** los **calendarios de pago, descuentos por pagos anticipados, recargos por demora, nombres de los principales directivos del plantel, horarios de oficina, reglamento escolar** y cualquier otra información que los prestadores de los servicios educativos consideren de utilidad para los padres de familia o tutores.

-**No deben cobrarle cuotas extraordinarias** por el uso de bibliotecas, laboratorios, talleres, o por el material relativo a las actividades de enseñanza y prácticas deportivas, siempre que se realicen dentro de los horarios ordinarios de clases o, en su caso, en la aplicación de los planes y/o programas de estudio. Tampoco podrán exigirle la compra de útiles, uniformes o materiales escolares en el interior del plantel o en establecimientos determinados.

-Por ningún motivo los cobros podrán realizarse en moneda extranjera. Sólo deberán determinarse en moneda nacional y de acuerdo con el grado que pretenda cursar el alumno.

-Las cuotas extraordinarias son de carácter estrictamente voluntario, así como los gastos relacionados con la celebración de eventos cívicos, sociales o recreativos que sean organizados o promovidos por los prestadores del servicio, sin que ello repercuta en las calificaciones del alumno.

-Las colegiaturas no deberán incrementarse durante el ciclo escolar vigente, a menos que sea mediante acuerdo entre los usuarios del servicio.

-No es obligatorio el uso de uniformes, útiles escolares y libros nuevos, sólo se requerirá que los textos pertenezcan a ediciones actualizadas y que el vestuario se conserve en buen estado.

-En caso de incumplimiento por parte del usuario de tres meses o más de pago, el prestador del servicio se libera de la obligación de continuar con la formación académica del alumno, siempre que aquel lo notifique a los padres o tutores al menos con 15 días de anticipación, por lo cual ellos tendrán derecho a exigir la documentación oficial que les corresponde en un plazo no mayor de 15 días a partir del momento en que la soliciten, sin costo alguno, así como la aplicación de exámenes extraordinarios en igualdad de condiciones que los demás alumnos previo pago de los derechos que les correspondan.



-Por ningún motivo deberán ser exhibidos mediante listas, nombramiento o cualquier otra forma, aquellos estudiantes cuyos padres o tutores no hayan cumplido con las aportaciones ordinarias o extraordinarias solicitadas por los prestadores de los servicios educativos.

Cabe destacar que corresponde a la Procuraduría Federal del Consumidor vigilar, dentro del ámbito de su competencia, el cumplimiento de dicho Acuerdo. Los aspectos no comerciales corresponden a las autoridades educativas competentes.

El Acuerdo también otorga a PROFE- CO las facultades para actuar en caso de incumplimiento de alguna de las disposiciones anteriores, de la misma forma en que sanciona cualquier otra anomalía relacionada con la prestación de servicios.

Por ello, si usted es víctima de algún abuso o detecta anomalías o violaciones en cualquiera de estas disposiciones puede acudir a la oficina de PROFE- CO más cercana a su domicilio, llamar al 55-68-87-22 ó 52-11-64-14, del interior lada sin costo al 01-800-903-13-00; o bien, escribirnos a la dirección electrónica rconsumidor@mexico.com.

Recomendaciones finales

-Antes de inscribir a su hijo en una escuela particular solicite que le informen detalladamente cuál es el plan de estudios y el sistema educativo que se imparte. Evalúe si las materias obligatorias y extracurriculares responden a las necesidades y aptitudes de su niño.

-Verifique que las instalaciones sean las adecuadas, es decir, que los salones, laboratorios, talleres y espacios para la recreación y el deporte se encuentren en buen estado, limpios y ofrezcan seguridad a los niños, así como que el mobiliario y el equipo de trabajo se encuentren en buenas condiciones.

-Asegúrese de que los gastos correspondientes a colegiaturas, actividades extraordinarias, transporte, etcétera, no afectarán su presupuesto familiar.

-Es importante saber si los maestros son puntuales, asisten con regularidad y se preparan constantemente, y si es posible localizar con facilidad a los directivos y conversar con ellos.

-Indague si el plantel de su preferencia está incorporado a la SEP, la UNAM, o alguna otra autoridad educativa.

-Recuerde que las actividades deportivas, culturales y recreativas contribuyen al desarrollo físico e intelectual del educando, por lo que le sugerimos preferir aquellos planteles en los que se les otorgue vital importancia.

-Evalúe cuáles son los colegios más cercanos a su domicilio o lugar de trabajo.

-Verifique si existen señales de emergencia en el plantel, servicio médico y salidas alternas.

Lorena M. Romo

Fuente: Acuerdo que establece las bases mínimas de información para la comercialización de los servicios educativos que prestan los particulares, 10 de marzo de 1992.



Tiempos compartidos

La modalidad de tiempo compartido es una de las opciones turísticas que más se promueve durante la temporada de vacaciones, y consiste en el servicio de alojamiento, ya sea en hoteles, desarrollos turísticos, villas, casas o condominios, durante periodos previamente acordados.

Debido a las constantes quejas por abusos, fraudes y engaños que cometen los prestadores de servicios, SECOFI emitió la Norma Oficial Mexicana NOM-029-SCFI-1998, «Prácticas comerciales. Requisitos informativos para la comercialización del servicio de tiempo compartido», con el propósito de obligarlos a proporcionar información veraz, promover la plena satisfacción de sus clientes, así como

proteger su inversión por el servicio contratado; por ejemplo:

1 Si usted no puede hacer uso del tiempo compartido por causas imputables al prestador del servicio, éste deberá proporcionarle alojamiento en un establecimiento ubicado en el mismo destino turístico, de categoría y calidad similares, y el costo correrá por cuenta del prestador.

1 Si no le respetan los términos del contrato, tanto el proveedor como su representante son responsables del incumplimiento.

1 Al contratar este servicio cuenta con un plazo mínimo de cinco días hábiles posteriores a la firma del contrato para cancelarlo sin responsabilidad alguna, y si efectuó algún pago inicial deberán devolvérselo, como máximo, dentro de los 15 días siguientes a la cancelación.

Si le ofrecen un tiempo compartido, le sugerimos que antes de adquirirlo considere lo siguiente:

1 ¿Está seguro de que quiere pasar sus periodos vacacionales en el destino turístico que le ofrecen?

1 ¿Ha visitado las instalaciones?, ¿cuenta con la referencia de personas que hayan contratado anteriormente con ese proveedor?, ¿leyó detenidamente los términos del contrato de adhesión?, ¿comprobó que este último se encuentre registrado ante PROFECO?

1 ¿Cuenta con los recursos suficientes para pagar el costo inicial de la compra, el mantenimiento y los costos anuales del viaje?

1 ¿El periodo que le ofrecen coincide con la fecha en que normalmente sale de vacaciones?

1 ¿Le ofrecen opciones de intercambio y la posibilidad de vender, permutar o ceder sus derechos sin dificultad?

Y si usted ya adquirió un tiempo compartido y observa que el lugar (habitaciones, instalaciones, mobiliario y equipo) presentan defectos o vicios ocultos que las hagan impropias para su uso o demeriten la calidad estipulada en el contrato, **el artículo 82 de la Ley Federal de Protección al Consumidor le otorga el derecho de solicitar la cancelación del contrato y la devolución del precio pagado, o bien, la reducción del precio convenido e incluso, si es el caso, la indemnización por daños y perjuicios.**

Si requiere asesoría o información sobre algún prestador del servicio de tiempo compartido, anote el número de registro de la Procuraduría Federal del Consumidor que debe aparecer en el contrato y acuda a la Delegación o Representación de PROFECO más cercana, o bien, llame al **55-68-87-22** o al **52-11-64-14**; del interior marque **sin costo el 01-800-903-13-00**. También puede visitar nuestra página en Internet: www.profeco.gob.mx





Las cadenas comerciales en el año 2000 ¿Cuáles vendieron más barato?

Si usted suele comprar en supermercados, seguramente habrá notado que en ocasiones hay diferencias sustanciales en el precio de un mismo producto entre una tienda y otra. Por esa razón, a veces uno se queda con la idea de que una cadena comercial vende siempre más barato o más caro que otras. Para romper con esa idea decidimos comparar los niveles de precios observados durante el primero y el último trimestre del año 2000 en las cadenas comerciales que operan en el área metropolitana de la ciudad de México.*

Con esa finalidad se analizaron cuatro grupos de productos: básicos alimenticios, frutas y verduras, limpieza del hogar, así como higiene y cuidado personal. Para cada uno se eligieron productos que en un mes en particular se encontraron en todas las cadenas comerciales consideradas, para comparar de esa forma las diferencias en el precio de estos artículos comprados en conjunto. Las diferencias en el precio de esta «canasta de productos» nos pueden dar una idea bastante clara de la diversidad de precios que existe entre una cadena comercial y otra.

El análisis se apoya en gráficas del primero y del último trimestre del año, que muestran las diferencias porcentuales en el precio de la canasta de una cadena a otra, tanto al inicio como al final del 2000. El precio más bajo se igualó a 100 en cada caso, de tal manera que usted pueda observar la diferencia porcentual con respecto al resto de las tiendas.**



* El presente estudio se elaboró con precios recabados por el programa ¿Quién es quién en los precios? en el área metropolitana de la ciudad de México en dos periodos: del 3 de enero al 31 de marzo del 2000 y del 2 de octubre al 29 de diciembre del mismo año.

** El número de productos cambia de un mes a otro, debido a que no siempre están presentes los mismos en todas las tiendas; el número considerado en cada mes se indica en las gráficas.



Productos básicos alimenticios

Entre los productos considerados para el análisis destacan: aceite vegetal, atún en lata, café soluble, cereales, crema, carnes y embutidos, galletas, leche, mermelada, mayonesa, pan de caja, quesos, salsas, tortillas y yogurt.

Primer trimestre:

* En el primer trimestre del año, las tiendas que vendieron al menor precio no fueron las mismas mes con mes. Durante enero y febrero, la cadena comercial que ofreció los mejores precios para este tipo de productos fue Wal Mart, seguida muy de cerca por Bodega Aurrera, que los vendió a un precio ape-

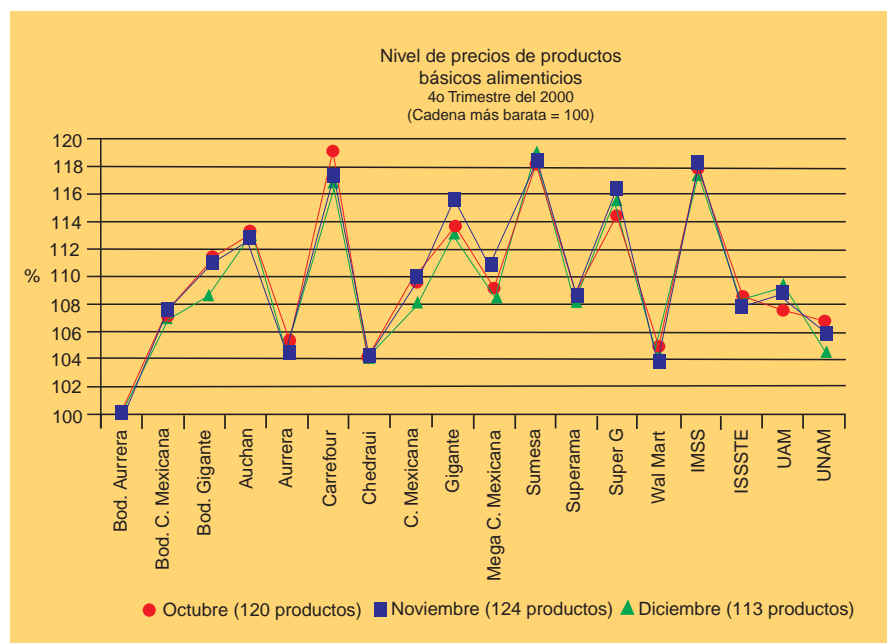
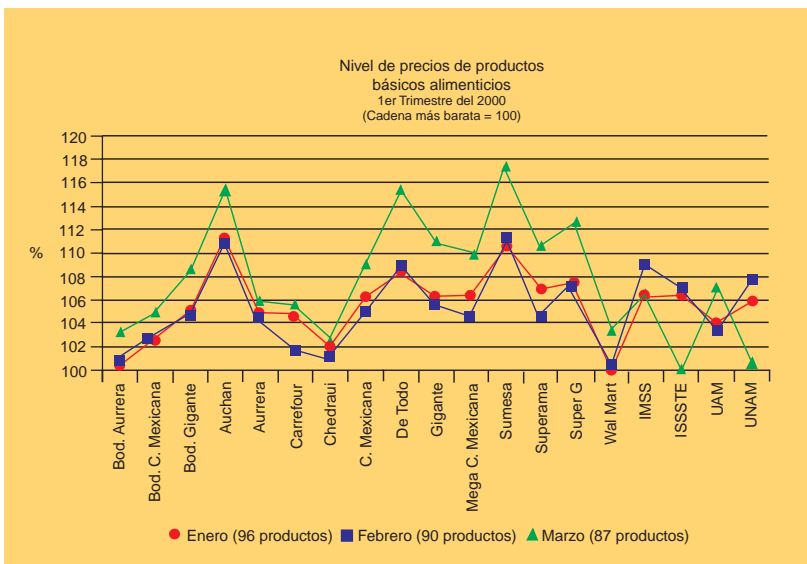
nas 0.3 por ciento mayor en enero y 0.4 por ciento en febrero. En marzo, sin embargo, los precios de ambas tiendas resultaron ser 3.6 por ciento superiores a los de ISSSTE. Otra buena opción en marzo fueron las tiendas UNAM, cuyos precios se ubicaron prácticamente en el mismo nivel del ISSSTE (0.3 por ciento arriba).

* Chedraui también ofreció buenos precios en el periodo, ya que nunca fue-

ron superiores al 3 por ciento respecto a la mejor opción del mes.

* Otros establecimientos que consistentemente presentaron precios accesibles fueron Aurrera y Carrefour, cuyo nivel máximo alcanzado respecto a la mejor opción fue de 6.1 por ciento.

* En el mes de marzo se observó la mayor diferencia de precios entre una cadena comercial y otra, al vender Auchán, De Todo y Sumesa entre 15 y 18 por ciento por arriba de la mejor opción.



Cuarto trimestre:

* En el cuarto trimestre del año se mantuvieron las diferencias de precios entre tiendas observadas en marzo. De esta forma, en Carrefour, Sumesa e IMSS el nivel de precios de básicos alimenticios se ubicó entre 16 y 19 por ciento arriba de la mejor opción, que en este caso fue Bodega Aurrera.

* Las tiendas Wal Mart, Chedraui y Aurrera también mostraron buenos precios: entre 3 y 6 por ciento arriba de la mejor opción en el trimestre.

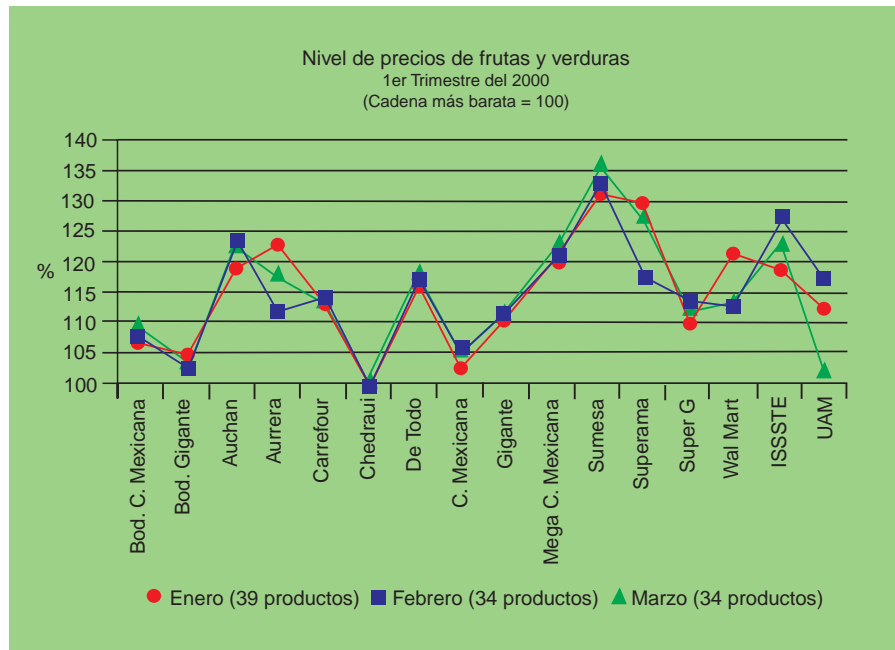
* Con excepción del IMSS, las tiendas del sector social (ISSSTE, UAM y UNAM) mostraron precios accesibles, al ubicarse en niveles de entre 4 y 9 por ciento arriba del registrado en Bodega Aurrera.

Frutas y verduras

Lo primero que salta a la vista al analizar la evolución de precios de estos productos es que existen mayores diferencias de precios que en el caso del grupo de productos básicos alimenticios, las cuales llegan a ser superiores al 30 por ciento.

Primer trimestre:

* En este periodo, las frutas y las verduras presentes en todas las cadenas de tiendas analizadas registraron su precio más bajo en Chedraui. Esto significó diferencias de precios de hasta 31.7 por ciento en enero, 33.3 por ciento en febrero y 35.8 por ciento en marzo.



* Después de la cadena que registró el menor costo en los primeros tres meses, se ubicaron Bodega Gigante, De Todo y Bodega Comercial Mexicana, las dos primeras con un costo entre 2 y 5 por ciento mayor a Chedraui y la tercera entre 5 y 10 por ciento.

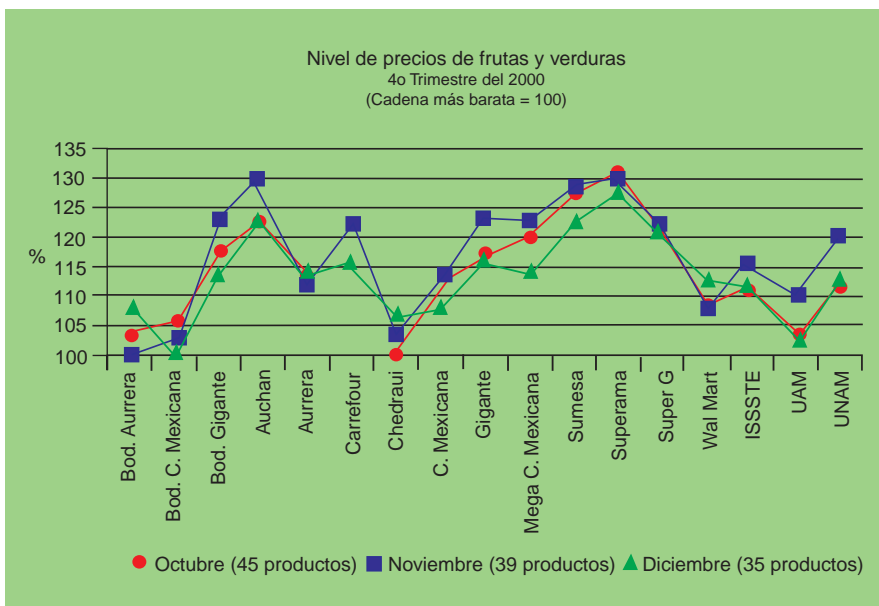
* Cabe señalar que durante el mes de marzo otra buena opción fueron las tiendas UAM, que vendieron a un costo 1.6 por ciento superior al de Chedraui.

Cuarto trimestre:

* En el cuarto trimestre del 2000 fueron las tiendas Chedraui, Bodega Aurrera y Bodega Comercial Mexicana las que presentaron precios más bajos con respecto al resto de las cadenas consideradas para este análisis, registrándose diferencias de hasta 31.5 por ciento.

* Otras buenas opciones de compra fueron Aurrera y Wal Mart, con niveles de precios que no sobrepasaron el 14 por ciento en el primer caso y el 11.5 por ciento en el segundo, respecto a la mejor opción del mes.

* Entre las tiendas del sector social, la que presentó mejores precios para estos productos fue la UAM (4.0 por ciento arriba del nivel mínimo en octubre y 2.6 por ciento para el mes de diciembre).



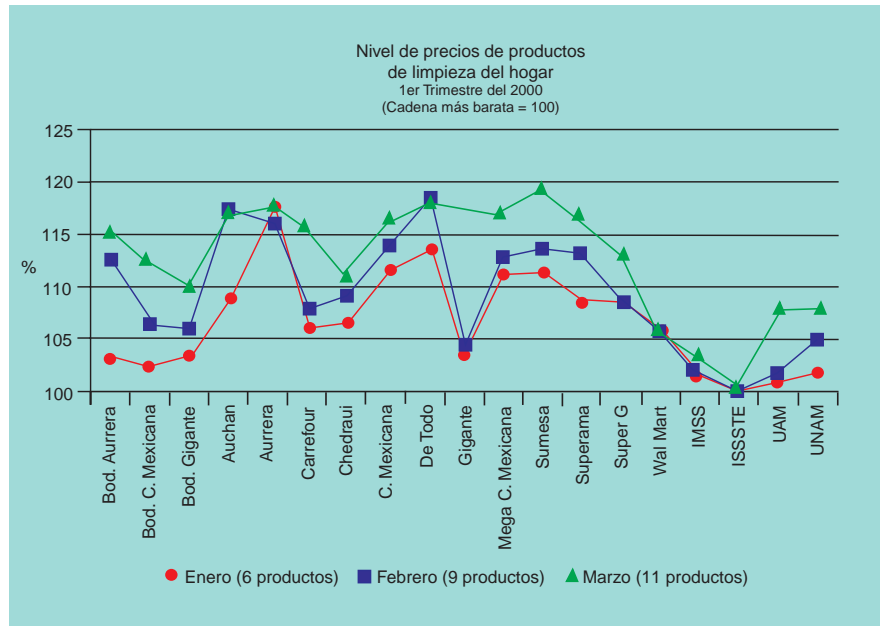
Productos de limpieza del hogar

Los productos considerados en este caso fueron blanqueador, detergente para ropa, detergente para trastes, jabón de pasta, limpiador líquido para piso y suavizante para ropa, entre otros.

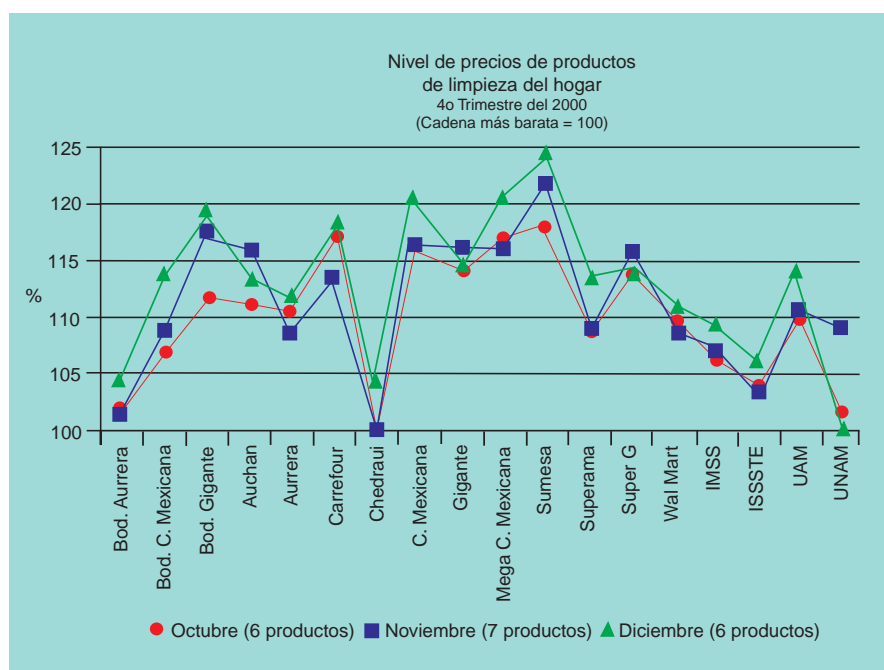
Primer trimestre:

* La mayoría de las cadenas comerciales incrementaron mes tras mes sus diferencias respecto a las tiendas del ISSSTE, que vendieron estos productos al menor precio; al comparar con las demás cadenas comerciales se observó que su nivel fue hasta 18.2 por ciento menor en enero, 18.7 por ciento en febrero y 19.5 por ciento en marzo. Las tiendas del IMSS también mostraron precios bajos en el periodo, al igual que la UAM en enero y febrero.

* Las tiendas Wal Mart también representaron una buena opción, pues sus precios no excedieron el nivel de 6 por ciento por arriba del menor precio.



* En enero y febrero, otros buenos lugares de compra fueron Gigante y las tiendas UNAM, con precios no mayores al 5 por ciento respecto al ISSSTE.



Cuarto trimestre:

* Entre las mejores opciones para comprar productos de limpieza del hogar se ubicaron Chedraui y Bodega Aurrera, que resultaron más baratas en octubre y noviembre, en tanto que en diciembre vendieron a un nivel no mayor al 5 por ciento por arriba de la mejor opción.

* En octubre, la UNAM había ofrecido la canasta a un nivel muy cercano al mostrado por Chedraui (con una diferencia de 1.4 por ciento) y en diciembre registró el menor nivel de precios.

* Las tiendas del IMSS y el ISSSTE fueron también buenas opciones, con diferencias menores al 10 por ciento respecto a la cadena que presentó el mejor precio.

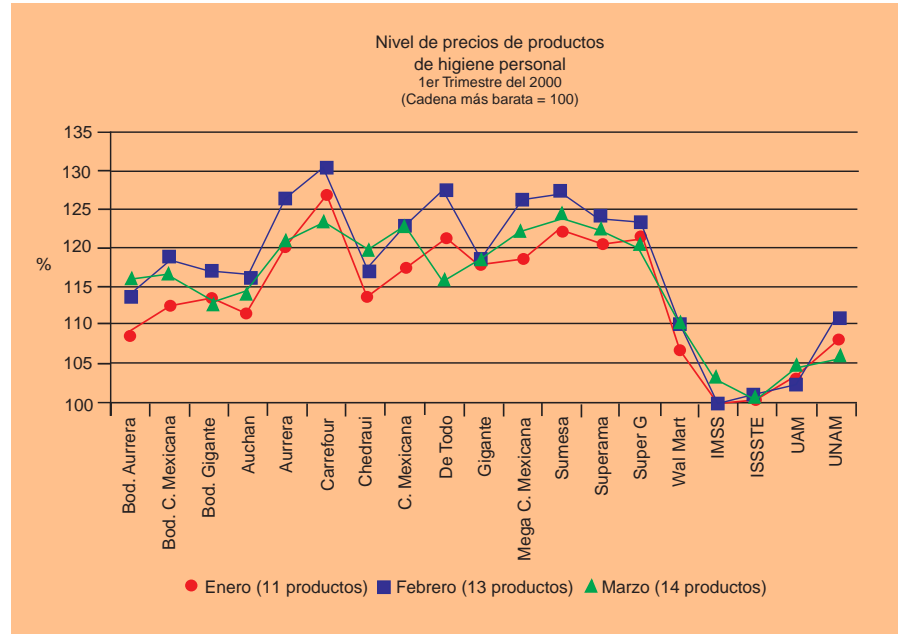


Productos de higiene personal

Las canastas comparadas se integran con productos como champú, crema para la piel, desodorante, jabón de tocador, pañales desechables, pasta dental, toallas sanitarias, papel higiénico y servilletas de papel.

Primer trimestre:

* En enero y marzo fueron las tiendas del ISSSTE las que representaron la mejor opción de compra, con diferencias de hasta 27.1 y 24.4 por ciento respecto al resto de las tiendas; en

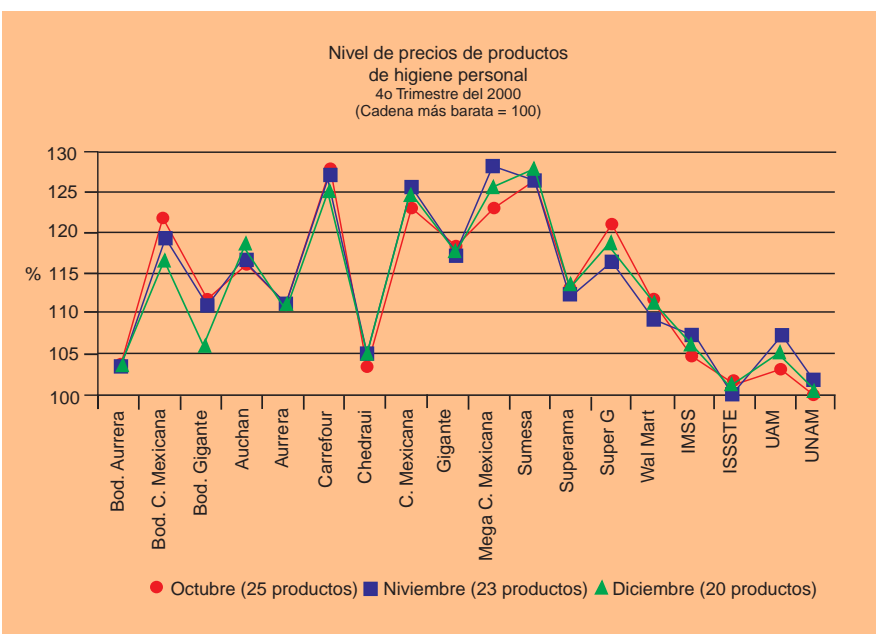


febrero, la mejor opción fue el IMSS, pues las demás cadenas mostraron diferencias de hasta 30.0 por ciento respecto a su precio.

* Las tiendas UAM y UNAM también fueron buenas opciones, al igual que Wal Mart, ya que no se alejaron mucho del precio menor. En marzo, Wal Mart su-

peró ese nivel con 10.2 por ciento, la UNAM con 6.8 por ciento y la UAM con 4.8 por ciento.

* En el rango de precios intermedios se encontraron Bodega Aurrera, Bodega Comercial Mexicana, Bodega Gigante y Auchán, que en el periodo mostraron precios de 9 por ciento a 20 por ciento mayores al precio mínimo.



Cuarto trimestre:

* Al finalizar el 2000, las mejores opciones de compra para estos productos se encontraron en las cadenas del sector social, particularmente ISSSTE y UNAM, seguidas por Bodega Aurrera y Chedraui, que superaron el nivel mínimo con menos del 5 por ciento en cada uno de los meses.

* Las tiendas de la UAM y el IMSS también mostraron un nivel accesible al presentar diferencias de precio de entre 2.8 y 6.1 por ciento respecto a la mejor opción.

* Las tiendas que presentaron precios más elevados fueron Carrefour, Comercial Mexicana, Mega Comercial Mexicana y Sumesa al vender entre 20 y 30 por ciento más caro que el ISSSTE y la UNAM.

Le hemos mostrado las cadenas que consistentemente venden a menor precio algún grupo de productos y no sólo las que lo hacen en algún periodo en particular por cierta política de precios (ofertas, promociones, etcétera). De esta forma podemos concluir que las mejores opciones de compra para el último trimestre fueron: en básicos alimenticios, Bodega Aurrera, Aurrera, Chedraui y Wal Mart; en frutas y verduras, Bodega Aurrera, Aurrera, Bodega Comercial Mexicana, Chedraui, Wal Mart y la UAM; en productos de limpieza del hogar, Bodega Aurrera, Chedraui, tiendas UNAM, IMSS e ISSSTE; en productos de higiene personal, ISSSTE, UNAM, Bodega Aurrera, Chedraui, UAM e IMSS.

Antes de realizar sus compras no olvide consultarnos a través de los Teléfonos del Consumidor (55-68-87-22 y 52-11-64-14), o de la publicación semanal *Quién es quién en los precios, Guía para comprar más barato*, disponible de manera gratuita en las delegaciones de PROFECO.



Economice consultando la información que le ofrece el programa ¿Quién es quién en los precios?

¡Arriba con Soraya Jiménez!

Con tan sólo 23 años de edad y más de una docena de triunfos en certámenes nacionales e internacionales, Soraya Jiménez Mendivil se convirtió en toda una «estrella» del deporte mexicano al obtener la medalla de oro en el levantamiento de pesas en los pasados Juegos Olímpicos de Sidney 2000.

Esta joven gigante de la halterofilia -por cierto, la primera mexicana en obtener una medalla áurea en una olimpiada- nos levanta el ánimo con su fresca y positiva forma de ver al deporte y de observar su rostro en nuestro espejo del consumo.

El deporte en México

Nuestro país está atravesando por una revolución deportiva, ya que hoy los atletas cuentan con más apoyo que antes, lo que está proporcionando un deporte de mayor calidad. Sin embargo, en relación con otros países donde el deporte comienza a practicarse a muy temprana edad, todavía estamos unos diez o 15 pasos atrás. Ésta es una situación que debe mejorar para que exista verdaderamente una «cultura deportiva», que es lo que nos hace falta.

En este sentido, los medios de comunicación masiva deberían conocer a fondo la práctica deportiva, ya que son contados los que están cerca de nosotros, los deportistas. Generalmente nos buscan cuando están en puerta eventos importantes, como los Juegos Centroamericanos, los Panamericanos o las Olimpiadas, pero la mayoría de las veces desconocen nuestro deporte.

En cuanto a que el deporte se está comercializando demasiado, creo que es lógico que alrededor de las justas atléticas, como los Juegos Olímpicos, exista tanta comercialización por el gran alcance que tienen. Son muchos millones de personas los que ven este tipo de torneos y es comprensible que al ob-

servar que el deportista que admiran utiliza cierta marca, deseen imitarlo. Si se ha organizado una gran comercialización, pero también se están uniendo muchas culturas y muchos países.

Una buena consumidora

Soy una persona que consume lo básico y procuro que los productos que consumo sean naturales. En ocasiones me gusta consentirme y suelo adquirir artículos de buena calidad. Para ser un buen consumidor es necesario determinar qué es lo que se desea, sin dejarse llevar por las marcas o la publicidad, porque México es un país consumista, sobre todo de marcas.

Por otra parte, creo que es muy importante cultivar el hábito de ahorrar porque en la vida no tenemos nada asegurado y siempre es bueno contar con un respaldo para los imprevistos. Debemos ahorrar para tener estabilidad y no hundirnos cuando enfrentemos algún problema.

En cuanto a la forma en que consumo mi tiempo libre, me gusta mucho estar con mis amigos desarrollando alguna actividad tranquila, relajada, como ir al cine o a tomar un café.

Sigo siendo igual, sigo consumiendo igual, pero en ciertos lugares sí te tratan con alguna preferencia; la verdad es que cuando te conviertes en campeona la gente te trata diferente. La experiencia es bonita, ¡pero yo sigo siendo la misma!

Yureli Cacho

Soraya Jiménez en pocas palabras

Ésta es la asociación de ideas que Soraya Jiménez expresó sobre algunos conceptos vinculados con el consumo:

Oferta: Oportunidad.
Calidad: Excelencia.
Piratería: Falsedad.
Factura: Necesaria.
Deporte: Salud.
Dinero: Necesario.
Derroche: Frialdad.
Garantía: Seguridad.
Deuda: Problemas.
Consumo: Saber hacerlo.
Moda: La que tu prefieras.
Salud: Bienestar.
Crédito: Interminable.
Marca: Una forma de consumir.
PROFECO: Una manera de tener apoyo para el consumidor.

Sobre la halterofilia

La halterofilia, disciplina mejor conocida como «levantamiento de pesas», surgió como un espectáculo a finales del siglo XIX en Europa Occidental, aunque tiene un claro precedente en las competencias de levantamiento de piedras que realizaban los egipcios hace más de 2 mil años.

En los Juegos Olímpicos de Atenas, en 1896, la halterofilia se aceptó como una práctica olímpica, y en los Juegos de Sidney 2000 la rama femenil de esta disciplina hizo su presentación oficial.

La halterofilia se practica en dos modalidades:

Arranque: consiste en elevar la barra desde la tarima hasta la total extensión de los brazos por encima de la cabeza, sin interrupción.

Enviñón: es la elevación de la barra desde los hombros hasta la extensión total de los brazos por encima de la cabeza.

Esta disciplina deportiva se califica con base en la suma de mayor peso en las dos modalidades (arranque y enviñón). En caso de empate, se elige como ganador al competidor de menor peso corporal.

En este deporte, **Soraya Jiménez hizo historia al obtener la medalla de oro en los Juegos Olímpicos de Sydney en la categoría de hasta 58 kg, levantando un peso de 225.5 kg**, con lo cual dejó la plata para Corea y el bronce para Tailandia.

Entre los premios y récords más representativos de su trayectoria deportiva destacan:

-Tercer lugar en la Copa Norceca en Colorado Springs, 1993.

-Primer lugar* en el Torneo Internacional Simón Bolívar, en Carúpano, Venezuela, 1996. Se distinguió como la mejor levantadora del evento.

-Primer lugar* y mejor levantadora del evento en la Olimpiada Juvenil «Plan Sexenal», en la ciudad de México, 1997.

-Primer lugar* en los Juegos Centroamericanos y del Caribe, en Maracaibo, Venezuela, 1998. Se ubicó como la mejor levantadora del evento.

-Primer lugar en el XV Torneo Internacional Simón Bolívar, efectuado en Mérida, Venezuela, 1999. Impuso nuevas marcas centroamericanas y mexicanas en las dos modalidades y en el total.

-Primer lugar* en el Campeonato Nacional de Bulgaria, en Acenograd, 2000.

(*) Implantó récord mexicano en las dos modalidades y en el total.

Fuente: www.esmas.com/sidney/sorayajimenez/deporte/halterofilia.htm

Cómo elegirlo Seguros para automóviles

Si desea conocer qué le ofrece el mercado en materia de seguros para automóvil, las ventajas y desventajas de los diferentes planes de aseguramiento, así como los aspectos a considerar antes de estampar su firma en un contrato, lo invitamos a leer las siguientes líneas.



Qué cubre un seguro

Un seguro para automóvil, dependiendo del tipo de póliza, lo protege de las pérdidas económicas derivadas de un accidente automovilístico o del robo de su vehículo, así como de los daños y lesiones ocasionados a terceras personas, o bien, a los ocupantes del automóvil propio.

Las coberturas básicas de un seguro para automóviles son las siguientes:

Daños materiales: garantiza la reparación de los daños que sufra el vehículo a consecuencia de choque, vuelco, rotura de cristales o incendio, entre otros siniestros.

Robo total: ampara el costo total del vehículo por robo, así como los daños materiales provocados por dicho acontecimiento.

Responsabilidad civil: cubre los daños ocasionados por el conductor a terceras personas -ya sea en sus bienes y/o en su persona- a causa de un accidente.

Gastos médicos a ocupantes: paga los gastos por concepto de atención médica proporcionada al conductor y

demás ocupantes del automóvil. Generalmente se establece un monto máximo por persona y un límite por todos los ocupantes.

Además de las **coberturas básicas**, las aseguradoras ofrecen las siguientes **adicionales**, las cuales requieren de un pago extra:

Extensión de cobertura en responsabilidad civil: en caso de que una persona adquiera un seguro para automóvil que no está contemplado en la póliza y éste sufra un percance que afecte a terceros, el seguro cubrirá los gastos, con excepción de los vehículos en renta o de uso diferente al particular -como los autos de carga.

Equipo especial: con este seguro se amparan los accesorios, adaptaciones, conversiones y rótulos instalados en el vehículo, distintos a los originales, siempre y cuando sean de fábrica.

Convenio expreso: permite amparar los daños que sufra o cause el vehículo al destinarlo a un uso o servicio diferente al indicado en la póliza; por ejemplo, si se usa para el arrastre de remolques, para impartir clases de manejo, participar en pruebas de seguridad, de resistencia o de velocidad.

Fuerza o asistencia legal: en caso de un accidente automovilístico, la aseguradora cubre la fianza que garantiza la liberación inmediata del conductor y del vehículo, así como la asistencia legal profesional de un abogado.

Asistencia en viaje: cuando el asegurado se encuentra de viaje en la República Mexicana o en el extranjero, tiene derecho a recibir asistencia médica, legal y auxilio vial en caso de emergencia.

Estos beneficios pueden variar de una compañía a otra.

Deducibles, exclusiones y recomendaciones

El asegurado debe pagar un deducible si le ocurre un siniestro, es decir, un porcentaje de la suma asegurada.

Los deducibles que generalmente aplican las aseguradoras son:

Daños materiales: 5 por ciento. Por ejemplo, si el valor comercial de un auto es de \$ 70,000.00 y éste sufre un percance, el asegurado deberá pagar \$ 3,500.00 y la aseguradora el costo total de la reparación.

Rotura de cristales: 20 por ciento de su valor.

Robo total: 10 por ciento.

Equipo especial: 25 por ciento.

Generalmente en las coberturas de responsabilidad civil y gastos médicos de los ocupantes no se aplica deducible.

Cuando ocurre un accidente, el asegurado debe dar aviso de inmediato a la aseguradora, cuyos servicios deben estar disponibles las 24 horas del día y en todo el territorio nacional.

Cabe señalar que en una de las exclusiones, señalada en las condiciones generales de la póliza, se advierte que no se amparan los daños sufridos o cau-



El mercado de los seguros para autos

Modelo	Características	Precios promedio de seguros con coberturas básicas*
1998	Chevy popular: estándar, cuatro cilindros, tres puertas, austero.	De \$ 4,200.00 a \$ 5,300.00
1994	Golf GST: estándar, cuatro cilindros, cuatro puertas, seguros automáticos, aire acondicionado.	De \$ 10,800.00 a \$ 13,000.00
1996	Tsuru GS: automático, cuatro cilindros.	De \$ 5,200.00 a \$ 6,300.00
1996	Cavalier: austero, automático, cuatro cilindros.	De \$ 6,300.00 a \$ 7,400.00
1999	Silverado: automática, tres puertas, aire acondicionado, seguros automáticos.	De \$ 12,800.00 a \$ 18,000.00

(*) Precios promedio investigados en compañías aseguradoras y bancos durante el mes de diciembre del 2000, sólo como una referencia para el consumidor.

sados cuando el conductor carezca de licencia o permiso para conducir, o bien, cuando éste maneje en estado de ebriedad o bajo la influencia de drogas.

Además de lo anterior tome en cuenta las siguientes recomendaciones:

-La impuntualidad en el pago de la prima puede ocasionar la cancelación del seguro y, por lo tanto, la protección que éste le ofrece.

-Es conveniente guardar la póliza y otros documentos que la complementan en un lugar seguro e informarle a su cónyuge o a alguna otra persona de su confianza para tenerla a la mano en caso necesario.

Al contratar...

-La contratación de un seguro se debe realizar a través de un agente de seguros, capacitado y autorizado por la Comisión Nacional de Seguros y Fianzas, quien deberá ofrecerle una amplia asesoría y proponerle diversas opciones para que usted decida cuál es la más adecuada.

-La vigencia del seguro debe indicarse en la póliza, por ello es impor-

tante verificar que la fecha, así como los datos que aparecen en la póliza estén correctos, como nombre del asegurado, datos del automóvil, suma asegurada contratada y monto de la prima.

-Las autoridades encargadas de la supervisión y vigilancia de las compañías aseguradoras son la Comisión Nacional de Seguros y Fianzas (CNSF) y la Comisión Nacional para la Protección y Defensa de los Usuarios de Servicios Financieros (Condusef).

-Si requiere más información so-

bre su póliza o desea interponer una queja llame a la Condusef, al 01-800-714-98-69 o al 54-48-70-00; o bien, acuda a sus oficinas en Insurgentes Sur núm. 762, colonia Del Valle, o consulte su página en Internet: www.condusef.gob.mx.



Accidentes y robos

Según datos de la Asociación Mexicana de Instituciones de Seguros (AMIS), actualmente en nuestro país circulan cerca de 14.8 millones de vehículos; por otra parte, cada 15 minutos fallece una persona a causa de un accidente, de los cuales el 41 por ciento corresponde a percances automovilísticos, el 14 por ciento ocurre en las carreteras federales y el 6 por ciento en las estatales.

En cuanto a víctimas fatales, el 55 por ciento de los fallecimientos ocurre en el lugar del siniestro, el 30 por ciento durante las primeras horas de atención médica y el 15 por ciento, en el hospital, en un periodo aproximado a una semana.

Según datos de la Secretaría de Comunicaciones y Transportes (SCT) en los 60 mil 507 accidentes de tránsito ocurridos durante 1999 en las carreteras federales, 36 mil 528 personas resultaron lesionadas y 5 mil 106 perdieron la vida.

En cuanto a colisiones, la AMIS señala que las causas que originan los accidentes de tránsito son: las condiciones en que se encuentran las vías terrestres (baches, falta de señalamientos, etcétera), las condiciones climatológicas (lluvia, granizo, neblina y otras) y, principalmente, las humanas. Dentro de estas últimas, el exceso de velocidad es el factor más importante, seguido por el hábito de no respetar la distancia adecuada entre dos vehículos y posteriormente, por manejar en estado de ebriedad y/o bajo la influencia de drogas.

Los modelos de autos que durante 1999 tuvieron más colisiones fueron el Derby -modelos anteriores y recientes-, Golf -modelos recientes-, Fiesta, Chevy, Tsuru, Pointer y Volkswagen sedan, Tsubame, Jetta -modelo reciente-, Civic, Bonneville, Pontiac F., Trans Am, Lucino, Camaro, Ram Charger, Silverado y Club Wagon.

Muchos fabricantes ofrecen a sus clientes sistemas que ayudan a prevenir el robo del vehículo. Por otro lado, en el mercado existe una gran variedad de alarmas contra robo, entre las cuales se pueden mencionar: alarmas sonoras, cortacorriente, inmovilizadores, sistemas de encendido con transponder, alarmas a control remoto, sistema vía satélite y transmisión continua, entre otros.

Si los vehículos cuentan con alguno de estos sistemas, ciertas compañías aseguradoras proporcionan descuento en la prima y/o deducible en la cobertura de robo total.

Los marcas de automóviles más robados el año pasado fueron: Volkswagen sedan, Golf -modelos recientes-, Tsuru, Jetta Generación 4, Grand Prix, Jetta -modelos recientes-, New Beetle, Pontiac F. Trans Am, Mustang, Camaro, Lucino, Passat, New Yorker LH, Combi, Expedition Pathfinder, Windstar, Explorer (importada), Grand Cherokee y Durango.



Cómo se calcula un seguro

Las aseguradoras y algunas instituciones bancarias que ofrecen seguros para autos calculan el costo anual de éstos, tomando en cuenta las siguientes características:

- Tipo de auto
- Modelo
- Estándar o automático
- Cilindraje
- Número total de puertas
- Seguros automáticos
- Aire acondicionado

Asimismo, algunas compañías de seguros toman en cuenta datos muy particulares para cotizar un seguro, como: edad, sexo, estado civil, número de personas que conducirá el auto, la zona donde vive el asegurado, entre otros.

Estos datos son importantes porque, por ejemplo, si la persona que contrata el seguro es menor de 25 años, el precio del seguro aumentará, ya que las estadísticas de las aseguradoras indican que en la mayor parte de los accidentes están involucradas personas menores de dicha edad, o bien, consideran si el asegurado vive en alguna de las zonas -en el caso de la ciudad de México- donde se cometen más robos de automóviles, los tipos de autos que se colisionan y roban con mayor frecuencia, aspectos que incrementarán el costo del seguro.

De igual modo, si el pago es fraccionado -mensual, trimestral o semestral- aumentará el precio.

Es importante mencionar que en general los precios promedio de un seguro cubren:

- Daños materiales (el titular de la póliza paga el 5 por ciento del total de los gastos).
- Robo total (el titular de la póliza paga del 7 al 25 por ciento del valor del auto).
- Responsabilidad civil legal por daños a terceros (la aseguradora paga una cuota fija que puede ir desde \$ 250.00 hasta \$ 500,000.00).
- Gastos médicos a ocupantes (la aseguradora cubre una cuota fija que va desde \$ 60,000.00 hasta \$ 180,000.00).

-Asesoría legal y pago de fianzas (de \$ 250,000.00 a \$ 500,000.00).

-Asistencia en viajes o auxilio vial (con límite de hasta tres eventos durante un año; algunas no tienen límite).

Debe advertirse que cada institución de seguros o bancaria cubre diferentes porcentajes de deducibles y número de siniestros. Sin embargo, los datos mencionados le darán un panorama de lo que implica la contratación de un seguro para automóvil y, si va adquirir un auto, cuál le conviene comprar, en virtud de la incidencia en robo y colisiones.

Cinco recomendaciones básicas

No proporcione datos falsos, pues ello invalida su seguro.

No firme documentos en blanco: si su agente de seguros le pide que fir-

me la solicitud antes de llenarla, con el pretexto de que ello agilizará el trámite, ¡no lo haga! Estampe su firma una vez que llene la solicitud.

Lea detenidamente la solicitud y verifique que los datos estén correctos.

Asegúrese de que la aseguradora o la institución bancaria tenga prestigio en el mercado.

No se quede con dudas: si los términos de la póliza no le quedan claros, exija a su agente de seguros que se los explique. Si sospecha que la información que le proporciona no es completa o lo suficientemente clara, no firme y acuda a la Condusef para obtener asesoría.

Graciela Muñoz

Fuentes: -Asociación Mexicana de Instituciones de Seguros (AMIS).
-Comisión Nacional para la Protección y Defensa de los Usuarios de Servicios Financieros (Condusef).

Glosario

Asegurado: es la persona que contrata el seguro con la empresa. El asegurado realiza los pagos de las primas y recibe los beneficios de la indemnización.

Cobertura: son las situaciones particulares propias del riesgo por el que se contrata el seguro.

Deducible: cantidad que el asegurado tiene que pagar para cubrir parte de los gastos del siniestro.

Exclusiones: aspectos y situaciones que el seguro no cubre, de acuerdo con lo señalado en la póliza.

Riesgo: es la posibilidad de que, por azar, ocurra algún suceso desfavorable para el asegurado, que obligue a la empresa aseguradora a pagarle una cantidad de dinero o dar un servicio para repararlo.

Siniestro: es cuando ocurre el evento por el que se contrata el seguro. Para que la empresa pueda pagar, el asegurado debe comprobar que lo ocurrido está contemplado en los términos que se pactaron en la póliza.

Suma asegurada: en daños materiales, es el valor que el titular de la póliza establece para los bienes cubiertos por el contrato. Esta cantidad es el límite máximo de responsabilidad que la empresa de seguros está obligada a pagar cuando el siniestro se presenta.

Fuente: Comisión Nacional para la Protección y Defensa de los Usuarios de Servicios Financieros (Condusef).

Estudio de mercado

Servicio de Internet móvil

Una de las novedades de Internet es la posibilidad de recibir y enviar información a través de la telefonía celular, radiolocalizadores y otros equipos portátiles, como las Palms. Para informarle sobre este servicio y orientar su decisión en caso de que desee contratarlo, PROFECO elaboró este estudio de mercado, a través de su área especializada en Mercadotecnia Social.

Cabe aclarar que las tarifas incluidas corresponden al mes de enero del 2001.

Cobertura de Internet a través de telefonía celular

COMPAÑÍA	COBERTURA
TELCEL	D. F. y área conurbada, Monterrey, Guadalajara, Mérida, Cancún, Tijuana, Cd. Juárez, Chihuahua, Hermosillo, Culiacán, Puebla y Querétaro
IUSACELL	En todas las regiones Iusacell donde están disponibles los paquetes digitales en cobertura CDMA y/o si el servicio de Internet Móvil 2 está habilitado en su región. En las regiones 5, 6 y 7 únicamente aplica la recepción periódica de paquetes de información predeterminada.
PEGASO	D. F., Monterrey, Guadalajara y Tijuana





El servicio de Internet móvil está basado en la tecnología WAP (Wireless Application Protocol, es decir, Protocolo para Transmisión de Datos Inalámbricos Vía Celular) para acceder a la red desde un teléfono celular.

Algunas de las aplicaciones que se han creado para Internet móvil son: publicidad y entretenimiento, bancos y finanzas, comunicación interactiva y personalizada, Internet en la bolsa, información centralizada y ventas.

Publicidad y entretenimiento: Para juegos interactivos, noticias en línea, canales musicales, reservación de boletos de avión, para espectáculos y cines, así como consulta de rutas turísticas y gastronómicas.

Banco y finanzas: Permite acceder a cualquier hora y desde cualquier lugar a su cuenta bancaria, verificar los valores que están siendo acreditados, el saldo de las inversiones o de los ahorros; recibir noticias del mundo financiero y principales indicadores económicos, entre otros. Además, el crecimiento del *e-commerce* permite a la mayoría de los consumidores tener acceso al dinero electrónico de una manera ágil para realizar compras a distancia.

Comunicación interactiva y personalizada: Da la posibilidad de mantener contacto permanente con la familia y los amigos, sólo se necesita una Laptop PC y un teléfono móvil para enviar y recibir correos electrónicos o navegar en la red. Con este equipo también es posible consultar sitios de servicios en los aeropuertos, parques de diversiones, etcétera.

Internet en la bolsa: A través del servicio WAP, que permite transmitir mensajes en pequeñas pantallas (como el visor del propio celular), el usuario tiene acceso al banco en línea y al e-mail.

Información centralizada: El consumidor podrá recibir mensajes al momento y en ciertos lugares, considerando su movilidad, localización y situación.

Ventas: Al conectar el celular a la red podrá comprar y pagar los productos y servicios *on line* en tiendas convencionales.



Requisitos básicos de contratación de Internet móvil

COMPAÑÍA / REQUERIMIENTOS
<p>TELCEL / Si es nuevo usuario puede activar el servicio junto con un plan de renta mensual. El teléfono que se requiere es el Ericsson R280D, ya que cuenta con el navegador Phone.com 3.1 para acceder a Internet CDPD. Si ya es usuario de Telcel y tiene un plan de renta mensual, podrá activarlo acudiendo a los Centros de Atención a Clientes en las ciudades de México, Monterrey, Guadalajara, Mérida y Cancún. Es necesario que al contratar el servicio cambie su teléfono por el Ericsson R280D.</p>
<p>IUSACELL / Se contrata por una renta mensual. Únicamente funciona con teléfonos digitales CDMA, que están especialmente habilitados con un microbrowser; por lo que si tiene un equipo digital para Internet Móvil Iusacell 1 no es necesario cambiarlo. Para Internet Móvil Iusacell 2 se requiere el equipo digital Star Tac ST- 7860.</p>
<p>PEGASO / Si es nuevo usuario necesita adquirir un equipo con minibrowser y un plan de renta mensual. Si ya es usuario pero no cuenta con el equipo con minibrowser, y adquirió un plan de renta (Pegaso 100, 300, 500 ó 900) antes del 8 de agosto del 2000, puede cambiar su equipo de acuerdo con las siguientes especificaciones: Equipo: * QCP 1960: Listo para activar. * Qualcomm Q-1900: Cambiar por un QCP-1960 reacondicionado*. * Nokia 5170: Cambiar por un QCP-1960 reacondicionado*. * Hyundai HGP 1200: Cambiar por un QCP-1960 reacondicionado* o por un Samsung 6100. * Audiovox PCX 3500: Cambiar por un QCP-1960 reacondicionado* o por un Samsung 6100. * Samsung SCH 2000: Cambiar por un QCP-1960 reacondicionado* o por un Samsung 6100. Nota: La compañía Pegaso recomienda el teléfono Qualcomm 1960 para navegar por Internet, cuyo costo es de \$ 1,148.85 con IVA incluido.</p>

*Reacondicionado: El equipo no es nuevo pero está certificado por Pegaso.

Equipo requerido para contratar el servicio de Internet

COMPAÑÍAS	EQUIPO	PRECIO*
TELCEL	Ericsson R280D	\$ 2,603
CARACTERÍSTICAS		
<p>Navegador Phone.com 3.1 para acceder a Internet CDPD. Especificaciones de la pantalla: Pantalla de alto contraste con iluminación, completamente gráfica, de 101 x 40 pixeles. Dos líneas para íconos y/o encabezados. Dimensiones (mm): Largo 130 mm, ancho 51 mm, grosor 20 mm (con batería ultradelgada) Peso: 173.6 g (con batería ultradelgada) Tipo de antena: Fija (30 mm) Lista de números marcados: Hasta 20 Lista de llamadas recibidas y/o perdidas: Hasta 40 Mensajes escritos: Hasta 12 mensajes con 150 caracteres c/u Directorio: Hasta 400 nombres con un solo número Reloj y fecha, Cronómetro, Identificación de llamada (<i>Caller ID</i>), Llamada en espera (<i>Call waiting</i>), Mensajes escritos (recepción únicamente) Alarma despertador (aun con el equipo apagado) 27 tonos de timbrado Maneja seis idiomas: Español, inglés, francés, portugués, ruso y hebreo.</p>		

*Precio más IVA (enero del 2001).



COMPAÑÍAS	EQUIPO	PRECIO*
IUSACELL	Vader Digital 8160	Iusacell Tu Tiempo Nuevo Milenio: -1er mes: Equipo: \$ 2,499 Renta mensual: \$ 139 Depósito: \$ 550 Total a pagar: \$ 3,188 -Meses restantes: Renta mensual: \$ 139 Renta de Internet Móvil 1: \$ 99 ó Móvil 2: \$ 139 + tiempo aire Delta: -1er mes: Equipo: \$ 0 Renta mensual: \$ 1,599 Depósito: \$ 2,800 Total a pagar: \$ 4,399 -Meses restantes: Renta mensual: \$ 1,599 Renta de Internet Móvil 1: \$ 99 ó Móvil 2: \$ 139 + tiempo aire
CARACTERÍSTICAS		
<p>Dimensión: 72 cm cúbicos Peso: 83 g Memoria: 99 memorias alfanuméricas con opción a almacenar cuatro números telefónicos en cada memoria. Nueve memorias de turbomarcado rápido. Características del equipo: Alerta Vibracall: El equipo vibra cuando entra una llamada, Pantalla gráfica de cristal líquido, Menú de acceso rápido, Botón inteligente, Micronavegador para Internet, Trabaja en modo digital y analógico, Identificador de llamadas (si la red lo permite), Servicio de mensajes cortos (si la red lo permite), Posibilidad de enviar y recibir datos en forma digital (si la red lo permite), Multilinguaje Características de la batería: Tiempo de conversación en CDMA: hasta 220 min., Tiempo en espera en CDMA: hasta 168 hrs. Accesorios incluidos: Estuche con clip para cinturón, Batería estándar, Cargador de viaje Accesorios adicionales: TrueSync software** que permite transferir datos entre una PC y el V. 8160 (se vende por separado), Batería de larga duración, Ahorrador/ cargador de batería para auto, Audifono- micrófono, Manos libres instalable para auto, Cargador de escritorio, Funda de piel</p>		

* Precio más IVA (enero del 2001).

** Cable para conectar su celular a la PC y conectarse a Internet de manera directa.



COMPAÑÍAS	EQUIPO	PRECIO*
IUSACELL**	Star Tac 7860	Iusacell Tu Tiempo Digital: -1er mes: Equipo: \$ 1,859 Renta mensual: \$ 139 Depósito: \$ 550 Total a pagar: \$ 2,548 -Meses restantes: Renta mensual: \$ 139 Renta de Internet Móvil 1: \$ 99 ó Móvil 2: \$ 139 + tiempo aire Delta: -1er mes: Equipo: \$ 0 Renta mensual: \$ 1,599 Depósito: \$ 2,800 Total a pagar: \$ 4,399 -Meses restantes: Renta mensual: \$ 1,599 Renta de Internet Móvil 1: \$ 99 ó Móvil 2: \$ 139 + tiempo aire
CARACTERÍSTICAS		
<p>Dimensión: 91 cm cúbicos Peso: 105 g Memoria: 99 memorias alfanuméricas con opción a almacenar cuatro números telefónicos por cada nombre, nueve memorias de turbomarcado. Características del equipo: Micronavegador para Internet, compatible con datos y fax, Botón inteligente para búsqueda en Internet y otras funciones, Acceso fácil a Identificador de llamadas, Correo de voz y Mensajes escritos, Conector para audifono, Indicador personal programable, Alerta vibratoria, Multilinguaje, Llamada prioritaria, Control de tonos: modalidad silenciosa, timbre o vibración, nueve tipos de timbres diferentes, Programación de tonos de mensajes y llamadas, Tonos para diferentes servicios Accesorios incluidos: Batería de alta capacidad, Cargador de viaje, Holdster para el cinturón Accesorios adicionales: Software Tru Sync para sincronización, Cable para conectar a la computadora, Clip-on manos libres, Clip-on organizador, Ahorrador/ cargador de batería para auto, Cargador de mesa, Batería delgada, Hands free portátil, Varias fundas y Portatéléfono Tiempo de conversación: En modo digital (CDMA): 225 min., En modo analógico: 90 hrs. Tiempo en espera: En modo digital (CDMA): 175 hrs., En modo analógico: 19 hrs.</p>		

*Precio más IVA (enero del 2001).

**Los precios de los equipos varían de acuerdo con el plan contratado, por eso sólo se tomaron en cuenta los planes más y menos costosos.

COMPAÑÍAS	EQUIPO	PRECIO*
IUSACELL	Samsung SCH-A 105	Iusacell Tu Tiempo Nuevo Milenio: -1er mes: Equipo: \$ 2,499 Renta mensual: \$ 139 Depósito: \$ 550 Total a pagar: \$ 3,188 -Meses restantes: Renta mensual: \$ 139 Renta de Internet Móvil 1: \$ 99 ó Móvil 2: \$ 139 + tiempo aire Delta: -1er mes: Equipo: \$ 0 Renta mensual: \$ 1,599 Depósito: \$ 2,800 Total a pagar: \$ 4,399 -Meses restantes: Renta mensual: \$ 1,599 Renta de Internet Móvil 1: \$ 99 ó Móvil 2: \$ 139 + tiempo aire
CARACTERÍSTICAS		
<p>Dimensiones: 8 x 4.2 x 2.35 cm Peso: 92 g Características del equipo: Pequeño y ligero, Marcado activado por voz (20 memorias), 230 posiciones para agenda telefónica, Cronómetro de llamada, Remarcado automático, Identificador de llamadas, Servicio de mensajes cortos (si la red lo permite), Agenda personal, Micronavegador para Internet, Cubierta activa de aluminio, Seguro programable, Función silencio (<i>mute</i>), 20 timbrados diferentes: 10 tonos + 10 melodías, Ring diferenciado, Grabadora de voz (cinco mensajes de un minuto), Juegos, Pantalla: 128 x 64 pixel gráfico Accesorios incluidos: Cargador de escritorio, Correa de mano, Batería estándar Accesorios adicionales: Batería de larga duración, Ahorrador/ cargador de batería para auto, Audifono- micrófono, Manos libres instalable para auto, Cargador de escritorio Tiempo de conversación: En modo digital (CDMA): hasta 170 min. con batería estándar, En modo analógico: hasta 75 min. con batería estándar Tiempo en espera: En modo digital (CDMA): hasta 150 hrs. con batería estándar, En modo analógico: hasta 15 hrs. con batería estándar.</p>		

* Precio más IVA (enero del 2001).

COMPAÑÍAS	EQUIPO	PRECIO*
IUSACELL	Samsung SCH 620	Iusacell Tu Tiempo Nuevo Milenio: -1er mes: Equipo: \$ 1,859 Renta mensual: \$ 139 Depósito: \$ 550 Total a pagar: \$ 2,548 -Meses restantes: Renta mensual: \$ 139 Renta de Internet Móvil 1: \$ 99 ó Móvil 2: \$ 139 + tiempo aire Delta: -1er mes: Equipo: \$ 0 Renta mensual: \$ 1,599 Depósito: \$ 2,800 Total a pagar: \$ 4,399 -Meses restantes: Renta mensual: \$ 1,599 Renta de Internet Móvil 1: \$ 99 ó Móvil 2: \$ 139 + tiempo aire
CARACTERÍSTICAS		
<p>Dimensiones: 10.5 x 4.5 x 2.07 cm Peso: 117 g (con batería estándar) Tiempo de conversación: En modo digital (CDMA): hasta 150 minutos, En modo analógico: hasta 65 minutos. Tiempo en espera: En modo digital (CDMA): hasta 75 horas, En modo analógico: hasta seis horas. Memoria: almacena 79 posiciones alfanuméricas y 20 de voz. Características del equipo: Diez tonos de timbre, Alerta vibratoria, Marcado activado por voz (20 memorias), Grabadora (hasta nueve mensajes de un minuto cada uno), Icono de correo de voz, Identificador de llamadas por timbrado específico, Pantalla de cinco líneas con iconos gráficos, Código de bloqueo programable, Bloqueo por límite de uso (entrada, salida, roaming), Flip activo, Teclado iluminado, Multilenguaje, Disponible en negro, plata, plata oscuro y beige dorado Accesorios incluidos: Batería estándar, Cargador de escritorio, Manual de usuario, Correa Accesorios adicionales: Batería de alta capacidad, Cargador de escritorio, Cargador de viaje, Ahorrador/ cargador para automóvil, Equipo de manos libres para automóvil, Audífono/ micrófono</p>		

*Precio más IVA (enero del 2001).



COMPAÑÍAS	EQUIPO	PRECIO*
PEGASO	Samsung 6100	\$ 1,999
CARACTERÍSTICAS		
<p>Características: Marcación por voz: 20 números en memoria, Grabadora de voz: cinco mensajes de un minuto, Calculadora, Alerta vibratoria, Acceso a Internet, Calendario con tareas programables, 250 números en memoria, Agenda multinumérica: seis números por nombre: Pantalla con cinco líneas con menú gráfico, Contador de llamadas/ cronómetro, nueve tipos de timbres y cuatro melodías, Recibe mensajes de voz, texto y red Especificaciones: Tamaño 10.4 x 4.5 x 2.1 cm; Tiempo de conversación: 3 hrs., Batería incluida estándar Litio-Ion, Tiempo en espera: siete días, Peso: 109 g, Tiempo de carga: 2 hrs., Cargador incluido de mesa, puerto dual, Incluye \$ 100 de tiempo aire</p>		

* Precio más IVA (enero del 2001).

COMPAÑÍAS	EQUIPO	PRECIO*
PEGASO	Sanyo SCP 4100	\$ 1,699
CARACTERÍSTICAS		
<p>Tamaño: 13.0 x 4.2 x 2.5 cm; Peso: 133 g; Batería de larga vida de Litio-Ion; Tiempo de conversación: hasta 3 hrs*; Tiempo de espera: hasta cinco días* (* Estos tiempos pueden variar de acuerdo con las condiciones de uso del equipo y la cobertura de la red); Listo para aplicaciones de Internet, Novedosa tecla de navegación con la que se accesa a todas las funciones del teléfono y se navega fácilmente por Internet*. (*Servicio de «Internet Pegaso» que se contrata por separado y está sujeto a disponibilidad), Directorio telefónico multinumérico (hasta siete números por nombre), Calculadora gráfica de fácil operación, Programación de instrucciones telefónicas (Puede hacer consultas en sistemas interactivos de voz, de manera instantánea, con sólo oprimir un botón) Otras funciones: Alerta vibratoria, Capacidad para almacenar 300 números en memoria, Historial de llamadas (entrantes, salientes y perdidas), un juego, cinco tipos de timbre y cinco tipos de melodía Servicios Pegaso disponibles: Identificador de llamadas, Correo de voz, Llamada en espera, Conferencia de tres a la vez, Transferencia de llamada Incluye: Teléfono digital Pegaso PCS, Batería estándar Litio-Ion, Cargador de viaje, Garantía, Manual del usuario, Guía de bienvenida del usuario, Accesorios adicionales dependiendo de la promoción Pegaso</p>		

* Precio más IVA (enero del 2001).

COMPAÑÍAS	EQUIPO	PRECIO*
PEGASO	QCP 1960	\$ 999
CARACTERÍSTICAS		
<p>Capacidad para 99 números en memoria, Preparado para insertarle una batería externa de mayor duración, cuatro opciones de idioma para la pantalla, Pantalla LCD grande de cinco líneas, Listo para navegar por Internet, cinco tipos de timbre, Contador de llamadas, Cronómetro Especificaciones: Tamaño 14 x 5.2 x 1.9 cm, Tiempo de conversación: 2.5 hrs., Batería interna de Litio-Ion, Tiempo de espera: 3 a 4 días, Peso: 126 g, Cargador de viaje incluido</p>		

* Precio más IVA (enero del 2001).

Servicios que ofrecen las compañías por plan

COMPañÍA	TELCEL***			
NOMBRE DEL PLAN	Paquete 1 (\$ 129):			
	Contenido 1 (\$ 49)	Contenido 2 (\$ 30)	Contenido 3 (\$ 30)	Contenido 4 (\$ 20)
SERVICIOS INCLUIDOS	Noticias y clima Eventos especiales Futbol soccer Sección Amarilla Bancos y finanzas (Bital, Inbursa, Banamex, Latins Stocks) Compras en línea (Sanborns) Entretenimiento (Horóscopos, restaurantes y cines) Servicios Telcel	Eventos especiales Premium Cines Premium Noticias Premium Loterías (Melate, Revancha, Tris, Lotería Nal., Zodíaco) Viajes (Hoteles, vuelos) Clasificados Tarjetas electrónicas Juegos (Black Jack, Ahorcado, Recuerda la secuencia, Adivina el número, Gato)	E-mail	Servicios personales Otros sitios mediotiempo.com

*** No cobran el tiempo aire mientras se navega. Se puede elegir individual o el paquete completo.

COMPañÍA	TELCEL***	
NOMBRE DEL PLAN	Paquete 2 (\$ 79):	
	Contenido 1	Contenido 2
SERVICIOS INCLUIDOS	Noticias y clima Eventos especiales Sección Amarilla Bancos y finanzas (Bital, Inbursa, Banamex, Latins Stocks) Compras en línea (Sanborns) Futbol soccer Entretenimiento (Horóscopos, cines, restaurantes) Servicios Telcel	Eventos especiales Premium Cines Premium Noticias Premium Loterías (Melate, Revancha, Tris, Lotería Nal., Zodíaco) Viajes (Hoteles, vuelos) Clasificados Tarjetas electrónicas Juegos (Black Jack, Ahorcado, Recuerda la secuencia, Adivina el número, Gato)

COMPañÍA	TELCEL***	
NOMBRE DEL PLAN	Paquete 3 (\$ 79):	
	Contenido 1	Contenido 3
SERVICIOS INCLUIDOS	Noticias y clima Eventos especiales Sección Amarilla Bancos y finanzas (Bital, Inbursa, Banamex, Latins Stocks) Compras en línea (Sanborns) Futbol soccer Entretenimiento (Horóscopos, cines, restaurantes) Servicios Telcel	E-mail

COMPañÍA	TELCEL***	
NOMBRE DEL PLAN	Paquete 4 (\$ 69):	
	Contenido 1	Contenido 4
SERVICIOS INCLUIDOS	Noticias y clima Eventos especiales Sección Amarilla Bancos y finanzas (Bital, Inbursa, Banamex, Latins Stocks) Compras en línea (Sanborns) Futbol soccer Entretenimiento (Horóscopos, cines, restaurantes) Servicios Telcel	Servicios personales Otros sitios mediotiempo.com

COMPañÍA	TELCEL***		
NOMBRE DEL PLAN	Paquete 5 (\$ 109):		
	Contenido 1	Contenido 2	Contenido 3
SERVICIOS INCLUIDOS	Noticias y clima Eventos especiales Sección Amarilla Bancos y finanzas (Bital, Inbursa, Banamex, Latins Stocks) Compras en línea (Sanborns) Futbol soccer Entretenimiento (Horóscopos, cines, restaurantes) Servicios Telcel	Eventos especiales Premium Cines Premium Noticias Premium Loterías (Melate, Revancha, Tris, Lotería Nal., Zodíaco) Viajes (Hoteles, vuelos) Clasificados Tarjeta electrónica Juegos (Black Jack, Ahorcado, Recuerda la secuencia, Adivina el número, Gato)	E-mail

COMPañÍA	TELCEL***		
NOMBRE DEL PLAN	Paquete 6 (\$ 99):		
	Contenido 1	Contenido 2	Contenido 3
SERVICIOS INCLUIDOS	Noticias y clima Eventos especiales Sección Amarilla Bancos y finanzas (Bital, Inbursa, Banamex, Latins Stocks) Compras en línea (Sanborns) Futbol soccer Entretenimiento (Horóscopos, cines, restaurantes) Servicios Telcel	Eventos especiales Cines Premium Noticias Premium Loterías (Melate, Revancha, Tris, Lotería Nal., Zodíaco) Viajes (Hoteles, vuelos) Clasificados Tarjeta electrónica Juegos (Black Jack, Ahorcado, Recuerda la secuencia, Adivina el número, Gato)	Servicios personales Otros sitios mediotiempo.com





COMPañIA	TELCEL***		
NOMBRE DEL PLAN	Paquete 7 (\$ 99):		
	Contenido 1	Contenido 3	Contenido 4
SERVICIOS INCLUIDOS	Noticias y clima Eventos especiales Sección Amarilla Bancos y finanzas (Bital, Inbursa, Banamex, Latins Stocks) Compras en línea (Sanborns) Futbol soccer Entretenimiento (Horóscopos, cines, restaurantes) Servicios Telcel	E-mail	Servicios personales Otros sitios mediotiempo.com

COMPañIA	TELCEL***			
NOMBRE DEL PLAN	Paquete 8 (\$ 129):			
	Contenido 1	Contenido 2	Contenido 3	Contenido 4
SERVICIOS INCLUIDOS	Noticias y clima Eventos especiales Sección Amarilla Bancos y finanzas (Bital, Inbursa, Banamex, Latins Stocks) Compras en línea (Sanborns) Futbol soccer Entretenimiento (Horóscopos, cines, restaurantes) Servicios Telcel	Eventos especiales Premium Cines Premium Noticias Premium Loterías (Melate, Revancha, Tris, Lotería Nal., Zodiaco) Viajes (Hoteles, vuelos) Clasificados Tarjeta electrónica Juegos (Black Jack, Ahorcado, Recuerda la secuencia, Adivina el número, Gato)	E-mail	Servicios personales Otros sitios mediotiempo.com

COMPañIA	IUSACEL
NOMBRE DEL PLAN	Internet Móvil 1 (acceso a Internet de una vía) (\$ 99) No se cobra el tiempo aire mientras se navega
SERVICIOS INCLUIDOS	El cliente sólo recibe información previamente seleccionada. Funciona con cualquier equipo Iusacell Digital. Disponible para paquetes «Nuevo Milenio» Los servicios son: Recepción de mensajes cortos por operadora e Internet (www.iusacell.com.mx). Envío de información de Internet previamente seleccionada en formato de texto (podrá elegir entre: noticias nacionales e internacionales, finanzas, entretenimiento, deportes u horóscopos). E-mail próximamente

COMPañIA	IUSACEL
NOMBRE DEL PLAN	Internet Móvil 2 (acceso a Internet de dos vías) (\$ 139) Cargo de tiempo aire por navegar. Aplican los minutos incluidos en su paquete contratado
SERVICIOS INCLUIDOS	Permite acceso inalámbrico desde el celular a varios servicios de información de Internet, tal como se usa desde una PC, incluso cuando se está en movimiento. Sólo disponible para paquetes digitales en cobertura CDMA. Consta de: Menús que permiten un fácil acceso y navegación en las categorías: Internet, e-mail, directorio, agenda, citas, favoritos y configurar; a su vez, estos menús se dividen en submenús. Recepción en segundos de la información que selecciona (nacionales: entretenimiento, finanzas, noticias, clima, deportes, salud, sorteos y juegos, horóscopos y vuelos; internacionales: portals, entertainment, financial, info- search, news, sports, travel, weather). Recepción de mensajes cortos por operadora.

COMPañIA	PEGASO
NOMBRE DEL PLAN	Único plan (sólo para renta mensual) Si cuenta con un plan mensual y el equipo requerido, el servicio de Internet es gratuito hasta que se establezca la red, ya que por el momento ha habido deficiencias en el sistema. No se cobra el tiempo aire mientras se navega.
SERVICIOS INCLUIDOS	Consta de: Mensajes de texto: permite enviar mensajes personales a otros usuarios de Pegaso desde su página o cualquier programa de correos y personalizar información que desee recibir en diferentes categorías (noticias, finanzas, horóscopos, estado del tiempo, deportes, etc.) Navegación en Internet: permite acceder al portal wau.com (e-mail, agenda, calendario, noticias, finanzas, cines, horóscopos, juegos, sorteos, favoritos, etc.), bancos (Ej. Banamex), información de su cuenta Pegaso, directorios de ayuda y más.

Otras formas de acceso a Internet móvil

Hoy en día, las empresas mantienen una cerrada competencia por ofrecer a sus usuarios teléfonos celulares de mayor alcance y diversas funciones, como agenda o pantalla digital; entre estos equipos se encuentran los Asistentes Personales Digitales (APD) como los Palms, que brindan servicios como: directorio, agenda, recepción de mensajes enviados por e-mail u otros equipos radiolocalizadores, cuyas marcas, tipos y precios son muy variados. En este trabajo sólo mencionamos los que han tenido mayor difusión a través de diversos medios de comunicación.

Características de los equipos que ofrece Movil@cces*

EQUIPO / PRECIO + IVA / CARACTERÍSTICAS	
Time Port	\$ 4,999
<ul style="list-style-type: none"> • Permite recibir mensajes enviados por e-mail, operadora u otros equipos PIC • Respuesta de mensajes a otros equipos PIC, e-mail y radiolocalizadores • Corrección automática de errores de mensajes • Respuestas preestablecidas • Confirmación de envío de e-mail y mensajes • Capacidad para recibir servicio de información personalizada de Internet • Acceso a páginas de Internet (con las que tengamos alianzas) • Capacidad para correr aplicaciones personalizadas • Cuaderno para notas y tareas • Recepción y reenvío de archivos a cualquier e-mail • Máximo 300 direcciones almacenables (nombre, tel., e-mail, etc.) • Directorio, agenda • Memoria de 4.5 MB • Puerto infrarrojo • Sincronización de datos • Pantalla de 15 líneas por 24 caracteres • Teclado Qwerty • Iluminación de pantalla y teclado • Color: Negro • Peso: 235 g • Utiliza baterías recargables • Tiene capacidad para bajar algunas imágenes 	

Recientemente, la empresa Movil@cces empezó a operar en nuestro país; esta compañía es resultado de la fusión de empresas internacionales como Motorola (que ofrece sus equipos), Glenayre (infraestructura y equipo), Arch Wireless Holdings (roaming internacional) y la propia Movil@cces, que proporciona el servicio de Comunicación Personal Interactiva (P. I. C.). Lo anterior implica que de forma interactiva, inalámbrica y multifuncional se tienen las siguientes posibilidades: estar en contacto en tiempo real, enlace total a través del envío y recepción de correos electrónicos, Internet móvil (accesar a algunos portales con quienes se tienen alianzas para recibir información específica de su interés, como entretenimiento, finanzas, viajes, clima, tráfico, noticias, roaming internacional), cobertura internacional y comercio electrónico, entre otras. Este servicio está dirigido a clientes corporativos, profesionistas, médicos, universitarios y consumidores de niveles socioeconómicos medio alto y alto.

EQUIPO / PRECIO + IVA / CARACTERÍSTICAS	
Talkabout T900	\$ 2,349
<ul style="list-style-type: none"> • Permite recibir mensajes enviados por e-mail, operadora u otros equipos PIC • Respuesta de mensajes a otros equipos PIC, e-mail y radiolocalizadores • Corrección automática de errores de mensajes • Respuestas preestablecidas • Confirmación de envío de e-mail y mensajes • Capacidad para recibir servicio de información personalizada de Internet • Máximo 250 direcciones almacenables (nombre, tel., e-mail, etc.) • Directorio, agenda • Memoria de 128 KB • Puerto infrarrojo • Pantalla de cuatro líneas por 20 caracteres • Teclado Qwerty • Iluminación de pantalla y teclado • Por el momento solamente en color negro • Peso: 128 g • Utiliza baterías AA 	

EQUIPO / PRECIO + IVA / CARACTERÍSTICAS	
Accesslink II	\$ 1,669
<ul style="list-style-type: none"> • El dispositivo interactivo más pequeño • Tiene el Puerto infrarrojo IRDA estándar de la industria que permite conectarse con otros dispositivos portátiles: Palm (III y V) • Permite recibir mensajes enviados por e-mail, operadora u otros equipos PIC • Respuesta de mensajes a otros equipos PIC, e-mail y radiolocalizadores • Corrección automática de errores de mensajes • Respuestas preestablecidas • Confirmación de envío de e-mail y mensajes • Capacidad para recibir servicio de información personalizada de Internet • Acceso a páginas de Internet (con las que tengamos alianzas) • Recepción y reenvío de archivos a cualquier e-mail • Máximo 150 direcciones almacenables (nombre, tel., e-mail, etc.) • Directorio, agenda • Memoria de 146 KB • Pantalla de 14 líneas por 20 caracteres • Teclado virtual • Iluminación de pantalla • Peso: 120 g • Utiliza baterías AA 	

Los planes que ofrece Movil@cces son:

Plan	Páginas de 80 caracteres	Tarifa*	Página adicional*
Light	315	\$ 385	\$ 2.50
Medium	625	\$ 440	\$ 2.50
Heavy	1, 250	\$ 600	\$ 2.50
Ultraheavy	2, 500	\$ 860	\$ 2.50
Premium	Ilimitado	\$ 1, 490	-----

* Tarifas de enero del 2001.

Nota: Debe tomar en cuenta que además del costo del plan deberá pagar el equipo seleccionado.

Su cobertura está contemplada en tres etapas:

- Primera etapa: Cd. de México y área metropolitana.
- Segunda etapa: Guadalajara y Monterrey
- Tercera etapa: Roaming internacional

Paquetes SkyCard Plus

Servicio		Duración de la tarjeta	Mensajes por operadora	Mensajes por Internet, voz, numéricos	Larga distancia sin costo
TARJETA DE \$ 100					
42-1	Regional Básico	1 mes	25	Ilimitados	No
42-2	Regional Plus	1 mes	20	Ilimitados	Sí
42-3	SkyCard / Protección	4 meses	-	-	-
TARJETA DE \$ 150					
61-1	Regional 3 Meses	3 meses	46	Ilimitados	No
61-2	Regional Básico	1 mes	58	Ilimitados	No
61-3	Regional Plus	1 mes	46	Ilimitados	Sí
61-5	SkyCard / Protección	6 meses	-	-	-
TARJETA DE \$ 185					
25-1	Regional Básico	1 mes	Ilimitados	Ilimitados	No

- Duración de la tarjeta o número de Mensajes por operadora, lo que ocurra primero.
- Los Mensajes por Internet, voz y numéricos caducan al término de la Duración de la tarjeta o los Mensajes por operadora, lo que ocurra primero.
- Tarifas de enero del 2001.

Servicios SkyCard Plus

SERVICIOS / DESCRIPCIÓN
<p>Servicio SkyMail</p> <ul style="list-style-type: none"> * Correo electrónico: Tendrá una cuenta de e-mail gratis y podrá recibir sus correos de forma ilimitada. * Directorio: Podrá almacenar los datos personales de familiares, clientes, proveedores, amigos, etc., y consultarlos en cualquier parte del mundo, desde cualquier terminal con acceso a Internet. * Agenda personal gratis: Podrá programar sus actividades, eventos, citas, etc., de manera que mediante mensajes ilimitados que usted programe puede recibir recordatorios en su equipo, en el día y hora que desee. * Tareas: Esta sección sirve para anotar las actividades pendientes por realizar, en orden de importancia. * Favoritos: Puede grabar sus direcciones preferidas en Internet para acceder rápidamente desde SkyMail. * Notas: Puede crear textos para consultarlos desde cualquier lugar y en cualquier momento a través de SkyMail.

SERVICIOS / DESCRIPCIÓN
<p>Servicios personalizados</p> <ul style="list-style-type: none"> * Desde la página de SkyTel envíe a su SkyCard Plus -de forma ilimitada- la información que elija de portales de Internet como SportsYa!, Cinenet (para recibir información acerca de la cartelera de cine en la ciudad de México) y otros, de acuerdo con sus gustos y necesidades, recibéndola el día y a la hora en que la haya solicitado. También puede recibir información vial en la ciudad de México por el grupo MeXT; información financiera por México Analytica y próximamente la cartelera teatral en la ciudad de México, noticias deportivas nacionales e internacionales, el clima, etc. * Dicha información aparecerá de acuerdo con la configuración que haya realizado, y podrá modificarla cuantas veces lo necesite sin ningún costo para suscriptores SkyTel en servicio tradicional.

* Zona Sureste: Villahermosa, Tabasco; Tuxtla Gutiérrez, Chiapas; Mérida, Yucatán; Cd. del Carmen, Campeche.
 Zona Centro: Querétaro, Estado de México, Morelos, Puebla, Guerrero.
 Zona Bajo: Jalisco, Michoacán, San Luis Potosí, Nayarit, Colima, Guanajuato, Aguascalientes.
 Zona Norte: Chihuahua, Coahuila, Nuevo León, Tamaulipas, Durango.
 Zona Pacífico: Ensenada, Baja California Norte; Hermosillo, Sonora; Culiacán, Sinaloa.

Otras compañías que ofrecen algunas opciones de Internet móvil o Internet inalámbrico son: SkyTel que comercializa el beeper SkyCard Plus y AMS®, y TelBip mediante su radiolocalizador. Las características de estos equipos son:

El SkyCard Plus es un sistema de comunicación a base de tarjetas, que se puede adquirir sin mayores trámites; tiene un costo de \$ 450 e incluye equipo y una tarjeta con un valor de \$ 100 (válido a enero del 2001 ó 20 mil equipos); servicio disponible y en venta sólo en el Distrito Federal.

SERVICIOS / DESCRIPCIÓN
<p>Mensajes por Internet ilimitados</p> <p>Los mensajes se envían accediendo a la página de SkyTel: www.skytel.com.mx</p>

SERVICIOS / DESCRIPCIÓN
<p>Roaming nacional</p> <p>Con una llamada puede recibir sus mensajes en cualquier ciudad de la república dentro de la cobertura de SkyTel* y es completamente gratis; recuerde que el equipo SkyCard Plus sólo se encuentra disponible en el D. F.</p>

SERVICIOS / DESCRIPCIÓN
<p>SkySOS- Asistencia vial gratis</p> <p>Al comprar el paquete SkyCard Plus o las tarjetas SkyCard recibe completamente gratis el servicio de SkySOS- Asistencia Vial, que incluye coordinación en el envío de grúa y ambulancia terrestre; coordinación en el envío de auxilio vial básico por ponchadura de neumáticos, falta de gasolina, etc.; beneficios de viaje como transferencia de fondos para servicio médico, localización y reenvío de equipajes, etc.; referencia de talleres mecánicos, asistencia médica y abogados; transmisión de mensajes urgentes.</p>

El paquete SkyCard Plus se adquiere en los centros de venta autorizados; para activar la tarjeta sólo se requiere hacer una llamada telefónica. Las tarjetas están a la venta en tiendas de autoservicio y centros comerciales, entre otros.

Por su parte, el AMS® es un sistema de comunicación inalámbrica bidireccional del tamaño de la palma de la mano que, sin la necesidad de un teléfono o de una computadora, permite crear y enviar mensajes desde su PIC (*Personal Interactive Communicator*) a cualquier lugar.

Servicios con los que cuenta AMS®

- Enviar y recibir e-mails.
 - Accesar a información detallada de Internet, como noticias, clima, restaurantes y mucho más (depende del modelo del equipo).
 - Comercio electrónico: compraventa de acciones (próximamente permitirá hacer reservaciones en líneas aéreas y otras operaciones más).
 - Recibir mensajes enviados desde otros equipos AMS®, por operadora y por Internet.
 - Enviar directamente mensajes a pagers y teléfonos celulares.
 - Funciones de organizador: agenda, directorio y pendientes (depende del modelo del equipo).
 - Sincronización de datos con PC.
 - Aplicaciones especiales (depende del modelo del equipo).
 - Aplicaciones verticales.
 - Telemetría, medición, control y automatización de procesos como: gas, agua, luz, seguridad en vivienda o automóvil, entre otras.
 - SkyLine (Servicios de Internet). Se pueden enviar mensajes por los siguientes medios: WEB, e-m@il, PIC A PIC, Operadoras, Centro de Mensajes y Skym@il.
 - La recuperación de mensajes se realiza a través de Internet o el Centro de Información a Clientes.
- El nivel del cobertura cuenta con tres clases de servicio:
- Completo (*Full Service*): Podrá enviar y recibir mensajes y tendrá acceso a todos los servicios que ofrece el sistema AMS®
 - Básico (*Basic Service*): Únicamente recibirá mensajes y no podrá enviar. Esta modalidad aplica para todos los servicios que involucren recepción de información.
 - Almacenamiento de mensajes (*Storing messages*): Indica que el dispositivo no envía ni recibe mensajes debido a que se encuentra fuera del área de cobertura. En cuanto el equipo entre de nuevo en cobertura (región 9), el sistema AMS® entrega los mensajes almacenados.

PRODUCTO
Talkabout T900®
CARACTERÍSTICAS
Protocolo: ReFLEX R50 y R25, Colores: Razberry Ice, Aqua Ice, Mystic Blue y Black Opaque, Dimensiones: 3.189 x 2.146 x 0.902 pulgadas, Peso: 128 g, Batería: AA alcalina, Tiempo de vida de la batería: 3 semanas, Teclado: Qwerty de 31 teclas, Pantalla: Optimax EL Electra Light, display de cuatro líneas de 20 caracteres, Memoria: 128 K
SERVICIOS
Enviar y recibir e-mails, Enviar mensajes a un pager SkyTel Tradicional, Verificar los resultados deportivos, información en línea, Envío de mensajes de dispositivo a dispositivo, Programación de 13 respuestas preestablecidas, Confirmación de envío de mensajes y correo, Capacidad para personalizar servicios de información, Directorio y agenda, Número máximo de contactos: 250, Iluminación de pantalla y teclado.

PRODUCTO
Timeport P935®
CARACTERÍSTICAS
Protocolo: ReFLEX R50 y R25, Colores: Negro y plateado, Dimensiones: 3.75 x 2.85 x 1.2 pulgadas, Peso: 235 g, Batería: 1 NiMH recargable, Tiempo de vida de la batería: una semana aproximadamente, Teclado: Qwerty de 49 teclas + disco, Pantalla: EL Blacklighting de nueve líneas de 29 caracteres, Capacidad para gráficos: Sí, Sistema Operativo: Wisdom OS 4.0, Memoria: 4.5 MB, Zoom: 12 pt, 20 pt, 25 pt.
SERVICIOS
Puede comunicarse con dispositivos de SkyTel Tradicional y equipos que cuenten con el sistema de AMS, Enviar y recibir e-mail, Cuenta con aplicaciones de negocios que le permitirán mayor productividad y estar siempre conectado, Programación de 16 respuestas preestablecidas, Confirmación de envío de mensajes y correo, Capacidad para personalizar servicios de información, Número de direcciones y contactos dinámico, Alertas disponibles 22 + personalizables, Encriptación de datos, Sincronización de datos, Iluminación de pantalla y teclado, Conectividad con Internet, Soporte para sincronización con PC v 4.0, Permite la instalación de nuevas aplicaciones, Alarma, directorio, memo, tareas.

PRODUCTO
AccessLink II®
CARACTERÍSTICAS
Protocolo: ReFLEX R50, Colores: Negro, Dimensiones: 3.2 x 2.2 x 0.75 pulgadas (8.0 x 5.5 x 1.9 cm). Es el pager bidireccional más pequeño del mercado, Peso: 235 g, Batería: Una de 1.5 AA alcalina, Tiempo de vida de la batería: más de 30 días, Puerto de comunicaciones: Infrarrojo (IrDA), Pantalla: Iluminación EL de cuatro líneas de 20 caracteres, Capacidad: 150,000 caracteres, Tamaño de mensajes: Envío 2,000 caracteres y recepción 10,000 caracteres, Memoria: 2 MB Flash + 2 MB SRAM = 4 MB
SERVICIOS
Este equipo puede comunicarse con los dispositivos Palm de 3Com®, Puede redactar sus e-mails y después enlazarse a su Accesslink II a través del puerto infrarrojo para que los envíe, Cuenta con libreta de direcciones para sus contactos, Basado en un sistema de folders que le permiten encontrar fácilmente sus contactos, Tipos de alarmas seleccionables, Garantía de mensajes entregados y corrección de los mismos.

Para tener el servicio se debe adquirir el equipo o dispositivo Motorola P930, pagando de contado \$ 4,100 o en 12 mensualidades de \$ 4,300 (de acuerdo con la paridad peso-dólar) y seleccionar el plan que más se adecue a sus necesidades; los planes son los siguientes:

Cuota de activación: \$ 110
 Cuota de seguro y mantenimiento: \$ 48
 Tarifa por llamada al Número 800 Personal: \$ 3
 Tarifa Roaming por cada mensaje de 100 caracteres recibido o enviado dentro del área: \$ 2.50
 El precio para el AMS2.0 Plus será el del plan elegido más una mensualidad adicional de \$ 50 para cobertura de una vía Regional y \$ 75 para Nacional.
 Cada mensaje enlatado (*canned response*) será facturado como un mensaje de 100 caracteres.
 Los MRA (opciones de respuesta para un mensaje específico) se cobrarán de la siguiente manera: el total de caracteres usados para texto principal y MRAs.
 Nota: Un carácter es una letra; por lo tanto 100 caracteres es un bloque de 100 letras.

Planes del sistema AMS Digital®

PLAN	NÚMERO DE MENSAJES (100 CARACTERES INCLUIDOS)	MENSAJE ADICIONAL VÍA ELECTRÓNICA	NÚMERO DE LLAMADAS A OPERADORA INCLUIDAS	MENSAJE ADICIONAL POR OPERADORA	RENTA MENSUAL
Plan 250	250	\$ 1	20	\$ 3	\$ 240
Plan 500	500	\$ 1	20	\$ 3	\$ 285
Plan 1000	1,000	\$ 1	20	\$ 3	\$ 425
Plan 2000	2,000	\$ 1	20	\$ 3	\$ 650

Así, por ejemplo, si usted desea adquirir el equipo de contado y contratar el plan 250 deberá pagar:

\$ 4,100	(equipo)
\$ 240	(renta)
+	\$ 48 (seguro y mantenimiento)
	\$ 110 (activación)
<hr/>	
\$ 4,498	más IVA (total)

Iusabeep

La compañía Iusacell, además de brindar el servicio de Internet móvil en telefonía celular, le ofrece el beeper Iusabeep con los siguientes servicios:

- Un mes de renta gratis en Paquete Directivo con cobertura a elegir.
- Mensajes ilimitados.
- Servicios de noticias.
- Internet móvil (e-mail: Recibe sus correos electrónicos en su pager, sin importar donde se encuentre, a través de www.alo.com; Mensajes de contenido: Recibe la información que desee, cuando y como la quiera; Envío de mensajes por Internet desde la página web de Iusacell o desde cualquier administrador de correo electrónico).
- Un mes gratis de la Revista Mundo Celular.
- Sin costo de activación.

Los paquetes con los que cuenta, de acuerdo con el equipo son:

Equipo: Memo Elite			
Paquete	12 meses	18 meses*	Renta
Directivo Local	\$ 499 + IVA	\$ 0	\$ 173 + IVA
Directivo Regional	\$ 499 + IVA	\$ 0	\$ 198 + IVA
Directivo Nacional	\$ 499 + IVA	\$ 0	\$ 252 + IVA
Equipo: Jazz			
Paquete	12 meses	18 meses*	Renta
Directivo Local	\$ 699 + IVA	\$ 299 + IVA	\$ 173 + IVA
Directivo Regional	\$ 699 + IVA	\$ 299 + IVA	\$ 173 + IVA
Directivo Nacional	\$ 699 + IVA	\$ 299 + IVA	\$ 173 + IVA
Equipo: Advisor Elite			
Paquete	12 meses	18 meses*	Renta
Directivo Local	\$ 1,099 + IVA	\$ 499 + IVA	\$ 173 + IVA
Directivo Regional	\$ 1,099 + IVA	\$ 499 + IVA	\$ 173 + IVA
Directivo Nacional	\$ 1,099 + IVA	\$ 499 + IVA	\$ 173 + IVA

* Incluye 18 meses sin costo de Seguro contra Robo y Mantenimiento.



Servicios y características de TelBip



Características	Características a través de Internet
Número directo (sin nip, ni clave adicional)	Puede elegir las noticias que desea recibir en su TelBip
Sin límite de mensajes	Puede enviar sus mensajes via Internet y via e-mail.
Sin rentas mensuales	Su equipo le permite recibir e-mails de su cuenta TelBip y/o Prodigy
Sin trámites ni requisitos de contratación	Obtiene gratis una cuenta de e-mail telbip.com.mx
Tarjetas prepagadas de servicio	Puede programar su Agenda de Mensajes
Cobertura Nacional e Internacional	Estatus y ampliación de Cobertura (Nacional o Internacional)
Activación inmediata, sólo basta con hacer una llamada	Con su número TelBip puede acceder a todos los servicios y aplicaciones de Internet de la compañía.
Recepción de mensajes express	
Identificador de llamadas	
Mensajes vía operadora	

TelBip

A partir de este año, a través de Internet TelBip ofrece a sus clientes nuevas aplicaciones, las cuales permiten tener acceso desde el radiolocalizador a información de Internet, como e-mails, noticias, etcétera.

El servicio numérico y alfanumérico de página TelBip ofrece cobertura nacional en las 35 principales ciudades de la República Mexicana.



Equipos y tarjetas de prepago de TelBip

EQUIPO		
Equipo Alfa Motorola Memo Elite Flex		
PRECIO SIN IVA INCLUIDO		
EQUIPO Y UN MES DE SERVICIO CON COBERTURA LOCAL	EQUIPO Y SEIS MESES DE SERVICIO CON COBERTURA LOCAL	EQUIPO Y 12 MESES DE SERVICIO CON COBERTURA LOCAL
\$ 499	\$ 1,100	\$ 1,549
CARACTERÍSTICAS		
Incluye: Batería, Manual de servicio, Manual del equipo contrato, Garantía del equipo Características: 18 caracteres por línea, Memoria: retiene hasta 16 mensajes personales o 2,000 caracteres; ocho alertas musicales, Alerta de bip corto o chirrido, Alerta de volumen creciente o Escalart, Alerta de vibración, Sin alerta, Opción para desactivar todas las alertas durante un período preestablecido (Tiempo silencioso), tres botones de operación: Botón de Modo, Botón de Selección y Botón de Lectura / Encendido, Indicador de mensajes recibidos, mensajes no leídos y mensajes duplicados, Sello de hora en que se recibió el mensaje, Borrador selectivo, Opción de borrar todos los mensajes, Bloqueo/desbloqueo de mensajes para evitar que sean borrados con la función borrar y borrar todo, y reemplazados cuando la memoria esté llena; Bloqueo de hasta ocho mensajes, Muestra fecha y hora, tres alarmas programables, cuatro modos de lectura (velocidad), Pantalla Holográfica Optimax EL, que permite una mejor lectura; Iluminación de fondo, Tecnología Flex, que alarga la duración de la batería y mejora la recepción de los mensajes; Batería alcalina tamaño AAA; Vida máxima de la batería: hasta cuatro meses, dependiendo de las condiciones de uso a las que se someta el equipo. Duración de la batería, recibiendo dos mensajes de radiolocalización por día, 60 días; Indicador de batería descargada, Retención de la memoria al estar apagado o al cambiar la batería, Holdster protector o cartuchera		

EQUIPO		
Equipo Alfa Motorola Jazz Flex		
PRECIO SIN IVA INCLUIDO		
EQUIPO Y UN MES DE SERVICIO CON COBERTURA LOCAL	EQUIPO Y SEIS MESES DE SERVICIO CON COBERTURA LOCAL	EQUIPO Y 12 MESES DE SERVICIO CON COBERTURA LOCAL
\$ 699	\$ 1,299	\$ 1,799
CARACTERÍSTICAS		
Incluye: Batería, Manual de servicio, Manual del equipo contrato, Garantía del equipo Características: Color: negro, Tamaño: 60 x 38 x 19 mm, Pantalla de una línea de lectura, 14 caracteres por línea, Memoria: retiene hasta 16 mensajes personales o 2,200 caracteres; nueve alertas musicales, Alerta de bip corto o chirrido, Alerta de volumen creciente o gradual, Alerta de vibración sin alerta, tres botones de operación: Botón de Modo, Botón de Selección y Botón de Lectura / Encendido, Indicador de mensajes recibidos, mensajes no leídos y mensajes duplicados, Sello de fecha y hora en que se recibió el mensaje, Borrador selectivo, Opción de borrar todos los mensajes, Bloqueo/desbloqueo de mensajes para evitar que sean borrados con la función borrar y borrar todo, y reemplazados cuando la memoria esté llena; Bloqueo de hasta ocho mensajes, Muestra fecha y hora, tres tipos de alarmas programables: Recordatoria, permite ajustar un recordatorio que venza en 60 minutos o menos, General, para alertar a diario o en una sola ocasión; tres alarmas de Evento, un mensaje especial aparecerá cuando se active la alarma y el equipo alerte, cuatro modos de lectura (velocidad), Directorio telefónico con capacidad para diez registros, cada uno con nombre, su correspondiente número telefónico y una alerta especial, tiene la opción de incluir un TelBip Express mientras se lee. Cuando se recibe un número telefónico que coincide con alguno del directorio aparece su respectivo nombre antes del número, Pantalla Holográfica Optimax EL que permite una mejor lectura, Iluminación de fondo, Tecnología Flex que alarga la duración de la batería y mejora la recepción de los mensajes; Batería alcalina tamaño AAA, Vida máxima de la batería: hasta cuatro meses, dependiendo de las condiciones de uso a las que se someta el equipo. Duración de la batería, recibiendo dos mensajes de radiolocalización por día: 60 días, Indicador de batería descargada, Retención de la memoria al estar apagado o al cambiar la batería, Holdster protector o cartuchera		

Tarifas de enero del 2001.

Equipos y tarjetas de prepago de TelBip (Continuación)



TARJETAS DE PREPAGO	PRECIO SIN IVA INCLUIDO
Tarjeta de servicio local	\$ 100
CARACTERÍSTICAS	
Esta tarjeta le ofrece los siguientes servicios: *Un mes de servicio con Cobertura local para tu TelBip Alfanumérico. *Cobertura sólo en la zona que usted elija *Sin límite de mensajes	

TARJETAS DE PREPAGO	PRECIO SIN IVA INCLUIDO
Tarjeta loker de servicios adicionales	\$ 100
CARACTERÍSTICAS	
Con esta tarjeta puede elegir cualquiera de los siguientes servicios adicionales (uno por tarjeta): Ampliación de Cobertura Nacional por un mes: Incluye un mes de Cobertura Nacional en las 35 principales ciudades de la República Mexicana, sin límite de mensajes; 50 mensajes de servicio alfanumérico con Cobertura Local: Incluye 50 mensajes con Cobertura Local o dos meses para consumirlos (lo que ocurra primero); Dos meses de servicio numérico con opción a Cobertura Nacional: Incluye dos meses de servicio numérico con Cobertura Nacional, notificando al Centro de Atención a Clientes cada vez que desee cambiar de ciudad; Sin límite de mensajes: Ampliación de Cobertura Internacional (Incluye 15 mensajes Internacionales y/o tres meses para consumirlos, lo que ocurra primero); Deberá notificar al Centro de Atención a Clientes, o a través de nuestra página los lugares y las fechas que requiere; Cuatro meses de seguro: Su TelBip queda asegurado por cuatro meses en los siguientes casos: Robo con violencia, Daños materiales: Cubre daños accidentales e imprevistos de su equipo. En ambos casos tendrá que pagar un deducible del 25 por ciento y un porcentaje de depreciación. Seguro de vida por accidente: Cobertura por muerte accidental por \$ 10,000 para el suscriptor. Emergencia médica: En caso de que usted o sus dependientes económicos requieran del servicio de una ambulancia en su domicilio, será enviada sin costo para trasladarlo al hospital más cercano (deducible \$ 150). Nota: Los seguros aplican de acuerdo con las condiciones generales contratadas por Buscatel.	

Tarifas de enero del 2001.

Para contratar TelBip puede adquirir su equipo en diversos puntos de venta, o bien, activarlo desde su página web TelBip. Para renovar el servicio y/o adquirir cobertura nacional, internacional o un seguro, debe adquirir la tarjeta prepagada del servicio con cualquiera de sus distribuidores. Las coberturas son las siguientes:

Cobertura Nacional								
1 Tijuana Mexicali Ensenada	2 Culiacán Mazatlán Hermosillo	3 Monterrey Saltillo Reynosa Tampico Matamoros Torreón	4 Ciudad Juárez Chihuahua Durango Torreón	5 Guadalajara Puerto Vallarta Aguascalientes Morelia León	6 San Luis Potosí Querétaro Celaya Irapuato León	7 D.F. Cuernavaca Toluca Acapulco Puebla	8 Veracruz Jalapa Coatzacoalcos Puebla Villahermosa	9 Mérida Cancún
Cobertura Internacional								
Estados Unidos, Canadá, El Salvador, Guatemala, Panamá, Nicaragua (próximamente), Bahamas, Costa Rica, Puerto Rico, Rep. Dominicana, Trinidad y Tobago, Haití, Islas Caimán, Islas Vírgenes, Colombia, Perú (próximamente), Brasil (próximamente) y Venezuela, entre otros.								

@NetBeep

La página web de la compañía @NetBeep proporciona diversos servicios e información a sus usuarios, quienes podrán recibirla de manera gratuita en su radiolocalizador en el horario y fecha que elijan.

Los servicios que ofrece se describen a continuación:
 - Al llegar un mensaje a su correo electrónico si-

multáneamente recibe el texto en su radiolocalizador.

- Envío y recepción de mensajes e información desde la página de NetBeep (horóscopos, noticias, etcétera) o desde cualquier servicio de correo electrónico sin importar quién sea su proveedor.

- Recepción de mensajes en el buzón, los cuales puede recuperar el usuario de forma confidencial y segura.
- Programación y recordatorio automatizado de citas -agenda personal automática-, que puede organizar en cualquier momento y desde cualquier teléfono de tonos.
- Consultas de la vigencia de su servicio vía telefónica.
- Servicio de despertador automático programable por días o periodos.
- Permite saber quién está tratando de comunicarse con usted, además podrá enviarle un mensaje (requiere servicios digitales contratados con Telmex).

Características y costo del equipo

EQUIPO/CARACTERÍSTICAS/PRECIO DE LISTA CON IVA INCLUIDO
<p>MessageMaker Nec Companion / Cuatro líneas alfanuméricas, Se opera sólo con tres botones, Capacidad de 32 mensajes, Alarma y hora, Mensajes personalizados, Iluminación automática, Variedad de alertas, Especificaciones, Marca la fecha y hora en que se recibió el mensaje, Guarda 23,040 caracteres</p>
<p>\$ 500 Condición: un mes adelantado Cortesía: un mes</p>
<p>Memo Elite / Caracteres por línea: 18, Pantalla con iluminación lateral, Batería AAA, Mensajes personales hasta 16, Dirección personal hasta seis, Servicios hasta cinco, Caracteres: 2,000, Graba fecha y hora, Cristalizado/ Sintetizado, Tiempo privado, Lenguaje de transmisión POCSAG FLEX, Reloj, Vibrador, Alertas musicales, Permite borrar todo, Protege mensajes, Mensaje duplicado, Alarma programable, Retiene memoria</p>
<p>\$ 549 (si se desea sólo el aparato sin servicios: \$ 429) Cortesía: un mes de servicio</p>
<p>Jazz / Caracteres por línea: 14, Pantalla Optimax, Batería AAA, Mensajes personales hasta 16, Dirección personal hasta seis, Servicios hasta cinco, Caracteres: 2,200, Cristalizado/ Sintetizado, Encendido automático, Lenguaje de transmisión FLEX, Reloj, Vibrador, Alertas musicales, Borrar todo, Proteger mensajes, Mensaje duplicado, Alarma programable I, Retiene memoria.</p>
<p>\$ 1,430 Condición: un mes adelantado Cortesía: dos meses</p>
<p>Memo Express II Caracteres por línea: 18, Batería AAA, Mensajes personales, Caracteres: 1,200, Fecha y hora, Cristalizado/ Sintetizado, Lenguaje de transmisión FLEX, Reloj, Vibrador, Alertas musicales, Borrar todo, Proteger mensajes, Mensaje duplicado.</p>
<p>\$ 249 Cortesía: un mes</p>

Nota: Existen otros modelos que también reciben mensajes de Internet: T-350 (\$ 499) y Advisor Classic (\$ 199) con un mes de servicio gratis sin límite de mensajes.
Tarifas de enero del 2001.

- Grabar su propio mensaje de contestación, personalizando así su centro de mensajes.
- Enviar un mensaje a un grupo de usuarios NetBeep.
- Recibir noticias, promociones e información general de la localidad, el país y el mundo.
- Cuenta con un número telefónico personal y privado que le permite ingresar a su centro personal de mensajes, en forma confidencial y sin intermediarios.
- Recuperar sus mensajes directamente desde Internet o a través de su correo electrónico con una antigüedad desde 72 horas.
- Escuchar los mensajes de su buzón confidencial desde cualquier teléfono.

Los equipos y características que ofrecen son:

En todos los equipos la renta es:

Mensual: \$ 120 (IVA incluido) sin límite de mensajes.

Anual: \$ 1,322.50 (IVA incluido) sin límite de mensajes.



Palms

Las Palms arribaron al mercado en 1996, como las primeras computadoras de mano que permitían el acceso instantáneo y permanente a su agenda, números telefónicos, lista de tareas pendientes y otra información relevante. Posteriormente, en 1999 se lanzó el servicio inalámbrico Palm.Net (a través del dispositivo Palm VII handheld) que hacía posible el acceso a Internet sin necesidad de módem ni líneas telefónicas. Sus funciones principales son la administración y el suministro de la información, bajo las características de sencillez, transportabilidad y contacto permanente.

Palms en el mercado

EQUIPO/CARACTERÍSTICAS/PRECIO APROXIMADO

Palm V /

Funda ultraligera en aluminio pulido anodizado, Peso y tamaño: 4.7" x 3.2" x 7.6 oz., Cubierta en cuero repujado para la pantalla, Permite el acceso instantáneo a información importante: agenda del día, agenda de direcciones, lista de trabajos pendientes, calculadora, seguridad, juegos, aplicaciones de correo electrónico, control de gastos y sincronización con su ordenador de escritorio (con sólo pulsar un botón); Baterías de iones de litio de larga duración, recargables en pocos minutos mediante el soporte HotSync® que les permiten obtener una total autonomía de hasta un mes; Pantalla de alta resolución; Tecnología de pantalla LCD y retroiluminación con una nitidez excepcional; Capacidad de almacenamiento: Permite almacenar hasta 6,000 direcciones, cinco años de citas, 1,500 trabajos pendientes, 1,500 notas y 200 mensajes de correo electrónico; Tiene tres formas sencillas de introducir datos: utilizando el bolígrafo, el teclado de la pantalla o el teclado de su PC, El correo electrónico portátil funciona con las principales aplicaciones de correo electrónico: Qualcomm Eudora, Lotus cc:Mail, Microsoft Exchange, Outlook, Express y Microsoft Windows Messaging; Está preparado para Internet e incluye el software TCP/IP para habilitar funciones de sincronización remota y aplicaciones basadas en Internet, como el correo electrónico directo por Internet y la navegación por la web, Alarma incorporada para recordarle las citas programadas, Permite organizar los enlaces con Microsoft Outlook, Symantec ACT! y el resto de gestores personales de información más conocidos del mercado, Sistema Operativo: Plataforma Palm Computing con sistema operativo Palm OS 3.1 con nueva capacidad para sincronización con redes. El software HotSync® de Palm Computing de 3Com está integrado en la instalación de escritorio de Palm y en la propia agenda, que permite tener acceso remoto y actualizar archivos almacenados en la PC. Requerimientos del sistema: Máquina con procesador 486 o mayor, compatible con IBM, Windows 95/98, Windows NT 4.0, Memoria RAM de 8 MB mínimo (se recomiendan 16 MB), un puerto serial, un ratón, 12 MB disponibles en el disco duro y drive para CD-ROM.

Sanborns: \$ 4,199

Office Max: \$ 3,499 (IVA incluido)

Tarifas de enero del 2001



De forma sencilla y rápida -con sólo seleccionar un icono- permite la búsqueda de información; por ejemplo, al pulsar el de la agenda electrónica podrá saber qué compromisos tiene y con sólo tocar la barra de desplazamiento, las actividades pendientes.

Esta clase de dispositivos de mano puede llevarlos siempre con usted para tener en todo momento la información que necesita, en un equipo liviano y pequeño para el bolsillo o la cartera.

Por su parte, el contacto permanente permite simplificar el acceso a la información, sin importar en dónde estén almacenados sus datos (el escritorio, el servidor de la empresa, el hogar o la web).

EQUIPO/CARACTERÍSTICAS/PRECIO APROXIMADO

Palm III /

Totalmente portátil: mide 11.9 cm de altura y pesa 168 g. Ofrece larga duración de la batería. Pantalla de cristal líquido con mayor contraste y claridad, que reduce los reflejos en la pantalla si el usuario se encuentra bajo la luz solar brillante y permite ver más fácilmente la pantalla en interiores oscuros, Equipada con 2 MB que permiten almacenar aproximadamente 6,000 direcciones, cinco años de citas, 1,500 memorándums, 200 mensajes de correo electrónico y un gran número de aplicaciones, Plataforma Palm Computing con sistema operativo Palm OS 3.1 con nueva capacidad para sincronización con redes. El software HotSync® de Palm Computing de 3Com está integrado en la instalación de escritorio de Palm y en la propia agenda, que permite tener acceso remoto y actualiza archivos almacenados en la PC, Incluye un enlace o "conexión" que permite la sincronización con Outlook de Microsoft, Lotus Notes, Symantec ACT!, Lotus Organizer, Starfish Sidekick y muchos otros programas. Requerimientos del sistema: Máquina con procesador 486 o mayor, compatible con IBM, Windows 95/98, Windows NT 4.0, Memoria RAM de 8 MB mínimo (se recomiendan 16 MB), un puerto serial, un ratón, 12 MB disponibles en el disco duro y drive para CD-ROM.

Palm: \$ 2,930 (IVA incluido)

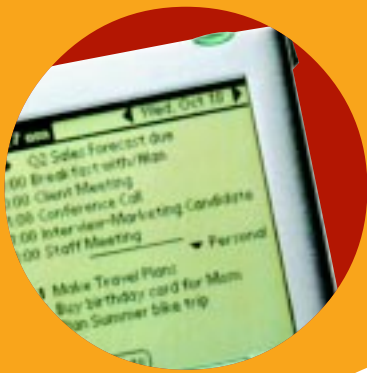
Palm IIIx /

Permite acceder inmediatamente a toda su información importante, lo cual le permite estar al corriente en todo momento; Tiene acceso a: agenda del día, agenda de direcciones, lista de trabajos pendientes, control de gastos, notas y aplicaciones de correo electrónico, Su memoria ampliable le proporciona una enorme flexibilidad al archivar notas o correo electrónico, e incluso para el uso de nuevas aplicaciones o juegos, Cuenta con una pantalla de cristal líquido con mayor contraste y claridad, que reduce los reflejos en la pantalla si el usuario se encuentra bajo la luz solar brillante y permite ver más fácilmente la pantalla en interiores oscuros, Capacidad de almacenamiento: Equipada con 4 MB (es la de mayor capacidad de la familia de las Palm III). Su memoria flexible permite almacenar hasta 12,000 direcciones, cinco años de citas, 3,000 trabajos pendientes, 3,000 notas y 400 mensajes de correo electrónico. Usted puede añadir capacidad de memoria para aplicaciones personales y profesionales, Intercambiar datos con su PC con sólo pulsar un botón: elimina las entradas de datos repetidas y garantiza la seguridad de la información importante, Sistema Operativo: Plataforma Palm Computing con sistema operativo Palm OS 3.1 con nueva capacidad para sincronización con redes. El software HotSync® de Palm Computing de 3Com está integrado en la instalación de escritorio de Palm y en la propia agenda, lo cual permite tener acceso remoto y actualizar archivos almacenados en la PC. También incluye un enlace "conexión" que brinda la sincronización con Outlook de Microsoft, Lotus Notes, Symantec ACT!, Lotus Organizer, Starfish Sidekick y muchos otros programas. Requerimientos del sistema: Máquina con procesador 486 o mayor, compatible con IBM, Windows 95/98, Windows NT 4.0, Memoria RAM de 8 MB mínimo (se recomiendan 16 MB), un puerto serial, un ratón, 12 MB disponibles en el disco duro y drive para CD-ROM.

Palm: \$ 2,820 (IVA incluido)

Office Max: \$ 1,999 (IVA incluido)

Tarifas de enero del 2001.



EQUIPO/CARACTERÍSTICAS/PRECIO APROXIMADO

Palm IIIe /
Pantalla de alta resolución: Pantalla de cristal líquido con mayor contraste y claridad, Capacidad de almacenamiento: Permite almacenar aproximadamente 6,000 direcciones, cinco años de citas, 1,500 memorándums, 200 mensajes de correo electrónico y un gran número de aplicaciones. Se considera ideal para usuarios que comienzan a utilizar productos de la línea Palm (estudiantes, padres de familia, profesionistas y público en general), Libro de fechas, agenda, directorio, etc., Mide: 4.7" x 3.2" x 0.7 Hot Sync Cradle.

Palm: \$ 1,910 (IVA incluido)
Office Max: \$ 1,699 (IVA incluido)

Palm IIIc /
Medida y Peso: 5.06" x 3.17" x 0.67"; 6.8 oz., Capacidad de 8 MB, que le permite tener aproximadamente 10,000 direcciones, cinco años de citas, 3,000 tareas pendientes, 3,000 memos y 400 e-mail, Matriz activa TFT, Pantalla Backlit Color Tft alto contraste, Sensor infrarrojo, Visualizador de imágenes, Aplicaciones: libro de citas, agenda de direcciones, correo, traductor, juegos, diccionarios, To Do List, Memo Pad, calculadora, seguridad, Hot Sync Software, graficador; Incluye: Conexión para Palm III C, Synchronizing Hot Sync para conexión y recarga de batería, Metal Stylus, Software para Palm Desktop, guía de funcionamiento, batería recargable, adaptador Db-25 compatible con Macintosh, LED indicador de carga, Batería de Litio-Ion recargable

Sanborns: \$ 5,879 (IVA incluido)
Compuprice: \$ 4,500 + IVA
Office Depot: \$ 3,899 (IVA incluido)
Office Max: \$ 3,399 (IVA incluido)

Palm M 100 /
2 MB de memoria: Almacena cerca de 6,000 direcciones, cinco años de citas, 1,500 tareas pendientes, notas y memos, Cuenta con: bloc de notas que permite al usuario crear de manera virtual notas autoadheribles con su propia letra directamente en la pantalla, reloj despertador, cronómetro, directorio telefónico, agenda y calculadora, Multilinguaje (italiano, alemán, francés, inglés y español), Utiliza dos baterías alcalinas AAA que rinden hasta dos meses. Personalización a través de cubiertas intercambiables (opcionales), Salvaguarda sus datos (podrá intercambiar datos y realizar copias de seguridad con un solo toque), Fácil acceso a la información de Internet (descargar información de Internet), Puerto infrarrojo de comunicación.

Palm: \$ 1,799 (IVA incluido)
Compuprice: \$ 2,100
Office Depot y Sanborns: \$ 1,799 (IVA incluido)
Office Max: \$ 3,899 (IVA incluido)

Tarifas de enero del 2001.

EQUIPO/CARACTERÍSTICAS/PRECIO APROXIMADO

Handspring Visor Solo (color grafito)/
Mide 4.8" x 3.0" x 0.7", Tiene 2 MB de memoria para guardar aproximadamente 6,000 direcciones, cinco años de citas (3,000 aprox.); 1,500 memos, 200 mensajes de correo, Comunicación infrarrojo, Micrófono incorporado, Sistema Operativo Palm OS Hotsync, Incluye: Soporte de correo para Qualcomm Eudora, Lotus Cc:Mail y Microsoft Outlook / Outlook Express / Exchange, Se le pueden añadir módulos de: Pager Modem MP3, Music Player, Control Remoto Universal, Memory Card y Game Pack

Sanborns: \$ 2,199

Palm Vx /
Mide 11.5 x 7.7 cm y pesa 115 g. Tiene 8 MB de memoria: almacena aproximadamente 10,000 direcciones, cinco años de citas (3,000 aprox.), 3,000 tareas, 3,000 memorandos, 400 mensajes de correo electrónico, además tiene mucho espacio para aplicaciones adicionales, Sin problemas de pilas, Administra: agenda, direcciones, lista de tareas y bloc de notas, correo, gastos, calculadora, seguridad y juegos; Incluye: Lápiz óptico, Manual, Adaptador Db-5, +D30, recargador de baterías, sincronización HotSync, manual del organizador Palm V, guía de inicio, batería recargable de iones de litio (interna), Cubierta de protección de cuero, Pantalla retroiluminada, Sistema infrarrojo para transmitir aplicaciones, Enlace con Microsoft Outlook y AvantGo Software Web Channel Manager. Software Palm OS v 3.5 Software del organizador Palm Desktop.

Office Max: \$ 4,799
Sanborns: \$ 4,999
Sam's Club: \$ 4,249 (IVA incluido)
Compuprice: \$ 3,799 hasta agotar existencias.
Office Depot: \$ 4,799

Pocket PC Jornada 545 Hewlett Packard /
Sincronización con PC, Puede navegar por Internet desde cualquier parte, Revisa documentos en "Pocket Word y Excel"; Sistema Operativo Microsoft Windows para Pocket PC, Tiene tarjeta de sonido para escuchar música MP3 y WMA, Rápido procesador de 32 bits, 16 MB, Pantalla brillante retroiluminada de 4,096 colores, Sonido estéreo con calidad CD y sincronización USB o serial, Incluye: Word, Excel, Outlook, Active Sync, Internet Explorer, Windows Media Player, Reader, Money, Streets; aplicaciones exclusivas Hp: Parámetros, respaldos, botones para juegos y seguridad, Accesorios: Ac Adapter y conexión USB, guía rápida de inicio, usuario y accesorios, batería recargable "Lithium-Ion", CD-ROM HP Jornada, Microsoft Windows para Pocket PC, CD ROM, Microsoft Outlook 2000

Office Max: \$ 6,449 (IVA incluido)
Sam's Club: \$ 5,685
Sanborns: \$ 6,779

Tarifas de enero del 2001.

Respecto a navegar por Internet en una Palm o recibir información de la red, debe tomar en cuenta que cuando baja un canal (sitio) a su equipo se lleva todos los niveles que el canal tiene; sin embargo existen ligas que están alojadas en otro sitio, por lo que al momento de querer bajarlas le puede pedir una conexión.

EQUIPO/CARACTERÍSTICAS / PRECIO APROXIMADO

Palm Compaq Aero 1520
Pesa 0.14 kg (5.2 onzas) y mide 13.0 x 7.9 x 1.3 cm (5.13 x 3.11 x 0.5 pulg.), Área de visualización de 6 cm (2.4 pulg.) de ancho por 8 cm (3.2 pulg.) de alto, Pantalla antirreflejos con 16 tonos de gris y resolución de 240 x 320 para imágenes vividas, Pantalla STN LCD sensible al tacto o al lápiz electrónico, Dos opciones de iluminación (luz posterior alta o baja) y control de contraste exclusivo de Compaq.

Operación con una mano (botones de dial o acción que permiten desplazarse en menús o listas), Alarma incluida con dos opciones (auditiva o LED intermitente), Cuatro botones programables para aplicaciones que permiten iniciar programas de uso frecuente y los juegos de video favoritos, Micrófono incluido. Uso instantáneo con el toque de un botón, Altavoz incluido para salida de audio con o sin auriculares, Conector externo para el micrófono, El encendido instantáneo ofrece acceso inmediato a la información, Inicio instantáneo que permite verificar el estado de los pedidos, revisar las especificaciones de productos y realizar otras tareas específicas, La vida útil estándar de la batería de iones de litio es de hasta 14 horas (depende del uso que se le dé, la configuración de la computadora y el patrón de uso), Una pequeña batería CR2032 de respaldo guarda la información de manera segura hasta dos semanas después de que se agoten las baterías principales, La recarga de las baterías es fácil y cómoda gracias al soporte de acoplamiento o el adaptador de CA, Potente procesador RISC basado en MIPS a 70 MHz, óptimo para PC de bolsillo; además RAM EDO de 16 MB, ROM de 16 MB, Ranura para tarjeta CF que admite tarjetas CF inalámbricas, opciones de memoria CF que permiten almacenar aplicaciones en memoria no volátil a fin de que siempre estén disponibles, Varios métodos para el ingreso de información, Puerto infrarrojo, entrada/salida de audio y micrófono incorporado, Admite memoria CF, módem, LAN, serie, código de barras, E/S, Microsoft Windows CE 2.11 y Microsoft ActiveSync 3.0 con servicios CE, Tiene agenda, contactos, tareas, grabadora de voz, libreta de apuntes, explorador de web, calculadora, solitario, buzón de correo electrónico, Qmenu, File Explorer, Picture Viewer, AudiblePlayer, Pocket Asset Manager, guía de referencia, CoolCalc, Inso QuickView Plus, VCA Finance, Image Expert, AudibleManager, Aplicación Utilities para administración de programas. Requerimientos: Windows CE, Monocromática 2.4" 3.2" CTFT, STN 320 x 240.

Compuprice: \$ 3,900 + IVA

Tarifas de enero del 2001.

EQUIPO/CARACTERÍSTICAS/PRECIO APROXIMADO

Palm IIIxE / Memoria de 8 MB, Incluye aplicaciones de: agenda hasta cinco años de citas, directorio hasta 10,000 registros, 3,000 tareas por hacer y 400 mensajes de e-mail; Comunicación a través de puerto infrarrojo, Trabaja con dos baterías AAA.

Office Depot: \$ 2,566
Office Max: \$ 2,799 (IVA incluido)

Pocket PC Aero 1550 (Compaq)/ Peso: aproximadamente 143 g incluyendo la batería, Permite leer, editar y crear archivos adjuntos (attachments en e-mail) utilizando Pocket Word y Excel, Procesador RISC CPU en NEC MIPS de 70 MHz, 16 MB de memoria RAM: Le permite ejecutar más programas de software al mismo tiempo; además 16 MB ROM para almacenamiento de funcionalidad del sistema; Botones diseñados especialmente para que encuentre y ejecute cómodamente toda la información que usted necesita con una sola mano: cinco botones frontales y tres laterales; Display monocromático que le proporciona imágenes más reales sin reflejos; Resolución 240 x 320; Dos tipos de alarmas de sonido, Windows® Pocket PC: El sistema operativo hace que sus programas de software y su hardware trabajen juntos, Micrófono y bocinas integradas que le permiten poner música MP3 o programas de audio para oír mensajes. AudiblePlayer para bajar programas de www.audible.com, Batería recargable lithium ion de 600 mah que le proporciona hasta 14 horas de uso. Ranura para Tarjeta Tipo Estándar I para el uso de CompactFlash, Puerto infrarrojo IrDA estándar, 115 KB por segundo; Compaq flash card 20 MB que permite extenderle la memoria, Puede incluir el V90 CF módem: El fax módem es para quienes requieran acceso a información crítica y correo electrónico, aun estando fuera de su casa u oficina; Mide 13.0 de alto x 7.9 de ancho x 1.3 cm de grueso.

Office Max: \$ 4,289 (IVA incluido)

Tarifas de enero del 2001.



Si usted quiere navegar en línea, requiere una conexión o un módem conectado a su Palm. Existen los módem analógicos de Palm (puede encontrarlos en los Centros de Atención a Clientes) que le permiten navegar abiertamente en Internet (con algunas restricciones) y ver el sitio que desee, siempre y cuando esté diseñado para Palm.



EQUIPO/CARACTERÍSTICAS/PRECIO APROXIMADO

Ipaq Pocket H3100 / Rápido procesador optimizado para PC's de bolsillo y Windows CE, Intel StrongARM de 32 bits y 206 MHz, RISC, 16 MB de memoria RAM, Resolución 240 x 320: Display monocromático que le proporciona imágenes más reales sin reflejos, 16 MB ROM, Pantalla en blanco y negro con tecnología touch screen. El sistema operativo hace que sus programas de software y su hardware trabajen juntos Windows® Pocket PC, Puerto infrarrojo IrDA estándar, 115 KB por segundo, Batería recargable de litio-polímero de 950 mAh, Dimensiones: 13.0 x 8.3 x 1.6 cm: El PC de bolsillo más delgado del mercado, Peso: 178 g (incluye batería)

Compaq: \$ 4,494 + IVA + gastos de envío

Antes de contratar Internet por teléfono celular

- Pregunte por la cobertura del servicio, ya que si usted viaja constantemente tal vez no lo podrá utilizar en cualquier lugar.
- Para contratar Internet móvil en su teléfono celular en cualquiera de las tres compañías debe suscribirse a un plan de renta mensual y contar con el equipo digital adecuado, pues los sistemas de prepago (tarjeta) y los teléfonos análogos no incluyen este servicio.
- Tome en cuenta que además de la renta mensual, en algunas compañías y/o planes se cobra tiempo aire, el lapso de conexión a Internet, etcétera.
- Infórmese de los servicios que incluye cada plan y antes de contratar considere si éstos cubren sus necesidades.
- Si únicamente le interesa determinado tipo de información (por ejemplo noticias, entretenimiento y compras) le conviene contratar un plan en el que usted seleccione previamente los temas que le resulten de mayor utilidad.
- Infórmese sobre las responsabilidades y nuevos compromisos que conlleva cambiarse al sistema normal, después de haber contratado Internet móvil en su celular.
- Indague si el sistema y el plan que desea seleccionar requieren de un periodo mínimo de contratación (meses); algunas compañías lo obligan a pagar una multa o penalización en caso de que cancele el servicio.

Antes de contratar y/o comprar equipo de servicio de Internet móvil por radiolocalizador y Palms

Le sugerimos preguntar por las características y costo del equipo en los Centros de Atención a Clientes de las compañías de radiolocalizadores o en las tiendas especializadas para asegurarse de cuál le conviene.

Además tome en cuenta los siguientes aspectos:

- En el caso de los radiolocalizadores pregunte la cobertura que tienen para saber en qué lugares lo podrá usar y si ello le resulta conveniente.

- Tome en cuenta que en la mayoría de los radiolocalizadores que ofrecen Internet móvil sólo puede obtener información previamente seleccionada.

- Para obtener el servicio a través de radiolocalizador requiere tarjeta de prepago, por ello le sugerimos que también verifique si ésta tiene fecha de caducidad (como sucede con algunos planes de telefonía celular).

- Respecto a las Palms, pregunte sobre los accesorios adicionales que pueda necesitar para una mayor eficiencia del equipo y de los servicios, así como lo que necesita para navegar por Internet libremente.

- Solicite información sobre los servicios que incluye cada equipo y/o planes, así como las restricciones, y reflexione si éstos verdaderamente cubren sus necesidades.

Alfanumérico: Capacidad de la pantalla del celular para desplegar la información en letras y números.

Ancho de banda: Cantidad de datos que pueden ser enviados a través de un circuito de comunicación.

Código de área: Clave de una ciudad en los Estados Unidos o Canadá requerida para establecer una larga distancia cuando se está en roaming.

Autenticación: Proceso que permite confirmar la identidad de cualquier teléfono que se registre en la red.

Banda: Frecuencia en la cual transmite la señal el operador o prestador del servicio celular.

Buscador: Herramienta para encontrar información específica en la página web que se visita.

Carga rápida: Sistema de carga de la batería en menor tiempo del habitual.

CDMA (Code Division Multiple Access): Sistema utilizado en las comunicaciones móviles, cuyo intervalo de frecuencias es de los 800 a los 1900 Mhz por división de códigos.

CDPD (Cellular Digital Packet Data): Medio de transporte para el envío de paquetes de datos que utiliza enlaces compartidos.

Celda: Área geográfica de cobertura, también conocida como «célula».

DAMPS (Digital Advanced Mobile Phone System): Sistema Digital de Comunicaciones Móviles.

Digital: Sistema que proporciona servicios de comunicación cuando la información (por ejemplo la voz) es codificada en un formato digital de números del 1 al 0 para su transmisión.

Doble banda: Capacidad de un celular para operar en dos bandas de frecuencia diferentes.

dominio: Es el medio que identifica una dirección en Internet, por ejemplo: www.telcel.com

Efecto memoria: Reducción de la vida de una batería si se recarga antes de que esté completamente vacía en teléfonos análogos.

Hertz (Hz): La unidad de medida de frecuencia equivalente a un ciclo por segundo.

Home page: Página principal de un sitio de Internet.

Horas no pico: Son los horarios de bajo tráfico en la red celular, por lo regular nocturnos, en los que las compañías celulares ofrecen un costo por minuto menor.

Horas pico: Son los horarios de alto tráfico en la red celular, regularmente durante el día; en éstos, el costo por minuto corresponde al del plan contratado.

HTML (Hypertext Markup Language): Es el lenguaje de programación de Internet; le indica a los navegadores cómo deben mostrar la información que se encuentra en los archivos de un sitio.

Internet móvil: Son los servicios de Internet que ofrecen compañías de telefonía celular basados en la tecnología WAP para acceder a la red desde un teléfono celular.

Liga: Es el texto o imagen que al hacer un click nos envía a otra página o dirección.

Marcación abreviada: Permite acceder a determinados números con sólo marcar de 4 a 6 dígitos (a veces incluye *) que están relacionados con una abreviatura del servicio que ofrece algún proveedor.

Megahertz (MHz): Unidad de frecuencia equivalente a un millón de hertz o ciclos por segundo.

Mensajes escritos: Servicio de mensajes de texto corto que se pueden recibir en un celular digital; se envían a través de una operadora o vía Internet desde su PC.

Modulación: Proceso de codificación y decodificación de información para su transmisión.

Navegador: Programa que permite visualizar las páginas de Internet.

PCS (Personal Communication System): El Sistema de Comunicación Personal se utiliza para describir una amplia variedad de servicios digitales de vanguardia que operan en la frecuencia de 1900 MHz.

Protocolo: Conjunto de reglas y formatos de mensaje estándar que deben seguir diversos dispositivos para intercambiar información.

Radio base o Torre celular: Lugar en donde se localizan los equipos de radio que permiten la comunicación entre la central y el teléfono celular.

Red: Infraestructura que permite la transmisión de señales celulares.

Sitio: Conjunto de páginas en Internet que contienen texto, imágenes, ligas, animaciones, etcétera.

Sombra: Zona del área de cobertura en donde no llega la señal o falla la transmisión debido a ciertas condiciones de la zona geográfica (edificios con estructuras metálicas, elevadores, sótanos, estacionamientos, etcétera).

Tiempo de espera (Stand by): Tiempo en el que un teléfono celular encendido está listo para hacer o recibir llamadas o datos.

TDMA (Time Division Multiple Access): Sistema utilizado en las comunicaciones móviles en el intervalo de frecuencias entre los 800 y los 1900 MHz por división de tiempo.

Teléfono móvil: Usualmente se refiere a los teléfonos celulares y a los inalámbricos.

Tiempo aire: Duración de cada llamada.

Tiempo de activación: Es el tiempo requerido para dar de alta un plan contratado.

WAP (Wireless Application Protocol): Es el protocolo para transmisión de datos inalámbricos vía celular.

WAP GW (WAP Gateway): Sirve como intermediario entre la red celular e Internet.

WML (Wireless Markup Language): Es el lenguaje que se utiliza para programar páginas que se despliegan en dispositivos móviles.

Corona de arroz con coco



cocina con microondas

sopas



Sopa de bolitas de avena



platos fuertes

Chile con carne y frijoles

ensaladas



Ensalada de espinaca y champiñones

Sopa de bolitas de avena fritas

(6 porciones)



Ingredientes

- 120 g de avena
- 100 g de queso rallado
- 2 huevos (110 g)
- 1 cebolla (250 g)
- 1 cucharada de crema (15 g)
- 2 jitomates (470 g)
- 2 cucharadas de perejil (10 g) lavado, desinfectado y picado
- 1/3 de taza de aceite (80 ml)
- 4 tazas de caldo o de agua
- sal y pimienta al gusto

Preparación:

1. La avena se tuesta y se muele con la pimienta. Se mezcla con el queso, la crema, el perejil, media cebolla picada y sal.
2. Se baten las claras a punto de turrón y se añaden las yemas; la pasta anterior se incorpora perfectamente. Si queda muy espesa se puede añadir un poco de leche.
3. Con una cucharita se toman pequeñas porciones

- nes de pasta y se frien por ambos lados en una sartén con aceite bien caliente. Se escurren sobre papel absorbente y se reservan.
4. Aparte se licua el jitomate con la cebolla restante, se fríe en un poco de aceite, se añade el caldo de pollo, sal y pimienta. Se deja hervir para que se sazone.
 5. Para servir, los trocitos de avena se colocan en un tazón y encima se vierte el caldo caliente. Se adorna con perejil picado.

Recomendaciones

Esta sopa proporciona casi una tercera parte de las proteínas necesarias para una comida, que son aportadas por el queso, el huevo y la avena que contiene. Le sugerimos complementar su menú con alguna leguminosa, verduras y frutas.

Aporte nutrimental por ración

281 Kcal
Proteínas: 9 g
Grasa: 19 g

Corona de arroz con coco

(6 porciones)



Ingredientes

- 1 taza de arroz (225 g) remojado diez minutos en agua hirviendo
- 2 tazas de agua caliente
- 8 rajas de pimiento morrón
- 60 g de coco rallado
- sal y pimienta al gusto

Preparación:

1. En un recipiente para microondas se vierten las dos tazas de agua caliente y se agrega el arroz, se tapa y se hornea durante siete minutos.
2. Se saca del horno, se le incorporan el coco, la sal y la pimienta. Se hornea durante siete minutos más.
3. En un molde para microondas –de anillo o rosca– previamente engrasado se acomoda el

- arroz ligeramente compactado y se hornea tres minutos más.
4. Se desmolda y se decora con las rajitas de pimiento morrón.

Recomendaciones

Esta novedosa forma de preparar el arroz con coco permite consumir fruta de manera diferente. Para complementar un menú sano es necesario incluir abundantes verduras, alguna leguminosa y, en menor cantidad, alimentos de origen animal.

Aporte nutrimental por ración

181 Kcal
Proteínas: 3 g
Grasa: 5 g

Ensalada de espinaca y champiñones

(8 porciones)



Ingredientes

- 2 manojos grandes de espinacas bien lavadas y desinfectadas (700 g)
- 300 g de champiñones frescos, lavados y rebanados
- 2 naranjas sin cáscara y cortadas en gajos (360 g)
- 80 g de tocino frito y picado
- 4 cucharadas de ajonjolí tostado (40 g)
- 1 cucharadita de azúcar (5 g)
- 1/3 de taza de aceite de oliva (80 ml)
- 4 cucharadas de vinagre (40 ml)
- 2 cucharadas soperas de salsa inglesa (opcional)
- 2 cucharadas de salsa de soya (opcional)

2. Se colocan nuevamente al fuego y ahí se saltean los champiñones por unos minutos; luego se agregan las espinacas, integrando todo muy bien. Se retira del fuego.
3. La ensalada se sirve fría, acompañada de los gajos de naranja y espolvoreada con el ajonjolí y el tocino frito.

Recomendaciones

Esta sabrosa ensalada le proporciona, además de energía, una buena cantidad de vitaminas y minerales; le sugerimos complementar su menú con algún cereal –pan o arroz–, leguminosas, una pequeña ración de alimentos de origen animal y frutas.

Aporte nutrimental por ración

208 Kcal
Proteínas: 5 g
Grasa: 19 g

Preparación:

1. En una sartén grande se calienta el aceite de oliva; se retira del fuego y se añaden el vinagre, la salsa inglesa y la de soya.

Chile con carne y frijoles

(6 porciones)



Ingredientes

- 500 g de carne molida de res
 - 3 tazas de frijol cocido (negro o bayo)
 - 1 taza de caldo de frijol
 - 2 chiles anchos asados, desvenados y remojados en agua hirviendo (30 g)
 - 2 chiles guajillos asados, desvenados y remojados en agua hirviendo (20 g)
 - 1/2 chile pimiento rojo (60 g)
 - 1/4 de cebolla mediana (60 g)
 - 1 diente de ajo picado (2 g)
 - 3 cucharadas de aceite (30 ml)
- Condimentos:
- 1/4 de cucharadita de cominos
 - 1/2 cucharadita de orégano seco
 - 2 hojas de laurel seco triturado
 - sal y pimienta al gusto

- que suelte un poco de jugo; se le añade la salsa anterior y se deja sofreír unos minutos. Cuando suelte el hervor se añaden los frijoles con su caldo, el laurel, la sal y la pimienta.
3. Se baja la flama y se deja cocer el guiso durante 15 minutos más aproximadamente para que se sazone. Si es necesario puede añadir un poco de agua para que el platillo no quede reseco.
 4. Se sirve bien caliente y se acompaña con tortillas.

Recomendaciones

Este platillo contiene carne y frijol, que nos aportan principalmente proteínas, las cuales ayudan a dar la estructura a todas las células del cuerpo; se recomienda complementarlo con un arroz a la mexicana, una ensalada de aguacate y una fresca agua de frutas.

Aporte nutrimental por ración

389 Kcal
Proteínas: 22 g
Grasa: 24 g

Preparación:

1. Se licuan los chiles, la cebolla, el ajo, el orégano, los cominos y el pimiento con un poco del agua de remojo.
2. En el aceite caliente se sofríe la carne sin sal para

Harina integral para hot cakes



Ingredientes

- 1 1/2 tazas de harina de trigo integral
- 1/2 taza de salvado de trigo tostado
- 1/2 taza de azúcar
- 2 1/2 cucharadas soperas de fécula de maíz sabor vainilla (la que se utiliza para preparar atole sabor vainilla)
- 2 cucharadas soperas de polvo para hornear

Rendimiento: 600 g de harina para 15 hot cakes, aprox.

Tiempo de preparación: 15 minutos

Procedimiento:

1. En la bolsa de plástico se vierten el polvo para hornear, la fécula de maíz, el azúcar, media taza de harina, y se agita vigorosamente para que se integren perfectamente todos los ingredientes.
2. Enseguida se añade la harina restante y el salvado; se agita vigorosamente de nuevo.

Envasado, conservación y caducidad

La harina preparada se conserva en la bolsa de plástico anudada y se guarda dentro de un bote de cartón o de lata. Se le coloca una etiqueta con el nombre del producto, la fecha de



Longaniza



Ingredientes

- 750 g de carne de cerdo molida, refrigerada una hora antes de empezar la preparación
 - 250 g de lardo o papada de cerdo congelado y partido en trozos pequeños
 - 1/4 de taza de agua fría, hervida o clorada
 - 6 1/2 cucharadas soperas de pimentón molido (paprika)*
 - 4 cucharadas soperas de vinagre
 - 3 1/2 cucharadas soperas de chile guajillo en polvo
 - 2 cucharadas soperas de sal de mesa
 - 1/2 cucharada soperas de comino en polvo
 - 1/3 de cucharada soperas de ajo en polvo
 - 1/3 de cucharada soperas de pimienta negra molida
 - 1/3 de cucharada soperas de fosfato de sodio**
 - 1 pizca de nitrito de sodio** o sal de cura**
 - 3 metros de tripa sintética para longaniza*
- *Se consigue en puestos de chiles secos o tiendas de autoservicio
**Se consigue con proveedoras de empacadoras
***Se consigue en rastros o tocinerías

Rendimiento: 1 kg

Tiempo de preparación: 1 día y 2 horas.

Procedimiento:

1. En el recipiente pequeño se disuelve el fosfato de sodio en el agua, moviendo con la ayuda de una cuchara.
2. En el recipiente de dos litros se prepara una salmuera mezclando el vinagre, la paprika, el chile, la sal, el comino, el ajo, la pimienta y el nitrito de sodio o sal de cura.
3. En la salmuera se vierte la carne molida y el lardo congelado en trozos, integrándolos perfectamente con la ayuda de la pala.
4. El recipiente se tapa y se deja reposar durante 24 horas dentro del refrigerador.
5. Transcurrido ese lapso se saca del refrigerador y se mezcla ligeramente.
6. La tripa plisada se coloca en el extremo del embudo, la pasta se vacía al embudo hasta la mitad de su capacidad, se extienden de 10 a 12 cm de tripa y se empieza a empujar la pasta con la ayuda de la pala, procurando no dejar espacios en el interior de la tripa.

Pasta para choux



Ingredientes

- 2 tazas de agua fría (1/2 litro)
 - 1 1/4 de tazas de harina de trigo cernida (300 g)
 - 1 barra mediana de mantequilla (225 g)
 - 8 huevos
 - 1 cucharada soperas de azúcar
 - 1/2 cucharada cafetera de sal
 - azúcar glass al gusto
- Crema pastelera (para rellenar)**
- 2 tazas de leche (1/2 litro)
 - 150 g de azúcar (1/2 taza aproximadamente)
 - 6 yemas de huevo
 - 2 cucharadas soperas de fécula de maíz
 - 1 cucharada soperas de extracto de vainilla

Rendimiento: 20 piezas de 20 g c/u aprox.

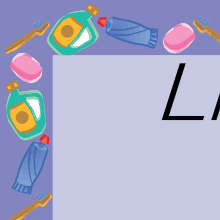
Tiempo de preparación: 1 hora

Procedimiento para la pasta:

1. En el tazón se mezclan la harina, la sal y el azúcar con la pala de madera.
2. En la cacerola se derrite la mantequilla a fuego medio, enseguida se añade el agua y de golpe se vierte la mezcla anterior, sin dejar de mover, y se mantiene al fuego durante tres minutos, cuidando que se integren los ingredientes.
3. Pasado ese lapso se retira la cacerola del fuego y se deja entibiar dos minutos. Posteriormente se añaden los huevos uno por uno, batiendo solamente durante diez minutos hasta que se incorporen perfectamente (si usa batidora bata durante cinco minutos a velocidad media).
4. La pasta se vacía a la duya o a la bolsa de plástico.
5. Sobre la charola se colocan bolitas del tamaño de un huevo. Mientras tanto se precalienta el horno durante 15 minutos a 185° C.
6. La charola se introduce en la parte media del horno a 185° C, de 15 a 20 minutos, o bien, hasta que se doren.
7. El horno se apaga y los panecillos se dejan enfriar adentro por unos cinco minutos; luego se sacan del horno y se colocan en el platón para que se enfrien completamente.
8. Los panes se cortan a la mitad con la ayuda del cuchillo y se rellenan con dos cucharadas soperas de crema pastelera, después se cubren con su tapa. Finalmente se espolvorean con azúcar glass. Los choux se pueden consumir inmediatamente, o guardarlos y rellenarlos al momento de servirlos.

Para la crema pastelera

1. En una cacerola con recubrimiento se hierve la leche con la mitad del azúcar; cuando suelte el hervor se baja la flama.



Limpiador, desinfectante y aromatizante de pino



Ingredientes

- 4 litros de agua limpia
 - 1/4 de taza de lauril sulfato de sodio (70 g)*
 - 4 cucharadas soperas de formol (40 ml)*
 - 4 cucharadas cafeteras de hidróxido de sodio (10 g)*
 - 2 cucharadas soperas de esencia de pino (16 g)*
 - 1/2 cucharada cafetera de colorante vegetal verde esmeralda*
- *Se adquieren en farmacias grandes o en droguerías.

Rendimiento: 4 litros

Tiempo de preparación: 30 minutos

Procedimiento:

1. Con el cubreboca puesto, en la cubeta se vierte el lauril sulfato de sodio y dos y medio litros de agua hervida, con el palo de madera se mezclan cuidadosamente para no hacer espuma, hasta que el lauril sulfato se disuelva.
2. Se agrega el hidróxido de sodio, moviendo hasta que se disuelva.
3. Se añade el colorante vegetal y se agitan durante un minuto, se agrega la esencia de pino y se revuelve en forma circular durante diez segundos.
4. Finalmente se vierte el formol a la cubeta y se agita durante dos minutos.

Utensilios

- recipiente pequeño de plástico o de vidrio
- cuchara sopera
- recipiente de plástico o de vidrio con tapa y capacidad de 2 litros
- pala de madera o cuchara de acero inoxidable
- embudo
- hilo de algodón (el necesario)
- trozo de tela de algodón (50 cm x 100 cm)

- Una vez que se han llenado unos 15 cm de tripa se anuda el extremo y se continúa embutiendo el resto de la pasta.
- Se empuja bien la pasta procurando no romper la tripa y se hace un amarre con el hilo, cortando el sobrante de tripa. Se cuelga en un lugar fresco, seco, libre de polvo e insectos, cubriéndola con la tela.
- Se deja madurar de 2 a 3 días como máximo, transcurrido ese lapso la longaniza está lista para su consumo inmediato o para almacenarla.

Envasado, conservación y caducidad

La longaniza se guarda en un recipiente de cierre hermético y se conserva en el refrigerador. El producto elaborado mediante esta tecnología tiene una duración de un mes si se conserva en refrigeración.

Recomendaciones

- * Si se utiliza tripa natural (se consigue en tocinerías o rastros) se lava bajo el chorro del agua y se deja remojar por 15 minutos en un recipiente con una taza de vinagre.
- * La cantidad de especias señalada puede variar de acuerdo con el gusto de la familia.
- * Evite prolongar el tiempo de maduración para que no se forme una especie de costra dura en la longaniza.
- * **La cantidad de nitrito de sodio o sal de cura no debe exceder la concentración indicada, pues puede ser tóxico.**

Utensilios

- taza (de preferencia medidora)
- cuchara sopera de acero inoxidable
- bolsa de plástico nueva (de preferencia de polietileno grueso) de 1 kg
- bote de cartón o de lata con tapa, vacío y limpio, con capacidad de 1 kg
- etiqueta adherible

elaboración y la de caducidad. El producto debe mantenerse en un lugar fresco y seco, por ejemplo en la alacena. La harina para hot cakes preparada mediante esta tecnología tiene una duración de seis meses.

Recomendaciones

- * Para preparar los hot cakes agregue una taza de leche, un huevo, margarina al gusto y la punta de una cucharada cafetera de sal por cada taza de harina. Se batan todos los ingredientes con ayuda de una palita, batidora o licuadora hasta obtener una pasta sin grumos. Coloque un poco de mantequilla en una sartén caliente a fuego medio y vierta la porción de pasta suficiente para un hot cake; cuando se formen huecos y las orillas estén cocidas voltee solamente una vez.
- * Si desea dar un sabor diferente a sus hot cakes, en lugar de emplear fécula de maíz sabor vainilla use sabor nuez o el de su agrado; también puede hacer una combinación de sabores.
- * En caso de que no quiera preparar hot cakes integrales puede sustituir el salvado y la harina integral por dos tazas de harina de trigo.

Utensilios

- cubreboca o una pañoleta y guantes
- cubeta de plástico con capacidad de ocho litros
- recipiente de un litro para medir el agua
- palo de madera de 70 cm aproximadamente, limpio y sin astillas
- embudo mediano
- envase de plástico con tapa y capacidad de cuatro litros para envasar

Envasado, conservación y caducidad

Con ayuda del embudo se vierte la mezcla al envase de plástico, cuidando que resbale por las paredes del envase para no hacer espuma y se llena con el agua hervida restante, se tapa y se agita durante dos minutos. Conserve este producto en el envase bien tapado. No olvide colocarle una etiqueta con el nombre del producto, la fecha de elaboración y la de caducidad, y una leyenda o símbolo de precaución. Es conveniente guardar el detergente líquido en un lugar seco, oscuro y fuera del alcance de los niños. El detergente líquido de pino elaborado mediante esta tecnología tiene duración aproximada de tres meses.

Modo de uso

- * Vierta un chorro del detergente en ocho litros de agua.
- * Aplique en forma uniforme con la ayuda de una esponja para paredes o con una jerga para pisos, y deje secar durante cinco minutos.
- * En los lugares más grasosos aplique directamente.
- * Puede ser utilizado en pisos, baños, vidrios y paredes.

Recomendaciones

- * La elaboración de este producto debe efectuarse en un cuarto ventilado.

Utensilios

- tazón de plástico o de vidrio con capacidad de 2 litros
- cacerola de acero inoxidable o con recubrimiento, con capacidad de 2 litros
- pala de madera
- duya para repostería (puede utilizar una bolsa de plástico grueso con un orificio en una de las esquinas)
- charola para pan, de acero inoxidable o de aluminio, engrasada con mantequilla y cubierta con papel encerado
- plátón grande
- cuchillo para pan

- Mientras tanto, en un recipiente de vidrio o de plástico con capacidad de un litro se mezcla el resto del azúcar con la fécula de maíz, después se agregan las yemas de huevo y se incorporan perfectamente, revolviendo con una palita de madera; sin dejar de mover se añade la mitad de la leche del paso uno.
- La mezcla obtenida se agrega a la leche restante del paso uno, que aún debe estar a fuego bajo para evitar que se cuezan las yemas. Sin dejar de mover se deja espesar e inmediatamente se incorpora la vainilla y se retira del fuego.
- El recipiente se cubre con un plástico para evitar que se forme una nata.

Envasado, conservación y caducidad

Los choux sin rellenar se dejan enfriar, se guardan en un recipiente de cierre hermético y se conservan en un lugar fresco y seco a temperatura ambiente, o bien, en refrigeración. Los choux rellenos se colocan en un recipiente de cierre hermético y se conservan en el refrigerador. El producto elaborado mediante esta tecnología tiene duración de cuatro días aproximadamente; los choux sin rellenar se conservan una semana.

Recomendaciones

- * La crema pastelera se descompone rápidamente; para evitarlo debe conservarse en refrigeración. Con esta crema también se pueden rellenar empanadas, pays y pasteles, o bien, se puede servir como natilla espolvoreada con canela en polvo.
- * Los choux se pueden acompañar con un vaso de leche fría, una taza de café o con chocolate caliente.
- * Al elaborar la crema pastelera se pueden agregar frutas en almibar, como duraznos, mangos, fresas picadas, etcétera.

Ingredientes alternativos

- * Se puede modificar el sabor de la crema pastelera sustituyendo la vainilla por una cucharada cafetera de café previamente diluido en la leche o el extracto de su agrado.
- * También puede rellenar los choux con crema de chocolate, crema chantilly, cajeta, mermelada o frutas frescas finamente picadas y mezcladas con azúcar, queso con zarzamoras, duraznos o fresas.
- * Se pueden espolvorear con cocoa en polvo, cobertura de chocolate o glasear.
- * Se puede sustituir la mitad del agua por leche.

Mermelada de frutas dulces

Rendimiento: 1 kg
Tiempo de preparación: 1 h 45 min.

Ingredientes

- * 1 kg de fruta (véase cuadro de procedimiento)
- * 2 1/4 de tazas de agua hervida o clorada
- * 3 1/2 tazas de azúcar
- * grenetina (la cantidad se indica en el cuadro de procedimiento)

*Se adquiere en farmacias grandes o en tiendas de autoservicio.

Procedimiento:

1. La fruta, previamente lavada con agua y jabón, se deja escurrir; luego se parte y se le quita la cáscara según se indica en la siguiente tabla:

Fruta	Tratamiento	Cucharadas soperas de grenetina disueltas en un 1/4 de taza de agua
Fresa, zarzamora.	Partir la fruta por mitades.	2 3/4
Pera, durazno, chabacano, manzana, ciruela, uva.	Quitar la cáscara y partir la fruta en cuadros, eliminar huesos y apartar los corazones y la cáscara.	2 1/4
Higo (no se le quita la cáscara) piña, tuna.	Quitar la cáscara y partirla en cuadros.	2 1/2

2. En una olla con medio litro de capacidad se añaden los corazones, las cáscaras y un cuarto de taza de agua; se ponen a calentar a fuego alto y cuando suelten el primer hervor se disminuye la flama y se dejan durante diez minutos más. Las cáscaras y los corazones se cuelean y el líquido se reserva (si la tabla no indica apartar las cáscaras y corazones de la fruta, o sólo tiene hueso, se continúa con el paso siguiente).

3. La fruta picada se licua con dos tazas de agua. La pulpa se pone a hervir durante un minuto en una olla de acero inoxidable con capacidad de tres litros.

4. El azúcar se agrega poco a poco, disolviéndola con una cuchara. Después se añade el agua de cocción de los corazones y las cáscaras de la fruta.

5. La mezcla se mueve constantemente hasta que el volumen se haya reducido a una tercera parte (una hora aprox.).

6. Por último, la grenetina previamente disuelta se agrega a la mermelada, mezclándola perfectamente.

Envasado, conservación y caducidad

La mermelada aún caliente se vacía en un frasco esterilizado con capacidad de un kg, dejando un centímetro entre la superficie de la mermelada y la tapa. Se cierra el frasco y se deja enfriar a temperatura ambiente. Se le coloca una etiqueta con el nombre del producto, la fecha de elaboración y la de caducidad. Se guarda en un lugar fresco y seco. La mermelada tiene una duración de ocho meses. Una vez abierta debe conservarse en refrigeración.

Recomendaciones

* Si desea menor firmeza en la mermelada se disminuye el tiempo de la mezcla en el fuego, o bien, si queda muy dura se vuelve a calentar y se agrega un poco de agua hasta obtener la consistencia deseada.

* Si lo desea, puede apartar una cantidad de fruta sin moler y agregarla a la olla junto con la pulpa.

Jamón cocido

Rendimiento: 500 g
Tiempo de preparación: 18 horas

Ingredientes

- * 500 g de pulpa de pierna de cerdo, sin gordos y bien limpia
- * 2 litros de agua hervida o clorada (para cocer el jamón)
- * 1 3/4 de tazas de agua hervida o clorada
- * 3 cucharadas soperas de sal de mesa
- * 2 cucharadas soperas de azúcar
- * 1 cucharada soperas de fosfato de sodio* (hamine)
- * 1/2 cucharada cafetera de sal de cura *(se puede sustituir por la punta de una cucharada cafetera de nitrito de sodio**)
- * 1 pastilla de vitamina C** (ácido ascórbico**)
- * 500 mg hecha polvo
- * 1 cucharada cafetera de humo líquido*
- * 1 cucharada cafetera de grenetina*** (gelatina sin sabor)

*Se consiguen en proveedoras de empacadoras.

**Se consiguen en farmacias grandes o en droguerías.

***Se consigue en tiendas de materia primas.

Utensilios

- * tabla para picar
- * cuchillo con filo
- * 2 recipientes de cristal o de plástico, con tapa y

capacidad de 3 litros

- * taza (de preferencia medidora)
- * cuchara soperas
- * pala de madera
- * pinzas para pan
- * licuadora
- * bolsa de plástico grueso
- * olla con capacidad de 5 litros
- * tela de algodón de 50 x 50 cm
- * recipiente de plástico con tapa de cierre hermético
- * etiqueta adherible

Procedimiento:

1. La carne se corta en trozos pequeños (de 2 cm aprox.).

2. En uno de los recipientes de tres litros se vacían una taza de agua, el humo líquido, y se disuelven la sal, azúcar, sal de cura y ácido ascórbico, moviendo con la ayuda de la pala de madera.

3. Aparte, en media taza de agua se disuelve el fosfato de sodio, revolviendo con la cuchara cafetera. Una vez disuelto se vacía en el recipiente de cristal con los demás ingredientes, integrándolos perfectamente.

4. Se coloca la carne en la salmuera, bañándola, se tapa el recipiente y se deja reposar en el refrigerador por 16 horas. En el transcurso se baña con la salmuera cada cinco o seis horas.

5. Mientras tanto, la grenetina se disuelve en un cuarto de taza de agua y se deja hidratar completamente.

6. Se saca la carne de la salmuera con ayuda de las pinzas y se coloca dentro de la licuadora, con la salmuera y la grenetina previamente disuelta, se muele hasta que se integre y se forme una pasta fina.

7. La pasta se vacía en la bolsa de plástico y se anuda.

8. En la olla se ponen a calentar a fuego alto los dos litros de agua; cuando suelte el primer hervor se añade la bolsa con la carne, se tapa y se baja la flama de manera que siga hirviendo; pasados cinco minutos se saca la carne de la olla con las pinzas y se presiona firmemente con ayuda de la pala y la tabla de madera. Se vuelve a meter a la olla y se deja cocer por una hora y cuarto más.

9. Pasado ese lapso se saca y se deja enfriar a temperatura ambiente sobre la tela; una vez que se enfríe se refrigera por 24 horas.

Envasado, conservación y caducidad

El jamón se saca de la bolsa y se coloca en el recipiente de plástico, se tapa y se le adhiere una etiqueta con el nombre del producto, la fecha de elaboración y la de caducidad. Debe conservarse en refrigeración. El jamón elaborado mediante esta tecnología tiene una duración de tres semanas.

Recomendaciones

No olvide colocarle una etiqueta al frasco o bolsa en el que guarde la sal de cura o nitrito de sodio, con una leyenda precautoria, para evitar confundirla con sal común, pues es tóxica.

Encurtido

Rendimiento: 1 kg
Tiempo de preparación: dos semanas

Ingredientes

- * 1/2 kg de verdura (zanahoria, nopales o papa)
- * 2 litros de agua hervida o clorada para preparar la salmuera
- * 2 litros de agua hervida o clorada para la precocción de las verduras
- * 12 cucharadas soperas de sal común
- * 2 tazas de vinagre blanco

Utensilios

- * recipiente de plástico con tapa y capacidad de 2 litros
- * cuchara grande para cocinar
- * colador de plástico para escurrir las verduras
- * cacerola con tapa y capacidad de 2 litros
- * frasco previamente esterilizado, con tapa de cierre hermético
- * etiqueta adherible

Procedimiento:

1. Se lava perfectamente la verdura con agua hervida o clorada.
2. En el recipiente de plástico se vierten los dos litros de agua y la sal, agitando con una cuchara hasta que se disuelva.
3. Se agrega la verdura, se tapa y se deja reposar por 12 horas dentro del refrigerador.

4. Transcurrido ese lapso se retira la verdura de la salmuera y se enjuaga bajo el chorro del agua.

5. Aparte, en la cacerola se pone a calentar un litro de agua; cuando suelte el hervor se añade la verdura y se deja hervir durante tres minutos.

6. Pasado ese tiempo se escurre la verdura con ayuda del colador.

Envasado, conservación y caducidad

La verdura se vacía en el frasco de vidrio previamente esterilizado, de manera que queden lo más compacta posible, después se añade el vinagre, procurando eliminar todas las burbujas; se deja un espacio de un centímetro entre la boca del frasco y el contenido. Se cierra bien el frasco, se etiqueta con el nombre del producto, la fecha de elaboración y la de caducidad; se deja reposar por una semana en un lugar fresco y seco. El encurtido elaborado mediante esta tecnología tiene una duración de tres meses.

Recomendaciones

* Al momento de vaciar el vinagre puede agregar hierbas de olor, un trozo de cebolla, ajo o cualquier otro condimento o especia para que las verduras adquieran un mejor sabor y aroma.

* Las verduras conservadas de esta manera se pueden usar para preparar ensaladas.

Campechanas

Rendimiento: 18 piezas de 90 g aprox.
Tiempo de preparación: 3 horas

Ingredientes

- * 6 tazas de harina de trigo (650 g)
- * 1 1/4 de tazas de manteca vegetal (300 g) *
- * 1 taza de azúcar refinada (250 g)
- * 1 1/4 de tazas de agua hervida o clorada
- * 1/2 cucharada soperas de sal (5 g)

* Se consigue en tiendas de autoservicio.

Utensilios

- * 2 recipientes de plástico hondos con capacidad de 500 g
- * recipiente de plástico hondo con capacidad de 1 kg
- * mesa limpia
- * colador
- * pala de madera
- * rodillo de madera
- * palo de madera de 60 cm de largo por 2 cm de diámetro* muy limpio
- * cuchillo
- * charola para hornear
- * horno
- * panera, papel encerado o manta de cielo

* Se consigue en madererías o en carpinterías. También se le conoce como palote.

Procedimiento:

1. Se coloca la manteca vegetal en el recipiente de 500 g y se amasa con las manos limpias hasta que se suavice y se esponje.
2. En el recipiente de un kg se colocan cuatro tazas de harina junto con la sal, media cucharada soperas de azúcar, tres cucharadas soperas de manteca vegetal suavizada y el agua; con la pala de madera se mezclan estos ingre-

dientes hasta formar una pasta de consistencia suave y elástica.

3. Con las manos limpias se toma la pasta para formar una bola. La mesa se enharina con ayuda del colador y ahí se coloca la bola de masa.

4. Con el rodillo en posición horizontal se presiona el centro de la bola: sin perder presión se gira hacia el frente, extendiendo la masa. Se vuelve a colocar el rodillo en el centro y se repite la operación, pero esta vez en sentido contrario. Con el procedimiento anterior se extiende la masa lo más posible, después se enrolla y se vuelve a formar una bola. Este procedimiento se repite cinco veces más hasta que la masa esté completamente suave y se observen ligeras burbujas, así las campechanas se esponjarán durante la cocción.

5. En el otro recipiente de 500 g se colocan dos tazas de harina (150 g) junto con tres cuartos de taza de manteca vegetal suavizada; se mezclan con ayuda de la pala de madera hasta obtener una pasta pegajosa.

6. Se extiende nuevamente la bola de masa para formar un rectángulo de medio centímetro de grosor, encima se coloca la pasta pegajosa del punto anterior y se extiende con las manos hasta cubrir el rectángulo.

7. Después, el palo de madera -previamente untado con una cucharada de manteca vegetal- se coloca en forma horizontal sobre la masa y se empieza a enrollar. El palo se saca con cuidado para que quede la masa en forma de taco. Se engrasan las manos con un poco de manteca vegetal y se estira el taco mientras se golpea ligeramente contra la mesa hasta que duplique su longitud.

8. Con la ayuda del cuchillo se van cortando rectángulos de 8 cm de largo.

9. Las piezas se colocan en la charola sin engrasar, dejando un espacio de 10 cm aproximadamente entre cada una. No es conveniente acomodar más de ocho campechanas por charola.

10. En cada pedazo de masa se coloca un poco de manteca vegetal y se extiende con las manos, previamente engrasadas, hasta obtener un rectángulo con el grosor de una tortilla.

11. Después, con el colador se espolvorea el resto del azúcar a todo lo ancho y largo de la charola, cubriendo por completo las piezas y la charola misma. Para recuperar el exceso de azúcar se inclina la charola y se recoge el sobrante en un recipiente pequeño que le servirá para continuar haciendo las campechanas.

12. Se introduce la charola en la parte media del horno (previamente calentado por 15 minutos) a 220° C durante 15 minutos, vigilando el desdoblamiento de las capas de la masa. Las campechanas estarán listas cuando se observe un color dorado del azúcar. En caso de que el horno no cuente con ventana, a los 15 minutos se revisan las campechanas, y si no tienen las características mencionadas se dejan cocer por tres minutos más.

Envasado, conservación y caducidad

Se envuelven en papel encerado o en manta de cielo y se colocan verticalmente en una panera, de esta manera conservan su sabor y frescura, y evitará que se rompan. Es importante colocarlas en un lugar seco y fresco. El azúcar les permite conservarse en buen estado durante diez días.

Recomendaciones

La mezcla y el amasado de los ingredientes es muy importante para que las campechanas se esponjen y se formen las capas. Se puede utilizar margarina en lugar de manteca vegetal.

Procure que el palo esté libre de astillas, para ello puede tallarlo con una lija para madera. Después se lava muy bien con agua y jabón y se deja secar en un lugar donde lleguen los rayos del sol.

Lavatrastes en crema

Rendimiento: 700 g
Tiempo de preparación: 45 minutos

Ingredientes

- * 1 pastilla de jabón de lavandería neutro (blanco) de 450 g
- * 1 litro de agua hervida o clorada
- * 1/4 de taza de alcohol etílico (62.5 ml)*
- * 2 cucharadas cafeteras de lauril sulfato de sodio (10 g)*
- * 2 cucharadas cafeteras de trietanolamina (10 g)*
- * 2 cucharadas cafeteras de bicarbonato de sodio (10 g)*
- * 2 limones (el jugo)
- * la punta de una cuchara cafetera de colorante vegetal verde en polvo*

*Se consiguen en farmacias grandes o en droguerías.

Utensilios

- * recipiente de plástico con capacidad de un litro
- * rallador de metal
- * olla de peltre con capacidad de 2 litros
- * cuchara grande
- * 2 recipientes de plástico con tapa y capacidad de 500 ml c/u (puede reciclar los envases de crema, margarina o jabón lavatrastes, vacíos y limpios)
- * 2 etiquetas adheribles

Procedimiento:

1. El jabón se ralla utilizando las cuchillas más pequeñas del rallador, de manera que las tiras queden lo más pequeñas y delgadas posible para que se diluyan perfectamente en el agua y no queden grumos.

2. Aparte, en la olla se vierten el agua y el colorante y se ponen a calentar; antes de que suelten el hervor se agrega la ralladura de jabón y se agita constantemente con la cuchara, evitando que se forme espuma.

3. Una vez que empiece a hervir se añaden el alcohol, el jugo de limón y el bicarbonato, se integran perfectamente y se baja la flama; cuando la preparación adquiera una consistencia homogénea y el jabón esté totalmente disuelto se agregan la trietanolamina y el lauril sulfato de sodio y se revuelven perfectamente.

4. Finalmente, la olla se retira del fuego y se vacía la pasta en los recipientes de plástico.

Envasado, conservación y caducidad

La crema lavatrastes se deja enfriar hasta que se solidifique (aproximadamente tres horas) y después se tapa para evitar que pierda humedad y se agriete. Se le coloca una etiqueta con el nombre del producto, la fecha de elaboración y la de caducidad. Se conserva en un lugar seco y fresco, y fuera del alcance de los niños.

El producto elaborado mediante esta tecnología tiene una duración de hasta seis meses. Una vez abierto se recomienda agotarlo en un tiempo no mayor de tres meses.

Recomendaciones

* Es conveniente utilizar un cubreboca durante la elaboración del jabón para no respirar el polvo que se desprende de los ingredientes.

* No se deben alterar las cantidades ni los pasos del procedimiento, pues de lo contrario las características finales del producto no serán las esperadas.

* Le sugerimos conservar los sobrantes de ingredientes en su recipiente original, con las etiquetas correspondientes, en un lugar fresco, seco y oscuro: con ellos podrá elaborar hasta 12 preparados más de 700 g cada uno.

Abrillantador de vinilos

Rendimiento: 650 ml
Tiempo de preparación: 30 minutos

Ingredientes

- * 2 tazas con agua
- * 1/2 taza de vaselina líquida (125 ml) *
- * 1/4 de taza de glicerina líquida (65 ml)*
- * 1/2 cucharada sopera de lecitina de soya*

* Se consiguen en droguerías o en farmacias grandes.

Utensilios

- * olla de peltre con capacidad de 500 ml
- * licuadora
- * embudo
- * envase de plástico con atomizador con capacidad de 750 ml

Procedimiento:

1. El agua y la lecitina de soya se ponen a calentar en la olla hasta que hiervan.
2. La mezcla anterior se licua muy bien; posteriormente se agregan la vaselina líquida y la glicerina, y se licuan hasta que adquieran un color blanco.

Envasado, conservación y caducidad

Con ayuda del embudo se vierte el abrillantador en la botella con atomizador. No olvide colocarle una etiqueta con el nombre del producto, la fecha de elaboración y la de caducidad. Se conserva en un lugar fresco y seco. El abrillantador elaborado mediante esta tecnología tiene una caducidad de seis meses.

Modo de uso

Con un trapo limpio, previamente humedecido en abrillantador, se limpia la superficie vinilica; después se pasa un trapo seco para darle brillo.

Recomendaciones

* El abrillantador se guarda en un lugar fuera del alcance de los niños. En caso de ingestión consulte a su médico.

* Los utensilios empleados para elaborar esta tecnología se lavan con agua tibia y jabón para eliminar cualquier residuo de los ingredientes.

* En caso de que sobren ingredientes se guardan en sus envases, se les coloca una etiqueta con el nombre del producto y se conservan bien tapados en un lugar limpio y seco.

Barras de amaranto con chocolate

Rendimiento: 500 g, 23 barras aprox.
Tiempo de preparación: 1 día, 1 hora

Ingredientes

- * 5 3/4 de tazas de cereal de amaranto tostado (200 g)*
- * 460 g de chocolate con leche en barra**

*Se consigue en tiendas de repostería o de materias primas.
**Se consigue en tiendas de semillas o en supermercados.

Utensilios

- * cacerola grande para baño maría
- * cacerola de peltre o tazón refractario con capacidad de 3 litros
- * cuchara o pala de madera
- * charola de plástico, de acero inoxidable o moldes de plástico individuales
- * cuchillo grande
- * bolsitas de celofán o envase de plástico con tapa y capacidad de tres litros.
- * etiqueta adherible

Procedimiento:

1. En la cacerola o tazón se funde el chocolate en baño María.
2. Posteriormente se incorpora el amaranto tostado con ayuda de la cuchara o la pala de madera.

3. La mezcla se vacía en la charola, se extiende de manera homogénea y se presiona hasta obtener un grosor de 1.5 cm aproximadamente. Se deja reposar por diez minutos.

4. Con el cuchillo se corta en barras individuales y se deja secar por 30 minutos más. Pasado ese lapso se voltean y se dejan secar un día, en un lugar ventilado, limpio y seco.

Envasado, conservación y caducidad

Las barras de amaranto se envasan en el recipiente de plástico, o bien, en las bolsitas individuales de celofán, se sellan y se conservan en un lugar fresco, seco y oscuro. No olvide colocarles una etiqueta con el nombre del producto, la fecha de elaboración y la de caducidad. El producto elaborado mediante esta tecnología tiene una duración de tres meses.

Recomendaciones

- * Si lo desea puede utilizar moldes para obtener formas variadas.
- * Puede sustituir el chocolate con leche en barra por cobertura de chocolate o chocolate amargo.
- * Puede agregar pasas, nuez o almendras.

Gel fijador para el cabello

Rendimiento: 350 g
Tiempo de preparación: 30 minutos

Ingredientes

- * 16 cucharadas cafeteras de trietanolamina (60 g)*
- * 1 1/2 cucharadas soperas de carbopol (8 g)*
- * 10 cucharadas cafeteras de alcohol desnaturalizado (50 ml)*
- * 1 taza de agua hervida o clorada
- * 12 gotas de la esencia de su preferencia*
- * 1/4 de cucharada cafetera de colorante vegetal (de acuerdo con la esencia)*

*Se consiguen en farmacias grandes o en droguerías.

Utensilios

- * recipiente de plástico con capacidad de 500 ml
- * colador metálico de orificio fino
- * cuchara sobpera
- * batidora o tenedor
- * recipiente de plástico de 400 ml con tapa
- * etiqueta adherible

Procedimiento:

1. Se vierte el agua en el recipiente con capacidad de 500 ml, enseguida se añade el carbopol haciéndolo pasar por el colador, revolviendo con ayuda de la cuchara hasta disolverlo.

2. Se añade la trietanolamina, se revuelve con la cuchara y después con la batidora a velocidad baja o con un tenedor hasta obtener una mezcla homogénea (un minuto aproximadamente).

3. Por último se le agrega el alcohol, el colorante y la esencia, y se vuelve a batir a velocidad baja durante diez segundos.

Envasado y conservación

Finalmente se vacía el gel en el envase limpio y se tapa. Se le coloca una etiqueta con el nombre del producto, la fecha de elaboración y la de caducidad. El gel, bien tapado, se conserva en lugar limpio, fresco y seco. Tiene una duración hasta de un año.

Modo de uso

Con las manos humedecidas se toma una porción de gel y se aplica sobre el cabello.

Recomendaciones

- * Durante la elaboración de este producto use guantes y cubreboca.
- * Los ingredientes sobrantes se guardan en sus envases originales, se etiquetan y se conservan bien tapados en un lugar fresco y seco, fuera del alcance de los niños.
- * Es importante lavar muy bien los utensilios, antes y después de usarlos, con agua tibia y abundante jabón.



La etapa preescolar se refiere a los niños y las niñas que tienen entre uno y cinco años de edad. Durante este periodo, los pequeños adquieren los hábitos que han de permanecer con ellos la mayor parte de su vida. La participación de los padres y el resto de la familia en sus actividades cotidianas, preescolares y lúdicas, le proporcionarán sólidas bases de seguridad en sí mismos.

Se inicia la asistencia al jardín de niños y aunque su actividad es intensa, durante este periodo su apetito suele disminuir debido a que su crecimiento no es tan acelerado como durante el primer año de vida. Por ello, si considera que su hijo está comiendo poco, no se preocupe; para mantener su salud sólo deberá continuar fomentando en él buenos hábitos de higiene y de alimentación, poniendo especial atención en la calidad de los productos que consume.

Para que los niños preescolares puedan realizar todas las actividades propias de su edad y tengan un desarrollo adecuado es necesario que consuman una alimentación completa y variada, por eso le sugerimos que tome en cuenta las siguientes recomendaciones.

Necesitan energía

Los cereales como el maíz, el arroz, el trigo o la avena contienen hidratos de carbono que le proporcionan al niño la energía necesaria para realizar sus actividades físicas y mentales como caminar, correr y pensar, entre otras. A pesar de que las sopas

La alimentación de los niños preescolares



no tienen mucha aceptación entre los niños mayores que pertenecen al «Club de Mafalda», a los más pequeños les resultan agradables debido a que son de fácil ingestión. Prepare sopas nutritivas que además del cereal incluyan verduras, leguminosas o algún producto de origen animal.

Las proteínas siguen siendo muy importantes

Aunque ahora los niños han dejado la etapa de lactante mayor, es importante que continúen tomando cuando menos dos tazas de leche al día, que les aportará los nutrimentos indispensables para su desarrollo y crecimiento, como proteínas y calcio, entre otros. Otras fuentes importantes de proteína son el queso, el huevo, el pollo, el pescado y los frijoles.

¡Aproveche la gran diversidad de colores, sabores y texturas de las frutas y las verduras!

Continúe ofreciéndole las verduras y las frutas que seguramente le dio en papilla durante sus primeros meses de vida. A veces se comete el error de incorporar alimentos nuevos a la dieta de los niños pequeños y se olvidan las verduras y las frutas, argumentando que ya no les gustan. Claro está que en forma de puré ya no les resultan atractivas, ahora deben dárselas frescas -al natural o cocidas. Las verduras y las frutas son fáciles de masticar y de digerir, pero lo más importante es que proporcionan vitaminas como la A y la C, y minerales, nutrimentos esenciales para que el organismo realice sus funciones adecuadamente y utilice la energía proveniente de los alimentos. Además, las cáscaras comestibles proporcionan fibra dietética, útil para evitar problemas de estreñimiento común en los niños.

¡De la vista nace el amor!

Los preescolares prefieren los alimentos sencillos y de sabor suave, en lugar de las comidas muy condimentadas o de sabores fuertes. Es muy importante servirle al niño porciones pequeñas, fáciles de tomar, de temperatura templada, decoradas de manera simpática y llenas de colores y sabores; elegir los utensilios adecuados -mantelitos, tazas, platos y cubiertos- y seguros, que pueda manipular por su forma y tamaño. Hay utensilios y vajillas especiales para los niños que se pueden adquirir a bajo costo, decorados de manera que los estimula a comer de manera divertida. Permitale también que tome algunos alimentos con las manos, lo más importante es que aprenda a disfrutar de su comida, poco a poco usará correctamente los cubiertos.

«¡No quiero!»

El pequeño estómago del niño no le permite consumir comidas abundantes, por eso es conveniente ofrecerle pequeñas porciones de comida y complementar su alimentación con dos colaciones o refrigerios entre comidas. Nunca lo obligue a comer más de lo que él apetezca, ya que lo único que logrará es que el niño rechace los alimentos. Algunos pequeños aprenden a manipu-

lar esta situación debido a que perciben angustia por parte de sus padres, lo que les permite llamar su atención. Cuando un niño expresa que no quiere comer más, simplemente retírele el plato sin regañarlo y espere a la siguiente comida o hasta que tenga apetito, sin que coma nada antes y sin volver a presentarle la comida anterior de la misma forma.

Fomente buenos hábitos de salud

Es importante que los niños se acostumbren a mantener sus manos limpias, particularmente antes y después de comer o ir al baño. Recuerde que los microbios y las bacterias pueden introducirse fácilmente al organismo cuando los niños se llevan las manos a la boca, provocándoles infecciones gastrointestinales.

También es necesario acostumbrar a los niños al baño diario y a cepillarse los dientes después de comer, para evitar las caries, y que adquieran el buen hábito de cuidar su dentadura.

Los buenos hábitos de descanso son indiscutiblemente saludables para el niño, ya que le permiten recuperar la energía necesaria para el pleno desarrollo de sus actividades físicas y mentales. Por eso es importante acostumbrarlos a dormirse y levantarse a una hora conveniente.

Los tiempos de juego al aire libre le permiten recibir aire y sol, importante para la fijación de la vitamina D, que interviene en el buen aprovechamiento del calcio para la formación de huesos y dientes. Jugar con otros niños y miembros de la familia les da la oportunidad de aprender a relacionarse con los demás, descubrir el mundo que los rodea y aumentar la seguridad en sí mismos, elevando su autoestima.

Remilgosos o melindrosos

Una de las situaciones que despierta mayor preocupación en los padres es que su hijo no se alimente de manera suficiente.





La etapa preescolar se refiere a los niños y las niñas que tienen entre uno y cinco años de edad. Durante este periodo, los pequeños adquieren los hábitos que han de permanecer con ellos la mayor parte de su vida. La participación de los padres y el resto de la familia en sus actividades cotidianas, preescolares y lúdicas, le proporcionarán sólidas bases de seguridad en sí mismos.

Se inicia la asistencia al jardín de niños y aunque su actividad es intensa, durante este periodo su apetito suele disminuir debido a que su crecimiento no es tan acelerado como durante el primer año de vida. Por ello, si considera que su hijo está comiendo poco, no se preocupe; para mantener su salud sólo deberá continuar fomentando en él buenos hábitos de higiene y de alimentación, poniendo especial atención en la calidad de los productos que consume.

Para que los niños preescolares puedan realizar todas las actividades propias de su edad y tengan un desarrollo adecuado es necesario que consuman una alimentación completa y variada, por eso le sugerimos que tome en cuenta las siguientes recomendaciones.

Necesitan energía

Los cereales como el maíz, el arroz, el trigo o la avena contienen hidratos de carbono que le proporcionan al niño la energía necesaria para realizar sus actividades físicas y mentales como caminar, correr y pensar, entre otras. A pesar de que las sopas

La alimentación de los niños preescolares



no tienen mucha aceptación entre los niños mayores que pertenecen al «Club de Mafalda», a los más pequeños les resultan agradables debido a que son de fácil ingestión. Prepare sopas nutritivas que además del cereal incluyan verduras, leguminosas o algún producto de origen animal.

Las proteínas siguen siendo muy importantes

Aunque ahora los niños han dejado la etapa de lactante mayor, es importante que continúen tomando cuando menos dos tazas de leche al día, que les aportará los nutrimentos indispensables para su desarrollo y crecimiento, como proteínas y calcio, entre otros. Otras fuentes importantes de proteína son el queso, el huevo, el pollo, el pescado y los frijoles.

¡Aproveche la gran diversidad de colores, sabores y texturas de las frutas y las verduras!

Continúe ofreciéndole las verduras y las frutas que seguramente le dio en papilla durante sus primeros meses de vida. A veces se comete el error de incorporar alimentos nuevos a la dieta de los niños pequeños y se olvidan las verduras y las frutas, argumentando que ya no les gustan. Claro está que en forma de puré ya no les resultan atractivas, ahora deben dárselas frescas -al natural o cocidas. Las verduras y las frutas son fáciles de masticar y de digerir, pero lo más importante es que proporcionan vitaminas como la A y la C, y minerales, nutrimentos esenciales para que el organismo realice sus funciones adecuadamente y utilice la energía proveniente de los alimentos. Además, las cáscaras comestibles proporcionan fibra dietética, útil para evitar problemas de estreñimiento común en los niños.

¡De la vista nace el amor!

Los preescolares prefieren los alimentos sencillos y de sabor suave, en lugar de las comidas muy condimentadas o de sabores fuertes. Es muy importante servirle al niño porciones pequeñas, fáciles de tomar, de temperatura templada, decoradas de manera simpática y llenas de colores y sabores; elegir los utensilios adecuados -mantelitos, tazas, platos y cubiertos- y seguros, que pueda manipular por su forma y tamaño. Hay utensilios y vajillas especiales para los niños que se pueden adquirir a bajo costo, decorados de manera que los estimula a comer de manera divertida. Permitale también que tome algunos alimentos con las manos, lo más importante es que aprenda a disfrutar de su comida, poco a poco usará correctamente los cubiertos.

«¡No quiero!»

El pequeño estómago del niño no le permite consumir comidas abundantes, por eso es conveniente ofrecerle pequeñas porciones de comida y complementar su alimentación con dos colaciones o refrigerios entre comidas. Nunca lo obligue a comer más de lo que él apetezca, ya que lo único que logrará es que el niño rechace los alimentos. Algunos pequeños aprenden a manipu-

lar esta situación debido a que perciben angustia por parte de sus padres, lo que les permite llamar su atención. Cuando un niño expresa que no quiere comer más, simplemente retírele el plato sin regañarlo y espere a la siguiente comida o hasta que tenga apetito, sin que coma nada antes y sin volver a presentarle la comida anterior de la misma forma.

Fomente buenos hábitos de salud

Es importante que los niños se acostumbren a mantener sus manos limpias, particularmente antes y después de comer o ir al baño. Recuerde que los microbios y las bacterias pueden introducirse fácilmente al organismo cuando los niños se llevan las manos a la boca, provocándoles infecciones gastrointestinales.

También es necesario acostumbrar a los niños al baño diario y a cepillarse los dientes después de comer, para evitar las caries, y que adquieran el buen hábito de cuidar su dentadura.

Los buenos hábitos de descanso son indiscutiblemente saludables para el niño, ya que le permiten recuperar la energía necesaria para el pleno desarrollo de sus actividades físicas y mentales. Por eso es importante acostumbrarlos a dormirse y levantarse a una hora conveniente.

Los tiempos de juego al aire libre le permiten recibir aire y sol, importante para la fijación de la vitamina D, que interviene en el buen aprovechamiento del calcio para la formación de huesos y dientes. Jugar con otros niños y miembros de la familia les da la oportunidad de aprender a relacionarse con los demás, descubrir el mundo que los rodea y aumentar la seguridad en sí mismos, elevando su autoestima.

Remilgosos o melindrosos

Una de las situaciones que despierta mayor preocupación en los padres es que su hijo no se alimente de manera suficiente.



El niño melindroso come sólo una limitada variedad de alimentos, comúnmente no quiere verduras y le agradan unas cuantas frutas; tiene una actitud generalmente desinteresada por la comida y los alimentos nuevos, por lo que adopta conductas reprobables por los padres, como tirar la comida, jugar con ella o mantenerla en la boca por largo rato y no tragarla, presentando algunas veces sensaciones de náusea e incluso de vómito.

Los psicólogos consideran que algunas de estas conductas forman parte del comportamiento normal de los niños pequeños (como los preescolares), y se originan en la lucha retardadora del niño por su naciente y normal aprendizaje de independencia. Si los padres enfrentan de forma adecuada y paciente este tipo de comportamientos, enseñando sin amenazas o chantajes, lo más seguro es que al llegar el niño a la edad escolar ya habrá aprendido a consumir una mayor variedad de alimentos.

¿Qué hacer?

- Antes que nada, recuerde que esta conducta forma parte del desarrollo normal de los niños.

- Respete la decisión de su hijo: si no desea probar un alimento nuevo, ofrézcaselo posteriormente con otra presentación, e intente con mucha paciencia cuantas veces sea necesario.

- No desarrolle aversiones condicionadas en sus hijos. Por ejemplo, si usted le ofrece sopa de espinacas y lo regaña porque él no la quiere comer, la próxima vez que se la ofrezca la asociará con aquella experiencia negativa y automáticamente rechazará las espinacas.

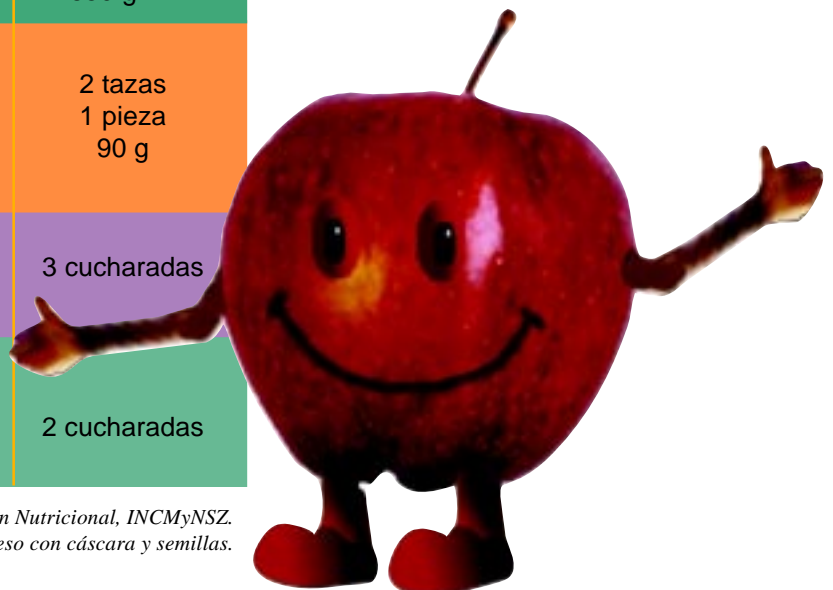
- Enseñe siempre con el ejemplo. Si a usted no le gusta algún alimento y delante de su hijo manifiesta su desagrado, ¿cree que el niño se sentirá estimulado a probarlo? Aunque a usted no le agrade algún alimento, ofrézcalo a su hijo con la mejor disposición.

- Permita que el niño decida la cantidad de comida que desea consumir; normalmente el apetito y la saciedad, regulan la ingesta adecuada de energía. Si en una comida se ingieren pocos alimentos, seguramente en la siguiente comida aumentará su apetito. Así, el pequeño aprenderá a regular su propia ingesta y en un futuro reconocerá cuándo está satisfecho.

Fuente: Unidad de Alimentación y Nutrición, Dirección de Educación para el Consumo, PROFECO; y Departamento de Educación Nutricional, INCMyNSZ.

Alimentos sugeridos para la dieta diaria de preescolares		
Grupos de alimentos	1-3 años	4-6 años
Cereales * 1/2 taza de arroz cocido * 1 tortilla * 1/2 bolillo * 1/2 taza de pasta cocida * 1/2 taza de avena cocida * 5 galletas pequeñas * 1/2 papa	Escoger de la lista de 2 a 3 cereales	Escoger de la lista 4 cereales
Leguminosas * Frijol, haba, alubia, lenteja o garbanzo cocidos	De 1/2 a 1 taza	1 taza
Verduras * De cualquier tipo	De 260 a 390 g*	390 g*
Frutas * De cualquier tipo	De 520 a 650 g*	650 g*
Alimentos de origen animal * Leche * Huevo * Carnes rojas, pollo o pescado	2 tazas 1 pieza 30-60 g	2 tazas 1 pieza 90 g
Azúcares * Como azúcar refinada, mieles, mermeladas o cajeta	De 2 a 2 1/2 cucharadas en total	3 cucharadas
Grasas * Como aceites, mantequilla o margarina	De 1 1/2 a 2 cucharadas en total	2 cucharadas

*Fuente: Departamento de Educación Nutricional, INCMyNSZ.
* Considerado el peso con cáscara y semillas.*



Mitos y realidades del huevo

¿La calidad del huevo se relaciona con el color de la yema y del cascarón?

Falso. El color de la yema depende de la alimentación de la gallina. Si dicha alimentación fue escasa en carotenoides (pigmentos que pueden ser transformados en vitamina A), la yema tendrá un color amarillo pálido; mientras que si las gallinas consumieron abundantes productos ricos en estos pigmentos, la yema tendrá un color casi anaranjado. Sin embargo, no todos los carotenoides tienen la capacidad de ser transformados en vitamina A, por esta razón, el color intenso de las yemas no implica que sean nutrimentalmente mejores.

En cuanto al color del cascarón, se sabe que éste depende básicamente de la raza de la gallina, lo cual no guarda ninguna relación con el valor nutritivo del huevo. Por lo tanto, aunque el huevo rojo sea más caro, no significa que sea de mejor calidad: el contenido nutrimental del huevo blanco y del rojo es exactamente el mismo.

¿El huevo no debe consumirse crudo?

Verdadero. Es común utilizar huevo crudo en muchas preparaciones culinarias o en la alimentación infantil, pero ésta no es una práctica recomendable por dos razones:

1 Desde el punto de vista higiénico, el consumo de huevo crudo puede ser una fuente de contaminación, pues aunque el huevo está protegido por el cascarón, éste puede contener

muchas bacterias, sobre todo cuando se contamina con excremento de gallina, el cual en su composición normal contiene *Salmonella*. Además, aun cuando el cascarón no esté agrietado puede permitir el paso de bacterias al interior, a través de sus poros naturales, contaminando el alimento.

1 El huevo crudo contiene una sustancia que reduce la digestión de las proteínas, y una proteína llamada «avidina», que se une a un tipo de vitamina B (biotina) y evita su absorción, disminuyendo así su aporte nutrimental.



Afortunadamente ambas sustancias y la *Salmonella* son sensibles al calor, por lo tanto se inactivan ante el calentamiento habitual durante la cocción del huevo.

¿El consumo de huevo es perjudicial y se debe evitar a toda costa?

Falso. Al huevo se le considera un alimento «malo» debido a que contiene niveles elevados de colesterol, sin embargo, si se consumen las cantidades recomendadas de este producto, no causa ningún daño a la salud. El colesterol es un elemento necesario para el organismo porque ayuda a construir las membranas de las células nuevas y es un componente esencial de las células que forman el sistema nervioso. Por el contrario, en grandes cantidades contribuye al desarrollo de la aterosclerosis (endurecimiento de las venas), lo que puede provocar un infarto.

La clave para controlar el colesterol que se consume al ingerir huevo es la moderación: lo recomendable es no más de dos o tres huevos por semana. La restricción se refiere sólo a la yema y no a la clara, que carece de colesterol.



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

El complejo B está formado por ocho vitaminas (tiamina, riboflavina, niacina, ácido pantoténico, piridoxina, biotina, ácido fólico y cobalamina) que trabajan en conjunto para mantener al organismo en excelentes condiciones de salud. Generalmente se cree que las vitaminas proporcionan energía al cuerpo, lo cual es erróneo; en realidad el complejo B solamente ayuda a utilizar la energía que se obtiene a partir de hidratos de carbono, grasas y proteínas. Resulta inútil consumir vitaminas si el cuerpo no cuenta con los alimentos necesarios para aprovechar dicha energía.



Vitaminas del complejo B

Las ocho vitaminas del complejo B comparten la característica de ser hidrosolubles (solubles en agua); dado que la capacidad del cuerpo para almacenarlas es muy limitada se eliminan con rapidez (excepto la vitamina B12). Por este motivo es necesario consumirlas con regularidad, de lo contrario aparecerán los síntomas de la deficiencia.

Es importante resaltar que entre estas vitaminas existe una estrecha relación, por lo tanto la ingestión inadecuada de una de ellas puede deteriorar la utilización de las otras.

La función de una vitamina depende de la presencia de otra.

Fuentes

La mayoría de las vitaminas del complejo B se encuentra en alimentos de consumo frecuente, lo que aumenta la posibilidad de que usted las obtenga fácilmente.

El grupo de la carne -incluyendo pollo, carne roja y pescado- es una rica fuente de tiamina, niacina, piridoxina y cobalamina. La leche y sus derivados proveen a la dieta de riboflavina y cobalamina. Los alimentos que aportan cantidades importantes de ácido fólico son las frutas, las verduras y las leguminosas. Finalmente los cereales, como las harinas y el pan, nos proporcionan tiamina, riboflavina y niacina. Por lo tan-

to, si usted consume una dieta variada, que incluya alimentos de los grupos, garantizará el aporte adecuado de las vitaminas del complejo B.

Ingestión dietética recomendada

Las cantidades recomendadas por el INCMYN (Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición) para mantener una buena nutrición varían según la vitamina y la edad del individuo. Asimismo, durante el embarazo y la lactancia aumentan los requerimientos, ya que en el primer caso el feto extrae vitaminas

La mayoría de las vitaminas del complejo B se encuentra en alimentos de consumo frecuente, lo que aumenta la posibilidad de que usted las obtenga fácilmente.

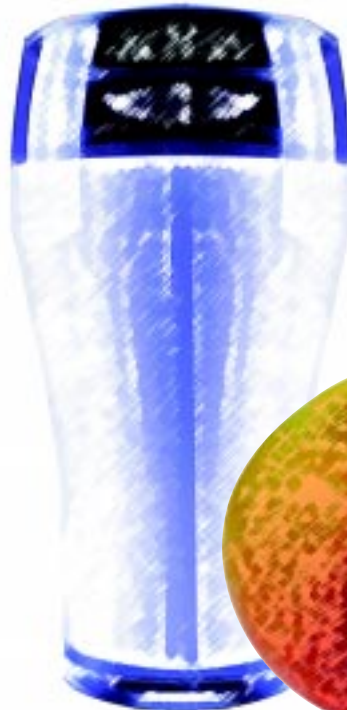


de las reservas de la madre, y en el segundo hay pérdidas diarias de vitaminas debido a la producción de leche materna. El ácido pantoténico y la biotina se encuentran en grandes cantidades en los alimentos, por tal razón no se considera necesario aumentar su ingesta.

Vitamina	Niños	Adulto (hombre)	Adulto (mujer)	Embarazo	Lactancia
Tiamina (mg)	0.35-1	1.5	1.2	1.5	1.6
Riboflavina (mg)	0.45-1.2	1.7	1.5	1.7	1.8
Niacina (mg)	6-14	20	17	17	20
A. fólico (mcg)	25-100	200	200	400	300
Biotina (mcg)	10-30	30-100	30-100	-	-
A. pantoténico (mg)	2-4.5	4-7	4-7	-	-
Cobalamina (mcg)	0.3-1.4	2	2	2.2	2.6



Las vitaminas del complejo B trabajan en conjunto para mantener el funcionamiento eficiente del organismo, y la producción de energía y diversas sustancias químicas complejas.



Funciones

Las vitaminas del complejo B trabajan en conjunto para mantener el funcionamiento eficiente del organismo, y la producción de energía y diversas sustancias químicas complejas. A continuación se especifican las funciones de cada uno de los integrantes del complejo B.

* **Tiamina** (vitamina B1): Además de ayudar a convertir los alimentos en energía, mantiene en buen estado las células del sistema nervioso, contribuyendo al envío de mensajes entre el cerebro y los nervios. Es importante para las funciones mentales, especialmente para la memoria.

* **Riboflavina** (vitamina B2): Ayuda a generar energía y también interviene en el proceso de la división celular contribuyendo a un desarrollo y crecimiento adecuados.

* **Niacina** (vitamina B3): Es un elemento indispensable en la liberación de energía a partir de los hidratos de carbono, grasas y proteínas. Contribuye en la formación de las reservas de glucosa en el cuerpo y en dosis farmacológicas disminuye los niveles de colesterol en la sangre.

* **Ácido pantoténico**: Junto con las vitaminas anteriores interviene en la liberación de energía a partir de las grasas y los hidratos de carbono; asimismo se relaciona con la producción de hormonas y glóbulos rojos.

* **Piridoxina** (vitamina B6): Es importante a nivel del sistema nervioso, ya que interviene en la formación de la capa que cubre a las neuronas y en la transmisión de señales al cerebro. También contribuye en la liberación de energía específicamente a partir de las proteínas.

* **Biotina**: Es necesaria para muchos procesos orgánicos que transforman las grasas, las proteínas y los hidratos de carbono en energía utilizable.

* **Ácido fólico**: Es un elemento indispensable durante los primeros meses del embarazo, puesto que interviene en la formación del sistema nervioso del nuevo ser y contribuye en la producción de glóbulos rojos y blancos. Es necesario para



producir las sustancias químicas naturales que controlan el estado de ánimo, el apetito y el sueño.

* **Cobalamina** (vitamina B12): Es esencial para la función normal del metabolismo de todas las células, en especial del aparato digestivo, médula ósea y tejido nervioso. Forma la cubierta que protege a las células nerviosas, mantiene sanos a los glóbulos rojos y ayuda a prevenir enfermedades del corazón. Tanto el ácido fólico como la cobalamina intervienen en la división celular, particularmente en aquellas células que se regeneran constantemente, como las que forman el aparato gastrointestinal y los glóbulos rojos.

Deficiencia

Aun cuando la mayoría de los alimentos de consumo frecuente nos provee de la cantidad recomendada de vitaminas del complejo B, si la alimentación es pobre en vitaminas o hay un problema digestivo, es probable que sobrevenga una deficiencia. En general, los nutrimentos no se consumen en forma aislada, sino que se obtienen a partir de diversos alimentos; por lo tanto, la deficiencia de vitaminas del complejo B no se presenta en forma aislada, sino por la carencia de varias de ellas.

Solamente se conoce la deficiencia aislada de tres vitaminas del complejo B:

* **Tiamina:** Su deficiencia causa una enfermedad llamada beriberi, que provoca una alteración de los sistemas nervioso y cardiovascular.

* **Niacina:** Cuando existe deficiencia de esta vitamina sobreviene una enfermedad llamada pelagra, que se caracteriza por piel agrietada, diarreas, lengua carnosa y demencia.

* **Cobalamina:** La falta de esta sustancia causa anemia megaloblástica, es decir, los glóbulos rojos son más grandes de lo normal, lo que los vuelve extremadamente frágiles e ineficientes.

La piel y la lengua son las partes más sensibles en las que se detectan las

deficiencias causadas por el complejo B. Si estas zonas corporales se encuentran dañadas, es probable que también los tejidos internos sufran alguna alteración.

Es importante señalar que la carencia también puede surgir por razones secundarias como son:

* Las personas con problemas digestivos no absorben la cantidad suficiente de vitaminas del complejo B a nivel intestinal.

* El abuso en el consumo de alcohol bloquea la capacidad del organismo para absorber las vitaminas del complejo B y también provoca que se eliminen con rapidez.

* Los individuos que llevan una dieta vegetariana estricta suelen padecer deficiencia de vitamina B12 porque no ingieren productos de origen animal.

* Los fumadores corren el riesgo de sufrir deficiencia, ya que el tabaco aminora la absorción de las vitaminas del complejo B.

* Se sabe que el consumo de algunos anticonceptivos provoca deficiencia de piridoxina.

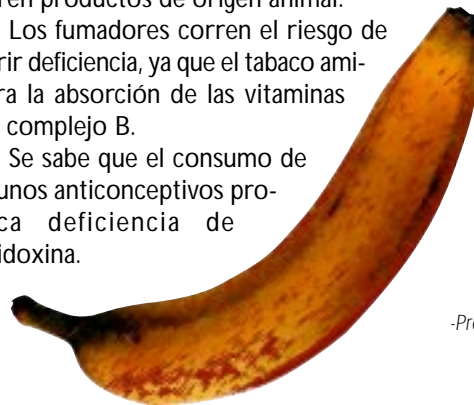


Para corregir las deficiencias sólo basta consumir el grupo de alimentos que falta en la dieta o corregir la causa de la deficiencia. Los vendedores de suplementos alimenticios aseguran que las vitaminas son indispensables para la vida, sin embargo se puede obtener una buena nutrición a través de una dieta correcta, que incluya alimentos de cada grupo. En realidad no existe mejor suplemento vitamínico que los propios alimentos.

Toxicidad

La toxicidad causada por las vitaminas del complejo B es poco probable, ya que el exceso se elimina a través de la orina. El margen de seguridad en su ingesta diaria indica un consumo hasta de 50 ó 100 veces mayor en personas sanas. Únicamente las personas con problemas alérgicos y que consumen suplementos vitamínicos en dosis superiores y durante largo tiempo, pueden llegar a presentar síntomas de toxicidad; en esos casos las células, al verse saturadas de vitaminas del complejo B, tienen que realizar un trabajo extra para reducir el exceso, provocando en algunas ocasiones mala absorción de otros nutrimentos o problemas vasculares que originan una coloración rojiza en manos, pies y cara.

Fuentes: -Unidad de Alimentación y Nutrición, Dirección de Educación para el Consumo, PROFECO; y Departamento de Educación Nutricional, INCMYNSZ.
-Understanding Nutrition, McGraw-Hill, E. U., 1997.
-Mahan. Nutrición y Dietoterapia de Krause, Interamericana, México, 1995.
-Winick, M. Enciclopedia Columbia de Nutrición, Grijalbo, México, 1994.
-Pressman, A. Vitaminas y Minerales, Pearson Educación, México, 1997.



Ajo

El ajo es una planta que se cultiva desde épocas muy antiguas, es originaria de Asia y pertenece a la misma familia de las cebollas (*Allium cepa*). Las hojas de este vegetal son largas, estrechas y planas, en tanto que la cabeza -bulbo- está formada por varios dientes, cada uno cubierto por una piel blanca.

Existen diferentes variedades de ajo: el blanco, de tamaño regular, que es el que comúnmente conocemos; el rosa, que se caracteriza por sus dientes rojizos; y finalmente el macho, que está formado por un solo diente de mayor tamaño.

El bulbo de sabor penetrante es rico principalmente en potasio y zinc; el potasio es el encargado de regular la cantidad de agua que retienen las células del organismo y es esencial para el adecuado funcionamiento de los riñones, el corazón y otros músculos.

El ajo se utiliza cotidianamente en la cocina como condimento para dar sabor a innumerables platillos, ya sea fresco, seco, cocido, en aceite o en polvo.

Al ajo se le atribuyen muchas propiedades médicas por los compuestos de azufre que contiene. En la medicina natural se afirma que tomándolo diariamente puede ayudar a reducir la presión arterial y las concentraciones de colesterol en la sangre; además es útil como descongestionante nasal, desparasitante y desinflamatorio.

Su principal época de producción es durante los meses de enero a julio, pero se encuentra en el mercado todo el año.

Al comprarlo se recomienda elegir los ajos que sean pesados (si son muy ligeros para su tamaño significa que ya están secos). La piel que envuelve la cabeza debe estar seca y desprenderse fácilmente como si fuera papel.

El ajo se debe guardar en un sitio fresco, seco y bien ventilado; de esta forma se conserva hasta por tres semanas.



Granada china

La granada china es un fruto de una variedad de la *passionaria*, planta originaria de Brasil que recibe este nombre porque la gente ve en su flor el símbolo de los atributos de la pasión. Esta fruta es de cáscara delgada con consistencia quebradiza, de color anaranjado rojizo, forma ovoide y tamaño mediano. En su interior se encuentra una gran cantidad de semillas color grisáceo, cubiertas por una sustancia dulce de consistencia gelatinosa y transparente.

Este fruto, de aroma suave, es rico en fibra dietética y en potasio. Además representa una buena fuente de ácido fólico, el cual es esencial para la formación de los glóbulos rojos y blancos, y algunos componentes del sistema nervioso. Aporta 97 kcal por cada 100 gramos de producto comestible.

Se consume principalmente al natural; para abrir la fruta se recomienda cortar una franja de cáscara de la parte superior y disfrutar su delicado sabor.

Se cultiva principalmente en el Estado de México y en Oaxaca; su época de cosecha es durante los meses de noviembre a febrero.

Le sugerimos escoger las granadas que son pesadas, de cáscara brillante, sin magulladuras, ni manchas color café o negro.

Las granadas se conservan bien durante tres o cuatro días si se colocan en un lugar fresco y seco.

Si se guardan en el cajón de las verduras del refrigerador pueden durar hasta una semana.

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

Si de ir al cine se trata...

Acudir al cine es una de las diversiones familiares preferidas y en los últimos cinco años las salas cinematográficas han tenido un sorprendente resurgimiento en todo el país, es por ello que PROFECO realizó una investigación de mercado sobre los cines de la ciudad de México y la zona conurbada, que incluyó un sondeo de opinión entre 400 consumidores para conocer sus inquietudes acerca de los cines y sus servicios, asimismo se efectuó una recopilación de tarifas (al mes de noviembre del 2000) e información sobre las cadenas cinematográficas.





Las cadenas de cines incluidas en este trabajo fueron: la **Organización Ramírez** (Multicinenemas, Cinépolis, Gemelos y Cinemas), **Cinemex**, **Lumière**, **Cinemas Metrópolis** (Grupo Intecine), **Cinemark**, **Cinemas 2000**, **Grupo Eco-cinemas**, **Cineteca Nacional** y **Papalote**, **Museo del Niño** (Megapantalla).



Los consumidores opinan

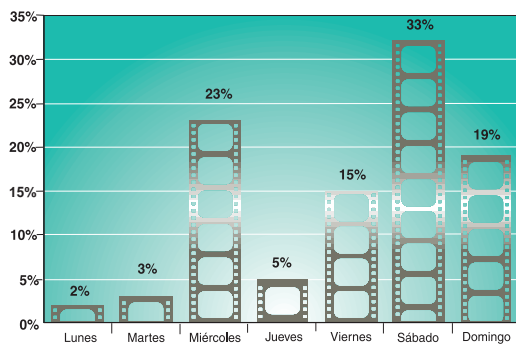
De acuerdo con el sondeo, los días favoritos para acudir al cine son los sábados (33%), miércoles (23%) y domingos (19%).

Los horarios preferidos para asistir al cine son de las 16:00 a las 20:00 horas, porque es cuando ya concluyeron las labores cotidianas.

En cuanto a la frecuencia de asistencia, los consumidores encuestados señalan que acuden esporádicamente (29.5%), una vez al mes (26%), una vez a la quincena (24.5%), y una vez a la semana (20%).

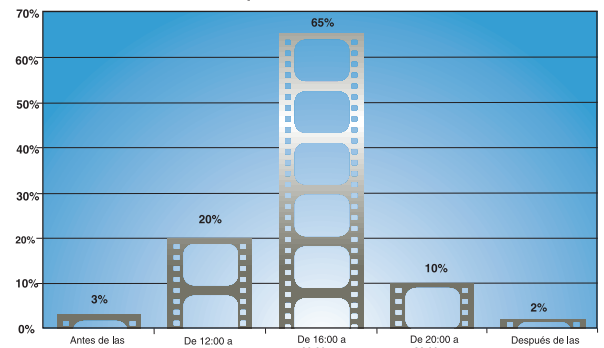
El 77 por ciento de la muestra (308 personas) prefiere asistir al cine en pareja o en compañía de hasta tres personas más. El 16 por ciento (64 personas) afirmaron que acuden en grupo, mientras que la costumbre de ir solo es mínima, ya que únicamente el 7 por ciento (28 personas) mencionó esta opción.

Días que acostumbran acudir al cine



Total de la muestra: 400 personas

Horario en que acostumbran acudir al cine



Total de la muestra: 400 personas

Sobre la calidad del servicio

En general, los usuarios opinan que la calidad de la imagen en todos los cines es muy buena, sin embargo, en lo que se refiere a los intermedios o a los «cortos» al inicio de la película, al 32.0 por ciento de los entrevistados (128 personas) les causa molestia y algunos solicitan que esta práctica se elimine; al 68 por ciento restante (272 personas) les agrada porque, entre otras razones, tienen tiempo de acomodarse, comprar golosinas y enterarse de qué cintas se exhiben o de los próximos estrenos.





Información sobre tarifas

La información que publican y difunden las salas cinematográficas es esencial para los consumidores, ya que les proporciona datos acerca de las películas en exhibición, horarios, ubicación de las salas, tarifas, etcétera, y en este sentido, los porcentajes de aceptación van del 47.1 al 63.5 por ciento, es decir, la información ofrecida cumple con las expectativas de los usuarios.

Sin embargo, los consumidores manifiestan que desean estar informados sobre aspectos como: tarifas y precios (boletos por horario y día, dulcería y estacionamiento), reseñas sobre las próximas películas, servicios que ofrecen las salas, domicilio y teléfonos de los cines, cupo disponible por sala y por película, promociones especiales, hora exacta de inicio de las películas (sin cortes), tiempo de exhibición de la cinta, tamaño de las pantallas, si existe permanencia voluntaria, tiempo que duran los cortes, si hay intermedio, cuál es el mecanismo para hacer reservaciones, qué capacidad tiene el estacionamiento (en caso de contar con él), así como conocer sus derechos y obligaciones.

Fallas técnicas

El 93 por ciento de los entrevistados (372 personas) no reportó haber presenciado ninguna falla técnica durante la proyección, y expresó que este aspecto habla bien de las cadenas de cine, ya que se preocupan por reducir al máximo estos percances, lo que garantiza una transmisión continua y de calidad.

El sonido de las películas fue calificado por los usuarios como «excelente» y «muy bien». La cadena Metrópolis fue la única que obtuvo la calificación de «excelente», mientras que la calificación «muy bien» englobó a las salas pertenecientes a los grupos restantes, lo cual nos indica que los usuarios no tienen queja respecto del sonido.

Recomendaciones para los cinéfilos

Antes de acudir a un cine le sugerimos tomar en cuenta:

- En qué salas y horarios se proyecta la cinta de su preferencia.
- Las tarifas de admisión (según el día que piense asistir).
- Si hay promociones y descuentos para niños y personas de la tercera edad y cuáles son los requisitos para su aplicación.
- El número de salas y la capacidad de las mismas.
- Si hay permanencia voluntaria.
- Las tarifas del estacionamiento en caso de llevar su vehículo.
- Cuáles son las promociones que ofrecen el miércoles (2 x 1 o precio reducido sobre su tarifa normal).
- Los precios de los alimentos que se expendan en la dulcería, como palomitas y refrescos.



Principales quejas

1) **Tarifas de la taquilla y la dulcería.** Considerando que el cine es un espectáculo familiar (las familias se conforman por un mínimo de tres integrantes), al precio de los boletos se debe sumar lo que gaste en la dulcería y en el estacionamiento, con lo cual la cantidad erogada al asistir a una función cinematográfica se eleva considerablemente.

2) **Falta de boletaje.** Para algunos usuarios la principal molestia es no encontrar boletos disponibles, sobre todo en funciones de estreno.

3) **Higiene en las salas y los baños.** En ciertas ocasiones, la falta de higiene ha sido la causa de que un usuario no regrese al mismo cine y prefiera trasladarse a lugares más lejanos en busca de la comodidad adicional que brinda la limpieza de un establecimiento.

4) **Tamaño de las salas y estacionamientos cercanos.** En opinión de los entrevistados la capacidad de algunas salas cinematográficas y estacionamientos resulta insuficiente, dado que a veces la demanda sobrepasa a la oferta.

5) **Otras quejas.** En determinados cines los usuarios están inconformes

con la calidad de proyección de las películas, intermedios y cortos, atención del personal, impuntualidad, exceso de ruido, falta de permanencia voluntaria, incomodidad de las butacas, inseguridad, carencia de rutas de evacuación y tamaño inapropiado de las pantallas, entre otros aspectos.

Al preguntar a los entrevistados qué sugieren para mejorar el servicio en los cines, la mayoría coincidió en que sería bueno **reducir las tarifas de entrada y el precio de los productos de la dulcería y la tarifa del estacionamiento,** así como crear promociones para estudiantes y ancianos.

Otras sugerencias se relacionan con el tamaño y las condiciones de las instalaciones: **mejorar la limpieza y la ventilación, la distribución de butacas,** que atiendan mejor al cliente y **que las salas sean más grandes.**

También sugirieron **puntualidad, más taquillas, vigilancia, permanencia voluntaria, películas nacionales, vigilancia de PROFECO, numerar butacas,** no permitir la entrada después de que ha iniciado la película y **asignar lugares especiales para discapacitados.**



Obligaciones y derechos básicos de los usuarios de cines

Obligaciones

1. Pagar el boleto
2. Cuidar las instalaciones.
3. Apagar celulares o radiocalizadores
4. Guardar silencio
5. Reportar irregularidades

Derechos

1. Que les respeten las tarifas anunciadas
2. Recibir buena atención
3. Seguridad
4. Salas limpias
5. Puntualidad de proyecciones

Clasificación de los cines

Los cines se clasifican en comerciales y de difusión cultural dependiendo del tipo de películas que proyectan.

En la primera categoría se encuentran: Multicinemas, Cinépolis, Cinemex, Lumière, Cinemas Metrópolis, Multimax, Cinemark, Cinemas 2000 y Grupo Eco-cinemas; los de difusión cultural son la Cineteca Nacional y la Megapantalla de Papalote, Museo del Niño. Este último se incluyó en el presente trabajo por tratarse de un espacio donde se proyectan cintas culturales en formato IMAX (hay ocho pantallas de este tipo en nuestro país, una en el D. F. y las demás en Aguascalientes, León, Nuevo León, Puebla, Tabasco, Tijuana y Veracruz).

A continuación le presentamos una descripción de los cines que existen en la zona metropolitana de la ciudad de México, la cual puede servir como referencia a los consumidores del interior del país.



Multicinemas

Esta cadena pertenece a la Organización Ramírez y tiene cines en varios estados. En la zona metropolitana de la ciudad de México los cines de esta cadena son Apolo Satélite, Plaza Neza, Torres Lindavista, Aurrera Izcalli, Sala de Arte Agustín Lara, La Raza, Plaza Merced Abasto, Tepeyac, Plaza Oriente, Churubusco, Armas, Aragón, Center Plaza, Tlalnepantla, Atizapán, Toreo, Izcalli, Luis Spota, Vía Morelos, Villa Coapa y Villas de la Hacienda.

En esta cadena, los cines que cobraron las tarifas más elevadas en noviembre (durante los días viernes, sábado y domingo) fueron Apolo Satélite (\$ 34.00), Tepeyac (\$ 30.00), Plaza Oriente (\$ 30.00), Churubusco (\$ 30.00) y Center Plaza (\$ 30.00).

Por su parte, las salas con las tarifas más bajas fueron Toreo (\$ 20.00), Luis Spota (\$ 20.00) y Villas de la Hacienda (\$ 20.00).

La mayoría de los cines pertenecientes a Multicinemas sí ofrecen descuentos a los estudiantes (niños) y personas de la tercera edad. Los miércoles algunos cines reducen sus tarifas sin distinción de edad, y otros promueven el 2 x 1.

Esta cadena no ofrece permanencia voluntaria.

Se detectó que los estacionamientos gratuitos cercanos al cine se ubican en Apolo Satélite, La Raza, Armas, Tlalnepantla, Atizapán, Luis Spota y Vía Morelos. Para el resto sí se cobra una tarifa que oscila entre \$ 4.00 y \$ 10.00 por hora.

De los datos disponibles acerca de los estacionamientos, el número de vehículos que pueden ingresar son: Armas (1000),

Luis Spota (700), Vía Morelos (500), Atizapán (300), Apolo Satélite (128), Churubusco (120), Tlalnepantla (60) y Toreo (59).

En cuanto al número de salas que tiene cada uno de los cines de esta cadena en orden decreciente son: Center Plaza (8), Torres Lindavista (6), Plaza Merced Abasto (4), Plaza Oriente (4), Plaza Neza (3), La Raza (3), Tepeyac (3), Churubusco (3), Atizapán (3), Toreo (3), Villas de la Hacienda (3), Aurrera Izcalli (2), Aragón (2), Tlalnepantla (2), Luis Spota (2), Vía Morelos (2), Villa Coapa (2) y Sala de Arte Agustín Lara (1), esta última es la de mayor capacidad con un total de 811 butacas.

Para efectos de claridad se clasificaron las presentaciones de palomitas y refrescos por tamaños, sin embargo cabe aclarar que las cadenas venden estos productos por onzas, por lo que los contenidos varían según la cadena a la que usted asista.

Adquirir palomitas y un refresco en los cines de esta cadena le cuesta:

Palomitas: chicas de \$ 11.00 a \$ 14.00
medianas de \$ 13.00 a \$ 17.00
grandes de \$ 16.00 a \$ 20.00
jumbo de \$ 20.00 a \$ 23.00

Refrescos: chicos de \$ 11.00 a \$ 13.00
medianos de \$ 13.00 a \$ 17.00
grandes de \$ 15.00 a \$ 19.00
jumbo de \$ 19.00 a \$ 22.00

Cinépolis

Estos cines también pertenecen a la Organización Ramírez y en la zona metropolitana de la ciudad de México se ubican las salas Diana, Interlomas, Miramontes, Plaza Satélite, Pabellón Bosques, Azcapotzalco, Bucareli, Hollywood y Coacalco.

Aplican una tarifa reducida a los niños y personas de la tercera edad. Los miércoles la disminuyen sin distinción de edad.

Las tarifas más elevadas corresponden a los domingos, en especial los cines Interlomas (\$ 40.00), Plaza Satélite (\$ 40.00) y Pabellón Bosques (\$ 38.00).

Los cines con menor tarifa (\$ 25.00) son Hollywood y Azcapotzalco.

No ofrecen permanencia voluntaria en sus funciones.

El estacionamiento es gratuito en Pabellón Bosques y Coacalco; en Plaza Satélite sólo las dos primeras

horas son gratuitas. En el resto de los cines se debe pagar una tarifa que oscila entre \$ 5.00 y \$ 10.00 por hora, dependiendo del lugar seleccionado.

El número de salas que integra a cada uno de los cines de esta cadena es: Interlomas (16), Miramontes (15), Plaza Satélite (15), Coacalco (12), Diana (8), Azcapotzalco (6), Bucareli (6), Pabellón Bosques (5) y Hollywood (5).

Los precios de palomitas y refrescos son:

Palomitas: chicas de \$ 14.00 a \$ 16.00
grandes de \$ 20.00 a \$ 21.00
jumbo de \$ 23.00 a \$ 24.00

Refrescos: chicos de \$ 14.00 a \$ 16.00
medianos de \$ 17.00 a \$ 18.00
grandes de \$ 19.00 a \$ 20.00



Cinemex

Esta cadena cuenta con una importante presencia en el negocio del esparcimiento a nivel nacional. En la zona metropolitana de la ciudad de México están Plaza Masaryk, Altavista, Mundo E, Cuicuilco, Insurgentes, Loreto, Santa Fe, WTC, Manacar, Ticomán, Gran Sur, Palomas, Perinorte, Ecatepec, Zaragoza, Galerías, Legaria, Los Reyes, San Mateo, Palacio Chino, Cuauhtémoc, Polanco, Metepec e Iztapalapa.

Ofrece una tarifa reducida en todos sus cines a los niños y personas de la tercera edad. Los miércoles se cobra una tarifa menor sin distinción de edad.

Para el mes de noviembre la tarifa más alta era de \$ 40.00, durante los viernes, sábados y domingos en Masaryk, Altavista, Mundo E, Cuicuilco, Insurgentes, Loreto, Santa Fe, WTC, Manacar y Polanco.

A su vez, la tarifa más baja fue de \$ 24.00 en Legaria; seguida por \$ 25.00 en las salas Palomas, Ecatepec, Zaragoza, Los Reyes e Iztapalapa.

Los cines de esta cadena **no ofrecen permanencia voluntaria en ninguna de sus salas.**

El servicio de estacionamiento es gratuito en las salas Palomas, Ecatepec, Zaragoza, Los Reyes, San Mateo e Iztapalapa. En el Palacio Chino no hay estacionamiento. Para el resto existe una tarifa que oscila entre \$ 7.00 y \$ 25.00 por hora, dependiendo del lugar y la zona.



Cinemex proporcionó los datos sobre la capacidad de los estacionamientos (número de cajones) más cercanos a sus salas, mismos que se indican a continuación en orden decreciente: Santa Fe (7,500), Mundo E (3,600), WTC (3,200), San Mateo (1,615), Gran Sur (1,450), Cuicuilco (1,362), Loreto (1,200), Galerías (950), Insurgentes (820), Ticomán (667), Perinorte (520), Altavista (500), Legaria (480), Ecatepec (427), Iztapalapa (376), Zaragoza (334), Palomas (279), Los Reyes (270), Manacar (250) y Masaryk (150).

Cuánto gastan dos personas en una función vespertina de sábado

CADENA	LUGAR	ENTRADA	ESTACIONAMIENTO	PALOMITAS	REFRESCOS	GASTO TOTAL
 Multicinemas	C. APOLO SATÉLITE	\$68.00	gratuito	\$34.00	\$34.00	\$136.00
	PLAZA NEZA	\$48.00	n/e	\$28.00	\$28.00	\$104.00*
	G. AURRERA IZCALLI	\$48.00	n/e	\$26.00	\$26.00	\$100.00*
	SALA DE ARTE AGUSTÍN LARA	\$56.00	gratuito	\$24.00	\$24.00	\$104.00
	M. LA RAZA	\$48.00	gratuito	\$28.00	\$28.00	\$104.00
	M. PLAZA MERCED ABASTO	\$52.00	\$6.00	\$28.00	\$28.00	\$114.00
	M. TEPEYAC	\$60.00	gratuito	\$28.00	\$28.00	\$116.00
	M. PLAZA ORIENTE	\$60.00	n/e	\$28.00	\$24.00	\$112.00*
	M. CHURUBUSCO	\$60.00	\$10.00	\$28.00	\$28.00	\$126.00
	M. ARMAS	\$50.00	gratuito	\$28.00	\$28.00	\$106.00
	G. ARAGÓN	\$52.00	n/e	\$26.00	\$26.00	\$104.00*
	M. CENTER PLAZA	\$60.00	\$8.00	\$28.00	\$28.00	\$124.00
	M. TORRES LINDAVISTA	\$52.00	\$20.00	\$28.00	\$28.00	\$128.00
	G. TLALNEPANTLA	\$48.00	gratuito	\$26.00	\$26.00	\$100.00
	M. ATIZAPÁN	\$44.00	gratuito	\$28.00	\$28.00	\$100.00
	M. TOREO	\$40.00	\$8.00	\$28.00	\$28.00	\$104.00
	G. LUIS SPOTA	\$40.00	gratuito	\$26.00	\$26.00	\$92.00
	G. VÍA MORELOS	\$44.00	gratuito	\$26.00	\$26.00	\$96.00
G. VILLA COAPA	\$48.00	n/e	\$24.00	\$26.00	\$98.00*	
M. VILLAS DE LA HACIENDA	\$40.00	n/e	\$26.00	\$26.00	\$92.00*	
 Cinépolis	DIANA	\$70.00	\$16.00	\$34.00	\$34.00	\$154.00
	INTERLOMAS	\$80.00	n/e	\$36.00	\$36.00	\$152.00*
	MIRAMONTES	\$70.00	\$8.00	\$36.00	\$36.00	\$150.00
	PLAZA SATÉLITE	\$80.00	gratuito	\$36.00	\$36.00	\$152.00
	PABELLÓN BOSQUES	\$76.00	gratuito	\$36.00	\$36.00	\$148.00
	AZCAPOTZALCO	\$50.00	gratuito	\$34.00	\$34.00	\$118.00
	BUCARELI	\$60.00	\$10.00	\$34.00	\$34.00	\$138.00
	HOLLYWOOD	\$50.00	\$8.00	\$34.00	\$34.00	\$126.00
COACALCO	\$60.00	gratuito	\$34.00	\$34.00	\$128.00	
Cinemex (continúa...)	MASARYK	\$80.00	\$50.00	\$35.00	\$35.00	\$200.00
	ALTAVISTA	\$80.00	\$28.00	\$35.00	\$35.00	\$178.00

*Considerar entre \$ 16.00 y \$ 32.00 por dos horas de estacionamiento, a razón de entre \$ 6.00 y \$ 16.00 por hora, dependiendo del cine al que asista.

n/e: No especificó

CADENA	LUGAR	ENTRADA	ESTACIONAMIENTO	PALOMITAS	REFRESCOS	GASTO TOTAL
 Cinemex	MUNDO E	\$80.00	\$20.00	\$35.00	\$35.00	\$170.00
	CUICUILCO	\$80.00	\$16.00	\$35.00	\$35.00	\$166.00
	INSURGENTES	\$80.00	\$16.00	\$35.00	\$35.00	\$166.00
	LORETO	\$80.00	\$28.00	\$35.00	\$35.00	\$178.00
	SANTA FE	\$80.00	\$30.00	\$35.00	\$35.00	\$180.00
	WTC	\$80.00	\$24.00	\$35.00	\$35.00	\$174.00
	MANACAR	\$80.00	\$24.00	\$35.00	\$35.00	\$174.00
	TICOMÁN	\$60.00	\$14.00	\$33.00	\$35.00	\$142.00
	GRAN SUR	\$70.00	\$10.00	\$35.00	\$35.00	\$150.00
	PALOMAS	\$50.00	gratuito	\$33.00	\$34.00	\$117.00
	PERINORTE	\$60.00	\$10.00	\$33.00	\$34.00	\$137.00
	ECATEPEC	\$50.00	gratuito	\$33.00	\$34.00	\$117.00
	ZARAGOZA	\$50.00	gratuito	\$33.00	\$34.00	\$117.00
	GALERÍAS	\$70.00	\$24.00	\$35.00	\$35.00	\$164.00
	LEGARIA	\$50.00	\$10.00	\$33.00	\$33.00	\$125.00
	LOS REYES	\$50.00	gratuito	\$33.00	\$35.00	\$118.00
	SAN MATEO	\$64.00	gratuito	\$35.00	\$35.00	\$134.00
	PALACIO CHINO	\$60.00	no hay estacionamiento	\$33.00	\$34.00	\$127.00
	IZTAPALAPA	\$50.00	gratuito	\$33.00	\$35.00	\$118.00
	CUAUHTÉMOC	\$60.00	n/e	\$35.00	\$35.00	\$130.00*
POLANCO	\$80.00	n/e	\$35.00	\$35.00	\$150.00*	
METEPEC	\$64.00	n/e	\$35.00	\$35.00	\$134.00*	
 Lumière	HIPÓDROMO CONDESA	\$50.00	no hay estacionamiento	\$35.00	\$33.00	\$118.00
	INGUARÁN	\$50.00	no hay estacionamiento	\$35.00	\$33.00	\$118.00
	PLAZA LA ROSA	\$66.00	\$16.00	\$35.00	\$33.00	\$150.00
	PRADO COAPA	\$66.00	\$20.00	\$35.00	\$33.00	\$154.00
	REFORMA	\$66.00	\$10.00	\$40.00	\$34.00	\$150.00
	TLALPAN	\$60.00	gratuito	\$35.00	\$33.00	\$128.00
	VIADUCTO	\$56.00	no hay estacionamiento	\$35.00	\$33.00	\$124.00
	CHALCO	\$56.00	\$5.00	\$35.00	\$33.00	\$129.00
	V. CARRANZA	\$50.00	\$24.00	\$35.00	\$33.00	\$142.00

n/e: No especificó

CADENA	LUGAR	ENTRADA	ESTACIONAMIENTO	PALOMITAS	REFRESCOS	GASTO TOTAL
 Cinemas Metrópolis (Grupo Intecine)	INSURGENTES	\$70.00	\$10.00	\$36.00	\$32.00	\$146.00
	LINTERNA MÁGICA	\$50.00	gratuito	\$36.00	\$32.00	\$118.00
	VALLE DORADO	\$60.00	\$6.00	\$36.00	\$32.00	\$134.00
	PLAZA EL SALADO	\$40.00	\$4.00	\$34.00	\$30.00	\$108.00
	CHIMALHUACÁN	\$44.00	no hay estacionamiento	\$34.00	\$30.00	\$108.00
	TULTITLÁN	\$40.00	gratuito	\$36.00	\$32.00	\$108.00
	PLAZA LOMAS ESTRELLA	\$46.00	gratuito	\$36.00	\$32.00	\$114.00
 Cinemark	CHURUBUSCO (CNA)	\$80.00	n/e	\$42.00	\$42.00	\$164.00*
	PEDREGAL	\$80.00	n/e	\$42.00	\$42.00	\$164.00*
	PERICOAPA	\$70.00	n/e	\$42.00	\$42.00	\$154.00*
	POLANCO	\$70.00	n/e	\$42.00	\$42.00	\$154.00*
	TLÁHUAC	\$50.00	n/e	\$36.00	\$38.00	\$124.00*
 Cinemas 2000	TLÁHUAC	\$36.00	gratuito	\$14.00	\$12.00	\$62.00
	LOMAS VERDES	\$50.00	\$6.00	\$16.00	\$14.00	\$86.00
	LA VILLA	\$44.00	gratuito	\$14.00	\$12.00	\$70.00
	LOS REYES	\$36.00	gratuito	\$14.00	\$12.00	\$62.00
 Grupo Ecocinemas	ERMITA	\$50.00	no hay estacionamiento	\$20.00	\$16.00	\$86.00
	AMÉRICAS	\$50.00	n/e	\$20.00	\$16.00	\$86.00
	ATIZAPÁN	\$40.00	gratuito	\$20.00	\$16.00	\$76.00
Cineteca Nacional	CINETECA NACIONAL	\$50.00	\$12.00	\$10.00	\$10.00	\$82.00
Papalote, Museo del Niño (Megapantalla)	MEGAPANTALLA CHAPULTEPEC	\$70.00	\$16.00	n/e	n/e	\$86.00

n/e: No especificó

*Considerar entre \$ 16.00 y \$ 32.00 por dos horas de estacionamiento, a razón de entre \$ 6.00 y \$ 16.00 por hora, dependiendo del cine al que asista.

Fuente: Dirección de Mercadotecnia Social, Coordinación General de Investigación y Difusión, PROFECO.

El número de salas que tiene cada cine (en orden decreciente) es: Mundo E (19), Santa Fe (14), WTC (14), Ticomán (14), Galerías (14), Cuicuilco (12), Gran Sur (12), Perinorte (12), San Mateo (12), Iztapalapa (12), Ecatepec (11), Zaragoza (11), Palacio Chino (11), Loreto (10), Palomas (10), Legaria (10), Los Reyes (10), Manacar (9), Insurgentes (7), Altabista (6) y Masaryk (4).

El precio de las palomitas y los re-

frescos en Cinemex (al mes de noviembre del 2000) varía poco entre salas, en promedio son:

Palomitas: chicas \$ 15.50
 medianas \$ 17.50
 grandes \$ 19.00

Refrescos: chicos \$ 15.50
 medianos \$ 17.50
 grandes \$ 19.50

En las dulcerías del Grupo Cinemex se ofrece el llamado paquete «Combo», que incluye palomitas, refresco de 16 onzas y una paleta de 48 onzas (en ocasiones la paleta puede sustituirse por otra de malvavisco o un chocolate), y su precio oscila entre \$ 29.00 y \$ 31.00. Es importante señalar que en la compra de refrescos y palomitas grandes, sólo durante la proyección de la película, se rellenan los envases cuantas veces se desee.



Lumière

Esta cadena agrupa nueve cines ubicados en la ciudad de México: Hipódromo Condesa, Inguarán, Plaza La Rosa, Prado Coapa, Reforma, Tlalpan, Viaducto, Chalco y Venustiano Carranza.

Las tarifas de entrada más elevadas (\$ 33.00) las encontramos los fines de semana en Plaza La Rosa, Prado Coapa y Reforma; mientras que las tarifas más bajas se localizan en Hipódromo Condesa, Inguarán y Venustiano Carranza (\$ 25.00).

Solamente en Hipódromo Condesa hay permanencia voluntaria.

En Hipódromo Condesa, Inguarán y Viaducto no hay estacionamiento; en Tlalpan este servicio es gratuito; en Plaza La Rosa, Prado Coapa, Reforma, Chalco y Venustiano Carranza se debe pagar la tarifa correspondiente.

El número de salas que tiene cada uno de los cines es: Prado Coapa (10), Chalco (10), Tlalpan (8), Hipódromo Condesa (6), Inguarán (6), Plaza La Rosa (4), Reforma (4), Viaducto (3), Venustiano Carranza (1), cabe señalar que esta última sala es la de mayor cupo (1119 espectadores).

En todas las salas Lumière los precios de palomitas y de refrescos son los mismos:

Palomitas: chicas \$ 14.00
medianas \$ 16.00
grandes \$ 17.50

Refrescos: chicos \$ 14.00
medianos \$ 16.50
grandes \$ 17.50

Cinemark

En la ciudad de México existen sólo cinco cines: Churubusco (Centro Nacional de las Artes), Pedregal, Pericoapa, Polanco y Tláhuac.

En esta cadena la tarifa más alta es de \$ 40.00 y la encontramos en los cines Churubusco, Pedregal y Polanco; mientras que la

menor corresponde a Tláhuac (\$ 25.00).

Esta cadena no ofrece permanencia voluntaria en ninguna de sus salas.

El número de salas con que cuenta cada cine de la cadena es: Pericoapa (15), Churubusco (13), Pedregal (10), Tláhuac (10) y Polanco (8).

Todos (excepto Tláhuac) venden las palomitas chicas a \$ 17.00, medianas a \$ 21.00 y grandes a \$ 24.00.

Mientras que los refrescos cuestan: chicos \$ 18.00, medianos \$ 21.00 y grandes \$ 24.00.

Cinemas 2000

Esta cadena agrupa cuatro cines ubicados en Tláhuac, Lomas Verdes, La Villa y Los Reyes.

Sus tarifas son similares en todas las salas sin distinción de edad y los miércoles ofrecen una reducción en el precio de las mismas.

Los cines que cobran más son Lomas Verdes (\$ 25.00) y La Villa (\$ 22.00); mientras que los más baratos son Los Reyes (\$ 18.00) y Tláhuac (\$ 18.00).

Todas las salas ofrecen permanencia voluntaria.

En cuanto a la capacidad de los estacionamientos, el de Los Reyes tiene cupo para 250 vehículos, el res-

to para 200. En materia de tarifas, sólo el estacionamiento de Lomas Verdes cobra (\$ 3.00 por hora), mientras que en el resto de los cines son gratuitos.

El número de salas con que dispone cada uno de los cines es: Tláhuac (5), Los Reyes (4), La Villa (3) y Lomas Verdes (2).

Los precios de las palomitas y de los refrescos son prácticamente idénticos en todos los cines, a excepción de Lomas Verdes.

Las palomitas chicas (vaso) cuestan \$ 7.00 y la cubeta \$ 14.00. Los refrescos de lata \$ 6.00.

Cinemas Metrópolis

La cadena Metrópolis (Grupo Intecine) tiene siete cines en la zona metropolitana de la ciudad de México: Insurgentes, Linterna Mágica, Valle Dorado, Plaza El Salado, Chimalhuacán, Tultitlán y Plaza Lomas Estrella.

Las tarifas más altas de este grupo las localizamos los viernes, sábados y domingos en Insurgentes (\$ 35.00) y Valle Dorado (\$ 30.00).

Las tarifas más bajas se encuentran en los cines Chimalhuacán (\$ 22.00) y Tultitlán (\$ 20.00).

En los cines de esta cadena los miércoles se cobra una tarifa de entrada menor (2 x 1 sobre \$ 20.00): Insurgen-

tes (\$ 25.00), Linterna Mágica, Tultitlán y Valle Dorado (\$ 15.00), Plaza Lomas Estrella y Plaza El Salado (\$ 12.00).

En ninguna sala del Grupo Intecine existe permanencia voluntaria.

En Chimalhuacán no hay estacionamiento, pero si acude a Linterna Mágica, Tultitlán o Plaza Lomas Estrella el estacionamiento es gratuito. En Insurgentes, Valle Dorado y Plaza El Salado deberá pagar la tarifa correspondiente.

El estacionamiento con mayor capacidad es el de Valle Dorado (1,100 cajones), le siguen Plaza Lomas Estrella (720 cajones), Plaza El Salado (336 cajones), Insurgentes y Tultitlán (200 cajones res-

pectivamente); el Linterna Mágica sólo tiene 50 cajones.

El número de salas con que cuenta cada cine del Grupo Metrópolis es: Valle Dorado y Tultitlán (8), Plaza Lomas Estrella (6), Insurgentes y Chimalhuacán (3), Linterna Mágica (2) y Plaza El Salado (2).

En el Grupo Metrópolis (con excepción de Chimalhuacán y Plaza El Salado) el precio de las palomitas y de los refrescos es el mismo: las palomitas chicas cuestan \$ 15.00, las grandes \$ 18.00 y la cubeta \$ 30.00. Los refrescos chicos \$ 13.00, medianos \$ 16.00 y grandes \$ 20.00.



Grupo Ecocinemas

Este grupo está integrado por los cines Ermita, Las Américas y Atizapán.

En ellos se cobra la misma tarifa sin distinción de edad, excepto el miércoles, que se reduce para todos los asistentes: en Ermita y Las Américas \$ 15.00 y en Atizapán \$ 12.00.

Las tarifas más altas se localizaron en Ermita y Las Américas (\$ 25.00), mientras que la menor correspondió a Atizapán (\$ 20.00).

En estos cines sí hay permanencia voluntaria. El cine Ermita no cuenta con estacionamiento, y en el de Atizapán es gratuito.

El número de salas de estos cines es el siguiente: Ermita (6), Las Américas (3) y Atizapán (3). Cabe señalar que la sala 1 de Las Américas tiene capacidad para mil 265 personas.

El precio de las palomitas es de \$ 10.00 y el del refresco de lata \$ 8.00.

Cineteca Nacional

En la Cineteca Nacional se proyectan películas llamadas de autor, tanto nacionales como extranjeras. En sus instalaciones hay una librería especializada en cine, donde también puede adquirir películas y música relacionadas con el séptimo arte. Este complejo cuenta con seis salas, dos de ellas de video.

La Cineteca Nacional exhibe películas de clasificación B y C de martes a domingo, excepto en las matinés de sábados y domingos a las 12:00. Los horarios son: 16:30, 18:45 y 21:00 horas, pero pueden variar según la duración de las películas.

Las tarifas de entrada para el público en general son de \$ 25.00 y de \$ 15.00 para niños, estudiantes, maestros y personas de la tercera edad, estos tres últimos deben presentar credencial vigente. **No hay permanencia voluntaria.**

Las tarifas del estacionamiento son: \$ 7.00 por hora de lunes a viernes de 8:00 a 14:00 horas; y de 15:00 a 21:00 horas una cuota fija por función de \$ 12.00, que también se aplica sábados y domingos. El estacionamiento tiene capacidad para 385 automóviles y tres lugares para discapacitados.

Cada una de las cuatro salas, 1 «Jorge Stahl», 2 «Salvador Toscano», 3 «Fernando de Fuentes» y 4 «Arcady Boytler»

(cerrada por remodelación), tiene cupo para 560 personas.

Existen también dos salas de video con capacidad para 40 y 45 personas.

Los precios en la dulcería de las salas de este complejo son \$ 5.00 por unas palomitas y \$ 5.00 por un refresco. Sólo se comercializan en un tamaño.



MIÉRCOLES:

características de la promoción

CADENA	NÚMERO DE PERSONAS QUE ASISTEN			
	UNA	DOS	TRES	CUATRO
MULTICINEMAS	En estos cines, algunos aplican la promoción del 2 x 1, mientras que otros sólo cobran tarifa reducida para todas las personas sin distinción	En estos cines, algunos aplican la promoción del 2 x 1, mientras que otros sólo cobran tarifa reducida para todas las personas sin distinción	En estos cines, algunos aplican la promoción del 2 x 1, mientras que otros sólo cobran tarifa reducida para todas las personas sin distinción	En estos cines, algunos aplican la promoción del 2 x 1, mientras que otros sólo cobran tarifa reducida para todas las personas sin distinción
CINÉPOLIS	En estos cines, algunos aplican la promoción del 2 x 1, mientras que otros sólo cobran tarifa reducida para todas las personas sin distinción	En estos cines, algunos aplican la promoción del 2 x 1, mientras que otros sólo cobran tarifa reducida para todas las personas sin distinción	En estos cines, algunos aplican la promoción del 2 x 1, mientras que otros sólo cobran tarifa reducida para todas las personas sin distinción	En estos cines, algunos aplican la promoción del 2 x 1, mientras que otros sólo cobran tarifa reducida para todas las personas sin distinción
CINEMEX	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción
LUMIÈRE	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción
CINEMA METRÓPOLIS (GRUPO INTECINE)	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción: (M. Insurgentes, Valle Dorado, M. Chimalhuacán, Lomas Estrella, Tultitlán) - Se paga un boleto reducido para una o dos personas en los siguientes cines: (Linterna Mágica, Plaza El Salado)	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción: (M. Insurgentes, Valle Dorado, M. Chimalhuacán, Lomas Estrella, Tultitlán) - Se paga un boleto reducido para una o dos personas en los siguientes cines: (Linterna Mágica, Plaza El Salado)	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción: (M. Insurgentes, Valle Dorado, M. Chimalhuacán, Lomas Estrella, Tultitlán) - Se pagan dos boletos normales, sólo un boleto tiene el 2 x 1 en los siguientes cines: (Linterna Mágica, Plaza El Salado)	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción: (M. Insurgentes, Valle Dorado, M. Chimalhuacán, Lomas Estrella, Tultitlán) - Se pagan dos boletos, aplicando el 2 x 1 en los siguientes cines: (Linterna Mágica y Plaza El Salado)
CINEMARK	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción

MIÉRCOLES:

características de la promoción (continuación)

CADENA	NÚMERO DE PERSONAS QUE ASISTEN			
	UNA	DOS	TRES	CUATRO
CINEMAS 2000	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción
GRUPO ECOCINEMAS	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción	Cobran una tarifa reducida para todas las personas sin distinción
CINETECA NACIONAL	n/a	n/a	n/a	n/a
PAPALOTE MUSEO DEL NIÑO (MEGAPANTALLA)	n/a	n/a	n/a	n/a

n/a: No aplica

Fuente: Dirección de Mercadotecnia Social, Coordinación General de Investigación y Difusión, PROFECO.

Acciones de PROFECO

La Ley Federal de Protección al Consumidor establece en sus artículos 7° y 8° la obligación que tiene el proveedor de respetar los precios, garantías, cantidades, términos, plazos y fechas.

A su vez, el artículo 43 exige el cumplimiento de la venta, renta o suministro del servicio que se tenga en existencia. Por último, el artículo 96 se refiere a la vigilancia y la verificación necesarias en los lugares e instalaciones donde se preste un servicio, cumpliendo con los términos que dispone esta ley y con los factores de seguridad y comodidad.



Papalote, Museo del Niño, Megapantalla

La Megapantalla de la ciudad de México se distingue por su alta calidad de audio y video debido al formato IMAX. Mide 17 metros de alto por 24 de ancho y en ella se proyectan dos cintas de manera alterna. La sala tiene capacidad para 333 personas. En la Megapantalla las cintas son básicamente de corte documental y cultural: se puede disfrutar de un sensacional viaje al espacio, visitar el fondo de los océanos, aprender las costumbres de las culturas ancestrales y adentrarse en los lugares más remotos de la Tierra.

Se ofrecen funciones todos los días de las 10:30 a las 19:30 horas.

Las tarifas del museo son:

- Paquete de visita al museo y una función en la Megapantalla:

Niños y ancianos \$ 60.00

Adultos \$ 70.00

Por la función en la Megapantalla, los niños y los ancianos pagan sólo \$ 30.00 cualquier día de la semana, y los adultos \$ 35.00. **No existe permanencia voluntaria**, ni promoción los miércoles.

La cuota del estacionamiento es de \$ 8.00 por hora, y éste tiene una capacidad para 135 automóviles.

No cuenta con servicio de dulcería.

¿Cuánto cuesta una tarde de cine?

Para determinar el gasto que implica acudir a las salas de las cadenas cinematográficas analizadas se realizó un ejercicio suponiendo lo siguiente:

- Acuden dos consumidores adultos.
- Asisten el sábado a una función después de las 18:00 horas.
- Llevan automóvil, lo que implica el pago de dos horas de estacionamiento como mínimo.
- Compran palomitas de tamaño mediano y refrescos de tamaño regular o de lata (cabe señalar que la presentación de los refres-

cos y las palomitas varía en cada cadena de cines, por lo que la comparación es aproximada).

A partir de este supuesto obtuvimos los datos de las salas más caras y las más económicas.

Las salas que implican un mayor desembolso en orden decreciente son:

- Cinemex Masaryk (\$ 200.00)
- Cinemex Santa Fe (\$ 180.00)
- Cinemex Altavista (\$ 178.00)
- Cinemex Loreto (\$ 178.00)
- Cinemex Manacar y WTC (\$ 174.00)

Mientras que los cinco cines

más económicos en orden creciente son:

- Cinemas 2000 Los Reyes (\$ 62.00)
- Cinemas 2000 Tláhuac (\$ 62.00)
- Cinemas 2000 La Villa (\$ 70.00)
- Grupo Ecocinemas Atizapán (\$ 76.00)
- Cineteca Nacional (\$ 82.00)

El precio se modifica de acuerdo con los siguientes factores:

- 1) La zona geográfica donde se localiza el cine.
- 2) Los servicios ofrecidos.
- 3) La calidad y la comodidad de las instalaciones.

Cines con mayor y menor capacidad

Las salas más amplias de la zona metropolitana de la ciudad de México son las siguientes:

- Ecocinemas Las Américas Sala 1 (1,265 personas)
- Multicinemas Sala de Arte Agustín Lara, Sala 1 (811 personas)
- Multicinemas 6 Aragón, Sala 1 (677 personas)
- Multicinemas Armas, Salas 1 y 2 (620 personas cada una)
- Cinemas 2000 Lomas Verdes, Sala 1 (561 personas)

Las salas más pequeñas corresponden a:

- Cinemex Ticomán, Sala 14 (83 personas)
- Lumière Tlalpan, Sala 7 (85 personas)
- Cinemex Mundo E, Sala 14 (89 personas)

Con permanencia voluntaria

La permanencia voluntaria se promovió para atraer a los cinéfilos. Actualmente, en la zona metropolitana de la ciudad de México este sistema sólo se ofrece en las siguientes salas:

- Lumière Hipódromo Condesa
- Cinemas 2000 Tláhuac, Lomas Verdes, La Villa y Los Reyes
- Ecocinemas Ermita, Las Américas y Atizapán.



Descuentos a cinéfilos de la tercera edad

Las cadenas de cines que aplican tarifas menores a las personas que presenten su credencial del Insen son Multicinemas, Cinépolis, Cinemex, Cinemark, Cineteca Nacional y Papatote, Museo del Niño (Megapantalla).

Los cines que cobran la misma tarifa a todas las personas sin distinción de edad son Lumière, Cinemas 2000, Ecocinemas y Metrópolis (Grupo Intecine).

PROFECO, en respuesta a las peticiones de los usuarios de este servicio, presenta una serie de da-

tos básicos acerca de los cines incluidos en el estudio.

- Tarifas de entrada.
- Cupo o capacidad máxima de las salas.
- Precios de las palomitas y refrescos en sus principales presentaciones (chicas, medianas y grandes).
- Tarifas por hora de los estacionamientos más cercanos y su capacidad vehicular.
- Promociones aplicadas los días miércoles y sus características.
- Si existe permanencia voluntaria.



Tarjetero

*para fichas de Tecnología Doméstica
y platillos «Comer Sano»*



Material necesario:

- * 1/8 de pliego de papel cascarón o de cartón grueso
- * pincel
- * cutter
- * palillo o abatelenguas
- * tijeras
- * 2 tiras de listón de 4 cm de ancho x 16.5 de largo
- * pinturas vinci (amarilla y anaranjada o de los colores de su preferencia)
- * pegamento de contacto (amarillo)
- * pegamento de contacto (blanco)
- * semillas de lenteja, frijol, girasol, alpiste, etcétera

Cómo se hace:

Se cortan seis piezas de papel cascarón o de cartón grueso de las siguientes medidas:

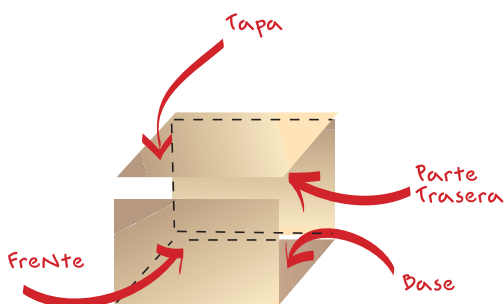
2 de 16 x 10.8 cm

(para el frente y la base)

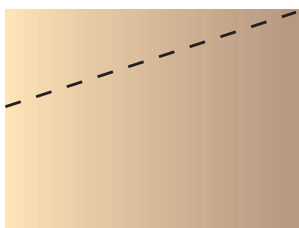
1 de 16 x 12.5 cm

(para la parte trasera)

1 de 16.5 x 11.2 cm (para la tapa)



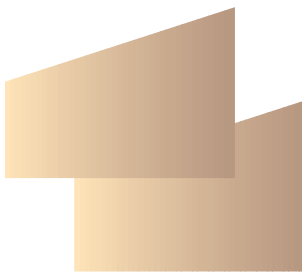
Para las partes laterales del tarjetero se cortan dos piezas de 12.5 x 10.8 cm. En uno de los lados de 12.5 cm se disminuyen 1.5 cm, y se traza una línea recta entre el punto marcado y la esquina contraria, como se indica en la figura 1:



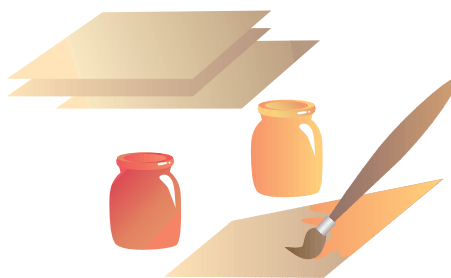
(figura 1)

A continuación se corta, siguiendo la línea marcada para que la pieza quede de la siguiente forma.

Esto se realiza en ambos cuadros.



Las piezas se pintan por ambos lados; en este caso se utilizaron los tonos amarillo y anaranjado para lograr un efecto rayado.



Para armar el tarjetero

1. Con el palillo o el abatelenguas se aplica pegamento de contacto amarillo en el contorno de la base.

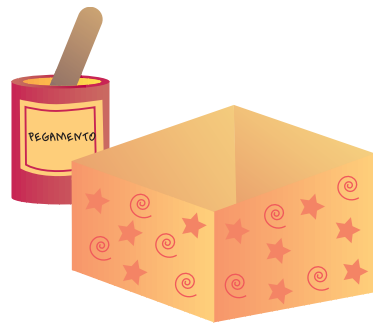
2. Primero se adhiere el cuadro del frente (16 cm x 10.8 cm) en uno de los laterales largos de la base, presionando firmemente hasta que se pegue.



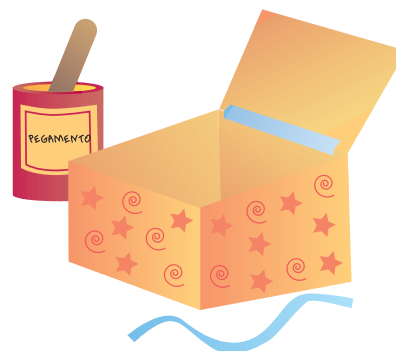
3. Enseguida se adhiere la pieza que conformará la parte trasera del tarjetero (16 cm x 12.5 cm).



4. A continuación se adhieren las piezas laterales.

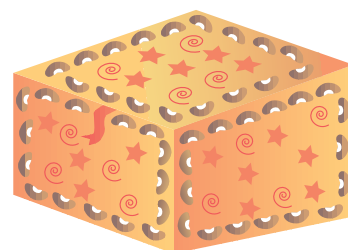


5. Para sujetar la tapa del tarjetero se aplica pegamento de contacto (blanco o amarillo) en el contorno o punto de unión de la tapa y la parte trasera del tarjetero. Enseguida se le coloca una tira de listón por la parte interior de la tapa y la otra de igual forma por la parte exterior, presionando para que pegue bien.



6. El tarjetero se decora con las semillas, utilizando pegamento de contacto blanco.

7. Posteriormente se puede rociar con esmalte acrílico, o bien, aplicar una capa de pegamento blanco, para protegerlo del polvo y la grasa.



Tips

* En su elaboración y decorado usted puede aprovechar materiales de reuso, como listones, botones, pinturas, retazos de tela, etcétera.

* Para tenerlo a la mano es conveniente colocarlo en una repisa o alacena y lejos de la estufa.

Mantenimiento de ventanas

Una casa con ventanas limpias es sinónimo de pulcritud y cuidado. Para evitar su deterioro y facilitar la tarea de lavado es conveniente darles mantenimiento. A continuación le presentamos algunas sugerencias.

Si abajo de la ventana hay repisas o cualquier objeto es conveniente quitarlos antes de iniciar la limpieza, para no ensuciarlos. Asimismo quite las cortinas, o bien, repliéguelas.

Cómo limpiar los marcos

Primero, con un paño suave se elimina el polvo; para remover la tierra que se acumula en las esquinas se utiliza un pincel o una brocha delgada. A continuación, con una esponja humedecida en agua caliente jabonosa se talla el marco, sin mojarlo demasiado. Con un trapo de algodón humedecido se limpia la superficie, enjuagándolo tantas veces como sea necesario. Una vez seca la superficie se frota con un trapo seco para darle brillo.

Si el marco es de madera barnizada, una vez limpio y seco es recomendable aplicarle cera líquida para muebles y dejarla penetrar por diez minutos. Después se pule con un trapo seco y limpio.

Para eliminar las manchas grisáceas que se forman en los **marcos de aluminio**, en lugar de la jabonadura se puede utilizar una solución de una cucharada sopera de bicarbonato de sodio y una cucharada sopera de amoníaco diluidas en una taza de agua. No olvide usar guantes.

Las manchas que se forman en los **marcos de acero** se pueden retirar

limpiándolos con una mezcla de 1/4 de taza de amoníaco disuelto en un litro de agua (recuerde protegerse con guantes y cubreboca).

Cómo limpiar los vidrios

El cristal se frota con una esponja humedecida en agua jabonosa (perfectamente escurrida) o algún otro limpiador. Es conveniente empezar por los bordes e ir avanzando hacia el centro. Se retira la suciedad con un trapo húmedo.

Posteriormente se termina de secar el vidrio frotando con un trapo seco y suave que no desprenda pelusa. También puede usar papel periódico, aunque debe tener cuidado, ya que puede rayar los cristales.

Para remover el cochambre de los vidrios de la cocina y el baño prepare una solución con 1/4 de taza de amoníaco y dos tazas de agua, o bien, dos cucharadas soperas de vinagre blanco disuelto en una taza de agua (no olvide utilizar guantes y cubreboca). Para obtener mejores resultados vacíe la solución en un atomizador para rociar los cristales, se deja actuar de dos a tres minutos y se limpia como se indicó anteriormente.

Las manchas de pintura se pueden remover con una espátula, con mucho cuidado para no rayarlo, o bien, frotándolas con un algodón humedecido en aguarrás.

Las calcomanías se desprenden con acetona o quitaesmalte. Para remover los residuos utilice un cepillo de dientes y agua jabonosa caliente.

Para limpiar vidrios grandes -ventanales- resulta muy práctico utilizar un jalador, ya que se le puede adap-



tar una esponja o un trapo con jabonadura para facilitar la tarea. Después, con la goma o hule del jalador se quita el jabón. Al final se secan con un trapo de algodón. En ventanas muy altas se recomienda adaptar el jalador, alargándolo con un palo de escoba.

Las ventanas corredizas que no son muy grandes se pueden desmontar y lavarse cómodamente en una tina grande o en el lavadero. Es importante secarlas bien antes de instalarlas en el riel o guía.

Limpieza de las manijas

- Las manijas de las ventanas y de las puertas de cualquier material se deben limpiar frecuentemente con un trapo humedecido en agua tibia y jabón neutro. Evite utilizar fibra porque se rayan. En el caso de aquellas que tienen pequeñas molduras o bordes tallados, las hendiduras se deben limpiar y secar bien para evitar que la suciedad se acumule.

- A las manijas de madera es conveniente aplicarles cera o aceite para madera, sobre todo si están expuestas a la intemperie.

¿Cómo expresas la amistad y el amor?

Ha llegado febrero y también el Día del Amor y la Amistad o de «San Valentín», que se celebra el día 14. En esta fecha, algunas personas gustan de expresar a sus amigos, novios y familiares lo mucho que los quieren.

En «Los Pequeños Consumidores» quisimos saber cómo festejan nuestros «cuates» esta fecha, ¡échale «un ojo» a lo que nos respondieron!



A mí me gusta expresar el amor con abrazos que le doy a mi mamá y a mi hermana. En mi casa y en la escuela nos reunimos para celebrar; por lo regular le regalo ropa a mi mamá, que compro con el dinero que me dan para gastar en la escuela.

Carlos Gabriel Meza Torres

9 años

3° de primaria

En mi casa hacemos una fiesta con mis primos, tíos y hermanos y todos jugamos. A veces regalo chocolates con el dinero que me gané haciendo «mandados» y limpiando cosas.

Jessica Romo Rodríguez

8 años

3° de primaria

Yo demuestro mi amistad regalando playeras o gorras a mis amigos, que compro con el dinero que me dan mis papás, pero casi ya no nos reunimos para celebrar.

José Manuel González

12 años

1° de secundaria

Yo le doy muchos besos y abrazos a mi mamá, a mi hermano, a mi abuelita y a mis tíos. A veces le regalo ropa a mi mamá con mis «domingos», además les hago cartitas.

Brenda Itzel Flores López

7 años

1° de primaria

Expreso el amor y la amistad ayudando a los demás cuando tienen problemas. Casi no nos reunimos, pero cuando lo hacemos intercambiamos ropa o juguetes.

Daniel Vicario Soila

9 años

4° de primaria

Me reúno con mis amigas, nos abrazamos y les digo lo que siento por ellas;

ese día les regalo lo que más les gusta: muñecos o chocolates. A veces le pido dinero a mis papás para comprarlos y otras veces ahorro.

Yuriko Sánchez Sánchez

10 años

5° de primaria

El 14 de febrero les regalo flores o chocolates a mis amigas; utilizo el dinero que ahorro o que me dan mis papás. A mi familia le hago tarjetas con dibujos.

Juan Herrera Rodríguez

10 años

5° de primaria

Soy amable con los demás, les regalo cositas y mucho amor a mis amigos y familiares. Cuando compro algo, le pido dinero a mi mamá.

Damaris Sarahí Ramírez

9 años

3° de primaria

Ese día nos reunimos mi mamá, mi papá y mi hermano, y les obsequiamos flores a las personas; cuando regalo algo más lo compro con el dinero que ahorro de mis «domingos».

Moisés Cerda García

8 años

3° de primaria

Me llevo bien con las personas y a veces nos regalamos detalles; mi papá es quien me da dinero para comprar; entre mis amigas nos regalamos cosas que nos gustan!

Marisol Camacho Sierra

12 años

1° de secundaria

¿Qué te parecieron las respuestas de nuestros «cuates»? La mayoría de ellos expresó su interés en reunirse con sus familiares o amigos más queridos; otros nos dijeron que ahorran para comprar los obsequios

que piensan darle a sus seres queridos, ¡además regalan mucho amor, besos y abrazos!

● Es muy importante que el 14 de febrero y todos los días del año convivamos y demostremos lo valiosos que son el amor y la amistad en nuestra vida.

A continuación toma nota de nuestros consejos para celebrar positivamente esta fecha:

● No te preocupes si no tienes dinero para comprar un regalo, recuerda que no tenemos que obsequiar presentes costosos para celebrar esta fecha, ya que puedes elaborar tarjetas o cualquier otra cosa que consideres que será agradable para los demás; incluso puedes elaborar un obsequio «sorpresa» con materiales que tengas en casa y que puedas reciclar.

● Finalmente recuerda que lo importante es dar sin esperar nada a cambio; el amor no se condiciona y debe ser sincero.

Cuéntanos cómo celebras este día y comparte con todos nosotros tus secretos para hacer regalos «padrísimos».

Escríbenos a:

Los Pequeños Consumidores

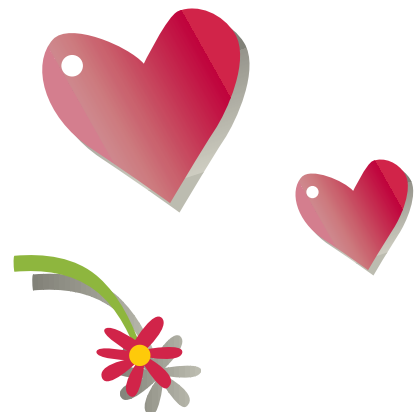
Revista del Consumidor

José Vasconcelos núm. 208, piso 14, col. Condesa,

C. P. 06140, México, D. F.

Si eres «cibernauta», envíanos un correo electrónico a la siguiente dirección: rconsumidor@mexico.com

Mary Jose de Alba



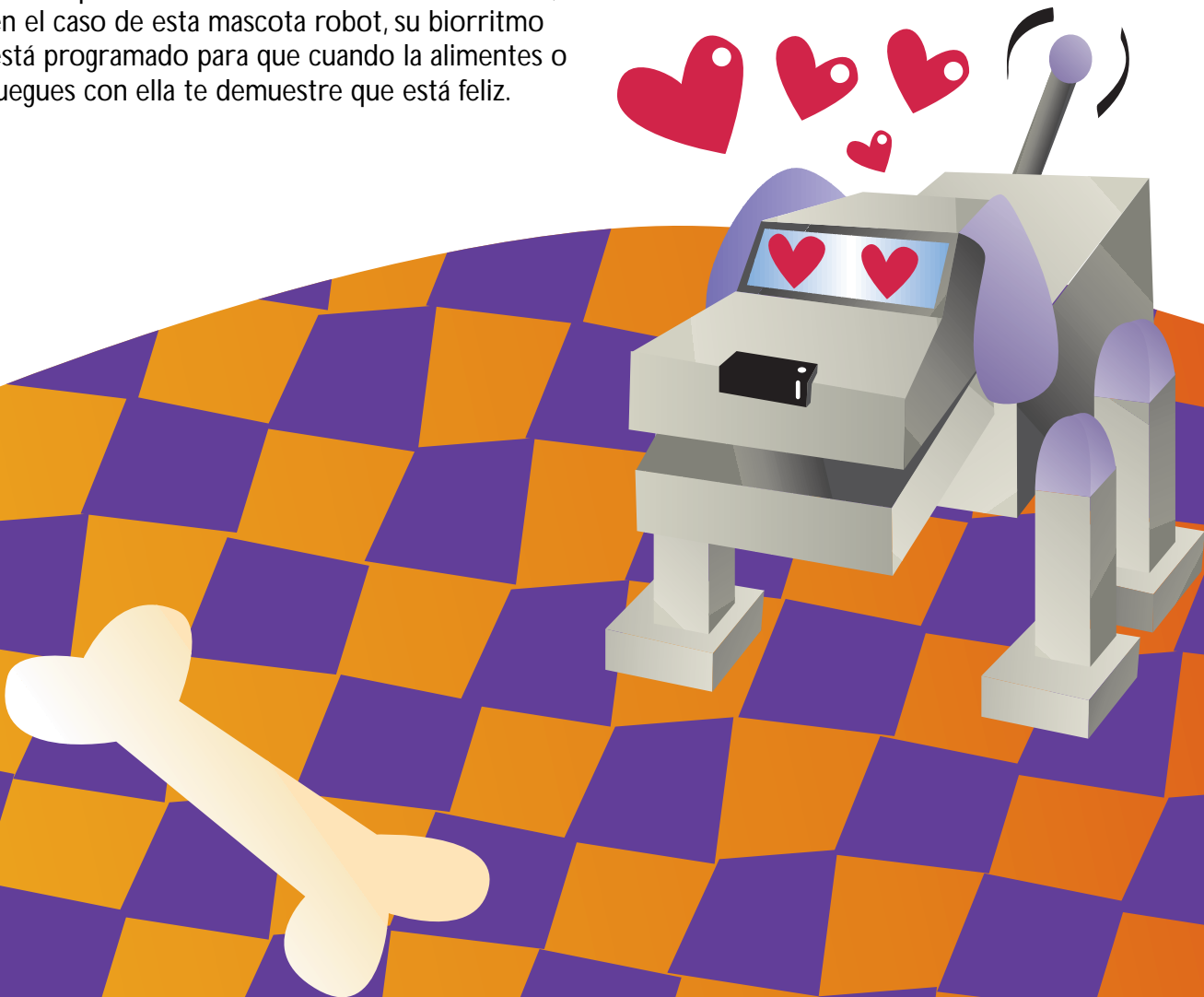
¡Perros robot!

¿Sabías que la tecnología ha llegado tan lejos que ahora puedes encontrar perros robot? Un ejemplo de estas nuevas mascotas es «Poo-chi», el cual ya se comercializa en el mercado. Aunque no es «de carne y hueso» siente «emociones», pues si no le haces caso puede entristecerse. Además responde al contacto con sus dueños y hasta con el de otros perros robot. También ladra y canta, pero debes alimentarlo para que se sienta bien, ¡es como una mascota de verdad!

...Pero, te preguntarás ¿cómo es que una maquinita puede ponerse feliz? Esto es posible gracias a algo llamado **biorritmo**, una función que poseemos todos los seres vivos, que nos hace experimentar diferentes estados de ánimo; en el caso de esta mascota robot, su biorritmo está programado para que cuando la alimentes o juegues con ella te demuestre que está feliz.

Es importante que tengas presente que como cualquier mascota, «Poo-chi» requiere de tus cuidados, lo que implica mucha responsabilidad, pues sólo así se mantendrá sana y feliz. Y a propósito, si estás pensando en pedirle a tus papás una mascota «de carne y hueso», recuerda que lo importante es que la atiendas; cerciórate de proporcionarle un lugar apropiado y de que permanezca limpio. También debes estar al tanto de su alimento, así como de las vacunas y visitas al veterinario y, sobre todo, no olvides darle mucho cariño y atención para que convivan felices.

Bernhard Winkler



Internet: ¡un gran centro comercial!

¿Te has percatado de que Internet y todo lo que lo rodea es el tema de moda? Seguramente con frecuencia platicas con tus amigos acerca de nuevos portales, sitios y páginas, pero... ¿conoces qué significa exactamente cada uno de estos términos?

Para empezar, imagina que un **portal** es como un gran centro comercial, es decir, un lugar que

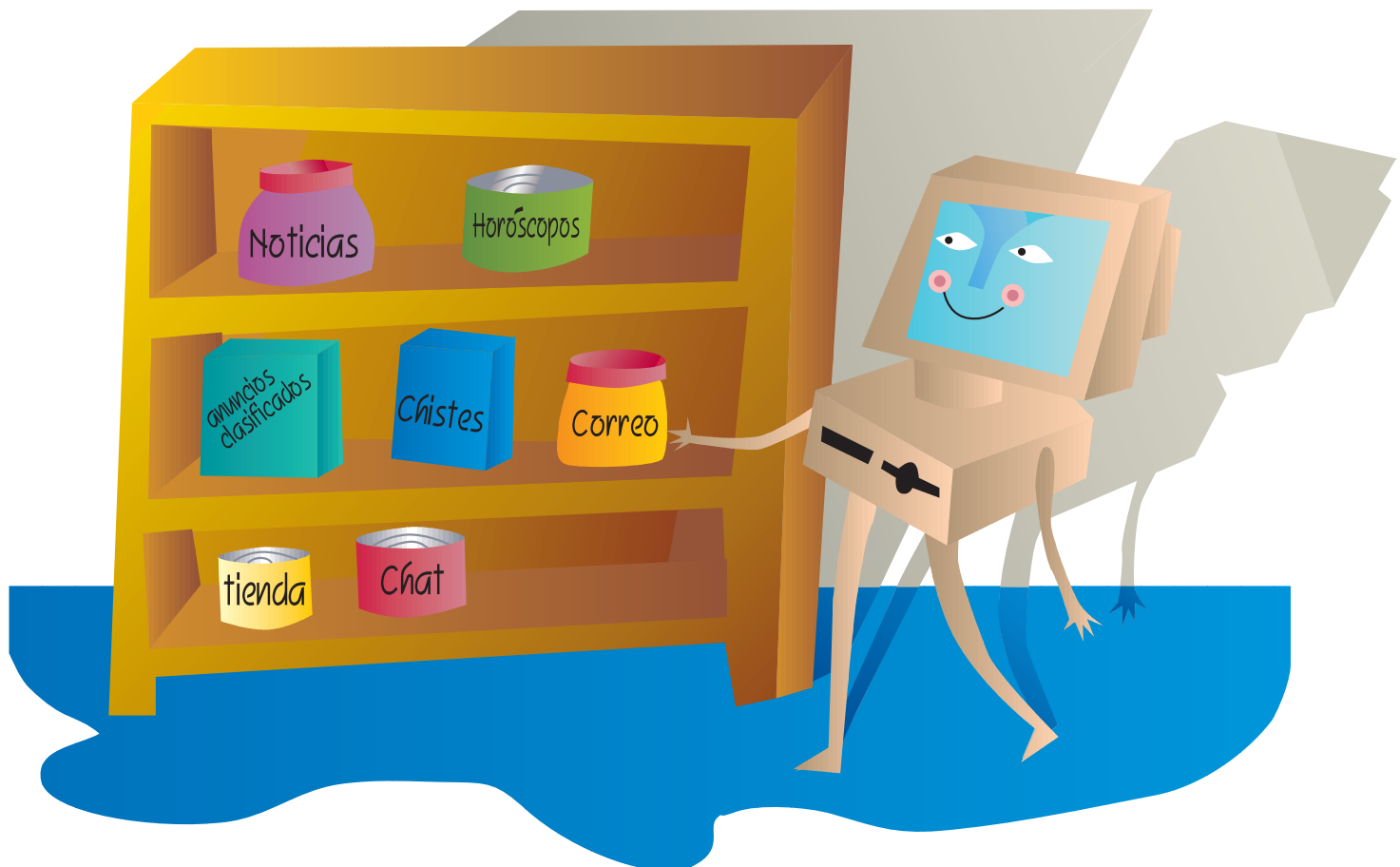
te ofrece una gran variedad de tiendas o servicios especializados; por ejemplo, un portal te ofrece noticias del día, horóscopos, salones de chat, secciones de chistes, correo electrónico, tiendas virtuales, anuncios clasificados ¡y mucho más!

Continuando con el ejemplo de un gran centro comercial, ahora imagina que un **sitio** -o *web site*- es una de estas tiendas

especializadas, que a su vez cuenta con varios anaqueles y productos, es decir, es un lugar especializado que cuenta con una o varias páginas electrónicas.

Como podrás darte cuenta, parece que aún no terminamos de conocer lo que hay alrededor de Internet ¿no te parece?

Eduardo Mena



Si su pregunta es...

**¿DÓNDE
AHORRO?**

La respuesta la encontrará en...

Quién es Quién
EN LOS PRECIOS

Además
encontrará deliciosas
y económicas recetas

GUÍA PARA COMPRAR MÁS BARATO



PROFECO

Obtenga información en su delegación PROFECO
Y en los teléfonos del consumidor.



¿Prodigy es Turbo?

Soy propietario de un café Internet. Leí su artículo acerca de los cibercafés y me pareció acertado, pero no tomaron en cuenta lo siguiente:

El servicio de **Prodigy Turbo** que ofrece **Telmex** promueve una conexión a 128 kbps, los cuales jamás se alcanzan: por el contrario, la velocidad es bajísima, hay programas que la miden en un máximo de 33.6 kbps, es decir, Telmex no entrega el ancho de banda que cobra.

Es muy difícil conectarse, a veces hay que esperar más de tres horas (e incluso días) a que el servidor esté disponible. Esto se puede verificar por las constantes quejas que recibe Teléfonos de México al respecto.

Muchas veces se corta la conexión porque se detiene el flujo de información a los 2 ó 3 minutos y ya no se restablece. Lo peor es que cada conexión cuesta el equivalente a dos llamadas.

Es por esta causa que fácilmente se sobrepasan las 600 llamadas en servicio medido, a lo cual debe sumarse la renta mensual, lo que constituye un abuso por parte de Telmex.

Por si lo anterior fuera poco, si los usuarios nos quejamos demasiado nos exponemos a la cancelación del servicio (ya me lo han advertido), por aquello de las cláusulas del contrato que establecen que no se debe «lucrar» con el servicio telefónico.

Yo me pregunto: si uno paga renta por el servicio comercial, ¿no está incluida en esa tarifa el supuesto «lucro» que hacemos los cibercafés? o ¿con cuál compañía creen que estamos conectados todos los cafés Internet de México (si Telmex es un monopolio), así como cualquier papelería, farmacia u otro negocio que ofrece el servicio de fax público?

Atentamente
Francisco M. Maya
Metalgear_mx@yahoo.com

Señor Maya:

Agradecemos sus comentarios al reportaje de los cibercafés y consideramos su planteamiento como propuesta de tema de investigación.

Gato por liebre

Escribo esta carta para expresar mi indignación por haber sido víctima de un engaño: en la tienda **Carrefour** de la ciudad de Cuernavaca, Morelos, compré un disco compacto de un cantante que me dejó gratos recuerdos en mis años mozos: Julio Jaramillo. El disco, debo admitirlo, tenía un precio de oferta de \$ 29.90, pero eso no es motivo para que engañen al público. La portada presenta fotos del cantante y la leyenda: «Julio Jaramillo, 15 Grandes Éxitos», pero no es él quien interpreta las canciones; lo lógico es que en el disco se mencione este hecho, anexando «Interpretado por...».

En otras ocasiones he adquirido diferentes antologías de éxitos y no he tenido problemas.

Lo anterior viola flagrantemente los derechos del consumidor por engañarlo e inducirlo a comprar un producto que no es lo que aparenta. La disquera es **Discos SM, S.A. de C.V.** y la distribuidora



es **Discos Continental, S.A. de C.V.**, pero no aparece la dirección de ninguna de las dos empresas ni la leyenda «Hecho en México». Me extraña que esta cadena de hipermercados se presente a esta clase de engaños.

*Atentamente
Clemente García Nolasco
Calle 28-Norte, casa 1-B,
col. Civac,
Jiutepec, Morelos,
C. P. 06500*

Señor García Nolasco:

Como usted bien lo señala, fue víctima de una estrategia de venta engañosa. Aprovechamos para exhortar a los lectores a evitar estos engaños: antes de comprar música con estas características vale la pena preguntar a los dependientes de la tienda si efectivamente se trata de lo que ofrece la cubierta del disco.

Engaño e incumplimiento

Por este conducto deseo alertar al público para que tenga cuidado al adquirir productos que se anuncian por televisión, ya que la mayoría de las veces no cumplen lo que ofrecen. A continuación quiero relatarles la experiencia que tuve con la compañía **Organización Orbis y/o Williams World Wide México, Centro Industrial Alma Center** (con domicilio en la carretera Miguel Alemán km.16.5, lote 2, manzana 74, en Apodaca, Nuevo León).

En octubre de 1998 adquirí -vía telefónica- un aparato para hacer ejercicio,

denominado *Bun and Thigh Sculptor*, con cargo a mi tarjeta de crédito; lo increíble es que antes de recibir el citado producto ¡el cargo ya aparecía en mi tarjeta! Al realizar la compra me informaron que si el aparato no era de mi completa satisfacción lo podía devolver, que enviarían a alguien de su personal a recogerlo y me reembolsarían la cantidad íntegra que había pagado.

Como el producto resultó de pésima calidad decidí devolverlo dentro del plazo que ellos establecían (esto sucedió el 7 de noviembre de 1998), pero hasta la fecha (9 de noviembre del 2000), ¡dos años después!, aún no me han devuelto mi dinero. Además tuve que pagar el servicio de MultiPack Mensajería y Paquetería, pues nunca se presentó nadie a recogerlo. Ante tal situación les dije que acudiría a PROFECO para presentar mi queja, pero quien me atendió me dijo que le hiciera como quisiera. Debo añadir que a partir de entonces, las subsecuentes llamadas que hice a la empresa preguntando por mi reembolso corrieron a cuenta mía.

Han pasado ya dos largos años y nunca me devolvieron mi dinero.

(*) Carta resumida por la Redacción.

*Atentamente
María Luisa Ramírez García
Xola núm. 193, int. 201,
colonia Álamos,
Delegación Benito Juárez,
México, D. F.*

María Luisa Ramírez García:

La exhortamos a que inmediatamente interponga su queja en la oficina de PROFECO que está en su demarcación, ubicada en Providencia núm. 503, colonia DelValle. Aprovechamos para invitar a los consumidores, como lo hemos hecho reiteradamente, a ser cautelosos al adquirir productos por teléfono.



PAZ

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.

Busque en nuestro próximo número

CONSUMIDOR

**Estudios
de calidad de**

• *Polvos y jarabes
para preparar bebidas*

• *Jamones* • *Café en grano*



**Las tecnologías
domésticas de**

• Suavizante para telas

• Salchicha

de pescado

• Buñuelos

• Piña enchilada

¡Recetas coleccionables para comer sano!

Desarrollo armónico

¿Cree usted que un producto alimenticio pueda generar armonía física y mental? Pues en un anuncio de **Choco Milk** aparece una mujer que sugiere que después de haber proporcionado este producto a sus dos hijas logró que «siempre estén chapeadas, tengan energía, brillo en sus ojos, armonía física y mental».

La armonía física se logra con una alimentación equilibrada y la práctica de algún deporte o cualquier otra actividad que permita ejercitar el cuerpo; mientras que la armonía mental se alcanza cuando el niño se desarrolla en un ambiente familiar agradable, lo que se verá reflejado en sus relaciones con otros familiares, en la escuela o con los amigos, y no tomando Choco Milk, como se propone en el anuncio, lo que resulta exagerado. Por la inexactitud en el manejo de la información, este mensaje no concuerda con lo estipulado por el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor, que señala: «La información y publicidad relativa a bienes o servicios que se difundan por cualquier medio o forma deberán ser veraces, comprobables y exentas de textos, diálogos, sonidos, imágenes y otras descripciones que induzcan o puedan inducir a error o confusión por su inexactitud». Asimismo, la Ley General de Salud establece en su artículo 306, fracción I: «La información contenida en el mensaje sobre calidad, pureza, conservación y beneficios de empleo deberá ser comprobable»; su Reglamento en Materia de Publicidad dicta en su artículo 6, fracción III: «La publicidad será congruente con las especificaciones que establezcan las disposiciones aplicables, para lo cual no deberá indicar o inducir a creer explícita o implícitamente que el producto cuenta con los ingredientes y las propiedades de las cuales carezca». Por su parte, el artículo 21 señala: «La publicidad de alimentos no podrá presentar a estos productos como estimulantes ni modificadores del estado físico o mental de las personas, excepto en aquellos casos que así hayan sido reconocidos por la Secretaría».

En PROFECO ya hemos iniciado el procedimiento para citar al proveedor de este producto y así evitar que se sigan incluyendo en la publicidad afirmaciones exageradas.

Esta vez los publicistas de Choco Milk abusaron de su promesa de venta al atribuirle a su producto propiedades que van más allá de la nutrición, dejando de lado alternativas en las que se promuevan los valores humanos como eje del desarrollo armónico, especialmente en los niños.

Usted, ¿qué opina?

