

Revista del **CONSUMIDOR**

Artes
marciales



Procuraduría Federal del Consumidor • México • Número 321 • Noviembre 2003 • www.profeco.gob.mx • \$ 18.00 • ISSN 0185-8874

Para que trabaje por usted

Cuál es la mejor lavadora

Calidad de quesos

Chihuahua, manchego y gouda

¿Notario o corredor público?

Cuándo contratarlo

Platillo sabio Profeco

Arroz tipo paella

Tecnología doméstica

Suavizante de telas



Requisitos para
importar un auto nuevo

Quién es quién en los precios de lavadoras automáticas



Sumario

4

Buzón del lector

6

Miscelánea
del consumo



10

25 derechos
básicos



12

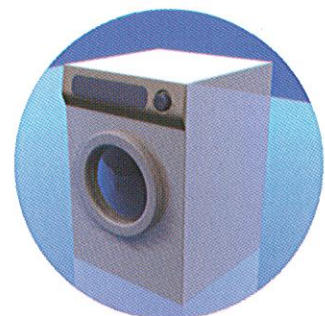
Antes de contratar
Notarios y corredores públicos

16

Entrega especial
Normas Oficiales Mexicanas

36

Hábitos de consumo
lavadoras automáticas



48

Análisis de la publicidad
¿Mejor que el agua?

50

Entrega especial
Aprenda artes marciales

74

Pequeños consumidores

76

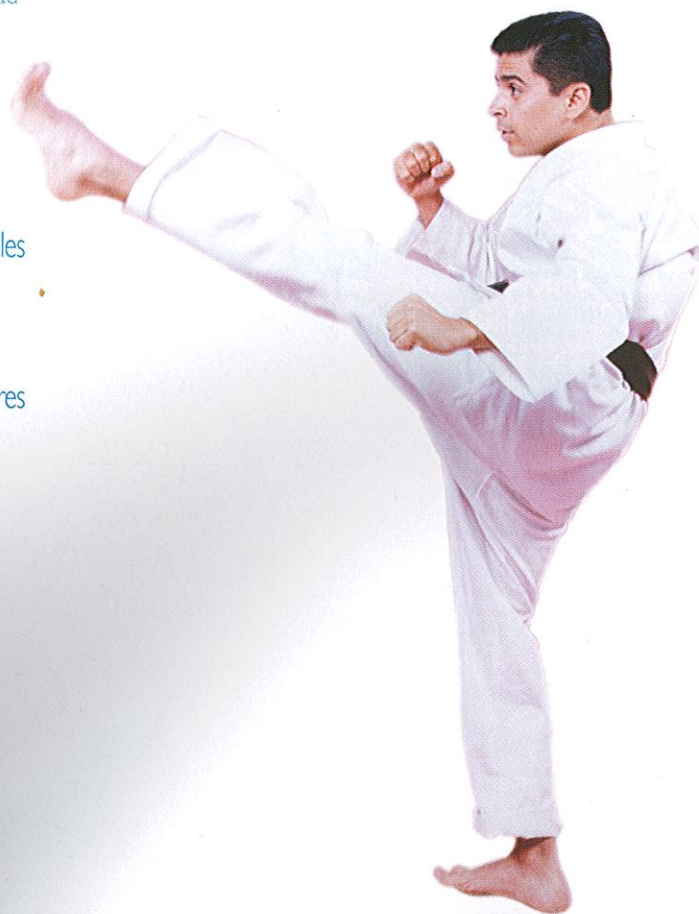
Yo, consumidor

78

Calendario

80

Avances





38

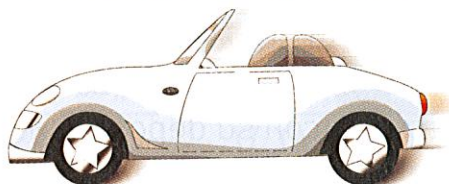
Tecnología doméstica

Suavizante de telas

20 Lavadoras automáticas

El Laboratorio Profeco reporta

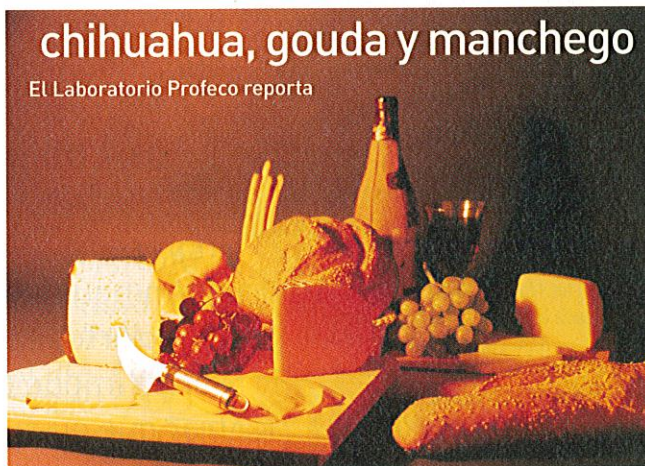
54 Qué hay detrás de...
Autos nuevos importados



42 Quesos

chihuahua, gouda y manchego

El Laboratorio Profeco reporta



58 Platillo sabio Profeco

Arroz con pollo y verduras tipo paella

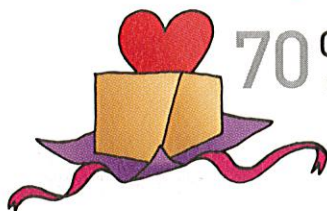
62 A su salud

Sangre de cordón umbilical

70

Celebre sin deudas

Entrega especial



Directorio

Procuradora Federal del Consumidor
María Eugenia Bracho González

**Coordinador General de
Investigación y Divulgación**
Luis Mariano Acévez Estrada

Directora General de Publicaciones
Mónica Braun Guillén

Revista del **CONSUMIDOR**

Director Editorial
Mateo Miguel García

Directora de Arte y Diseño
Norma Patiño Domínguez

Jefa de Redacción
Jacqueline Ruiz Gómez

Jefa de Información
Alejandra Sánchez Plascencia

Reporteros
José Armando Aguilar Pérez,
Leonardo Huerta Mendoza

Jefe de Diseño Gráfico
Víctor M. Gutiérrez García

Diseño
Mónica Miranda Villalba, Alfonso J. Solís Loza,
Roberto Paz Amaya, Javier Caballero Sandoval,
Diana Patricia González Juárez

Corrección
Luis Amador Valdez Vázquez

Consejo Editorial
María Eugenia Bracho González
Luis Mariano Acévez Estrada
María del Socorro España Lomeli
Efrén García García
Raúl García Moreno Elizondo
Gabriela Hernández Cardoso
Carlos Miguel Jaime Vázquez
José Meljem Moctezuma
Octavio Rangel Frausto

Teléfono
5568-8722

Publicidad institucional y fax
5553-0574

Envíenos sus comentarios y sugerencias a José
Vasconcelos 208, piso 14, colonia Condesa,
C.P. 06140, Delegación Cuauhtémoc;
al apartado postal 20600, México, D.F.;
o vía Internet: rconsumidor@profeco.gob.mx

Foto de portada
Juan José Morín



Todo sobre ruedas...

La eliminación del impuesto general de importación sobre automóviles nuevos provenientes de Estados Unidos y Canadá ha generado gran expectativa entre los consumidores: muchos se imaginan ya conduciendo un flamante auto deportivo a un menor precio. Esto podría ser posible siempre y cuando se realicen algunos trámites ante la autoridad aduanera.

Efectivamente, a partir de enero del 2004 usted podrá ingresar a nuestro país con su deportivo nuevo sin pagar ningún arancel, pero para lograrlo deberá cumplir con ciertos requisitos legales, como cubrir el pago de varios impuestos, contratar un agente aduanal, demostrar que su auto cumple con la normatividad mexicana y determinar su origen.

Así pues, antes de lanzarse al ruedo, es necesario que conozca bien a bien todos los trámites y requisitos que tendrá que solventar y los inconvenientes técnicos a los que se puede enfrentar (la altura de su ciudad, la composición de la gasolina, etcétera); en fin, que cuente con toda la información necesaria para comparar precios entre las opciones que le propongan los distribuidores nacionales y extranjeros, para elegir la mejor opción. Aquí le decimos lo que necesita saber para estar bien informado al respecto.

CRÓNICAS DE UN CONSUMIDOR COMPULSIVO

POR:
TRINO

¡QUIQUE,
QUIQUE,
NO TE
OFUSQUES!

¿USTED NO ME
VA A VENDER
YA NADA!

¡TE PROMETO
QUE NO
TE VENDERÉ
NADA DE
CONTADO!

YA LO
DIJO

¡PERO A
CRÉDITO
TE VOY A
OFRECER
UNOS
OPERTONES!

¡YA SALIO
EL PEINE!

¡TENGO UNOS
AUTOS SEMI-
CASI-CUASI-
YA MERITO-
NUEVOS!

¡NO, NO, NO...
USADOS
NO!

¡CHECA
ESTA
MARAVILLA!

¡UN VALIANT
ACAPULCO, NO
FRIEGUE!

PERO SÓLO
TIENE
DIEZ MIL
KILÓMETROS

¡DE LA NOVENA
VUELTA!

BUENO, ENTONCES ¿CÓMO
VES ESTA PACER COLOR
AZUL MAZATLAN?

¿PEICER?

¿SABE POR QUÉ LAS PACERS
TRAJAN LAS VENTANAS
ENORMES?

¡SÍ... PARA
VER AL
BABOSO QUE
LO COMPRÓ...
CHISTE
VIEJO
E INJUSTO!

¡BUENO ¿Y QUÉ PERO LE
PONÉS AL "HERBIE", EL
CUPIDO MOTORIZADO...
EL VOCHO CINCUENTA
Y TRES!?

YA LOS DESCONTINUARON
DON TRÁCALA... ADEMÁS ESE NO
ES EL HERBIE ORIGINAL DE LA
PELICULA CUPIDO
MOTORIZADO

¿QUÉ TAL ESTE SÚPER
AUTO IMPORTADO?

¡CAMARA! ¡EL
BATIMÓVIL!

¡LE DOY LO QUE TRAIGO
DON TRÁCALA!

FALTA LA
LANA DEL
PAGO DE LA
IMPORTACIÓN
EL AGENTE
ADUANAL...

... Y POR CINCO MIL DÓLARES
MÁS TE REGALO EL DISFRAZ
AUTÉNTICO QUE USÓ ADAM
WEST!

¡WOW!

¡MAMA... MI PAPA NO ME DEJA
SUBIRME A SU COCHE SI NO
ME VISTO COMO ROBIN!

¡TU PAPA ESTA
loco, quique!

TRINO



Su opinión es importante

Envíenos sus comentarios acerca de la revista a Av. José Vasconcelos 208, piso 14, colonia Condesa, C.P. 06140, México D.F., o por Internet a rconsumidor@profeco.gob.mx

Esperamos sus cartas

Sobre terapias de rehabilitación

Los felicito por el artículo de terapias de rehabilitación que publicaron en el mes de septiembre. Mi hija sufrió un accidente en mayo pasado, y necesita tomar terapias. ¿Podrían decirme cuál es la mejor opción para ella?

Martha Blanco de Hernández

Agradecemos sus felicitaciones, y le recomendamos que, para recibir la asesoría adecuada, visite el Centro Nacional Modelo de Investigación y Capacitación para la Rehabilitación e Integración Educativa "Gaby Brimmer", ubicado en Emiliano Zapata 340, P. B., colonia Santa Cruz Atoyac, en la Ciudad de México. También puede solicitar informes en las oficinas del DIF, al teléfono 01(55) 3003-2200, extensiones 6755 y 56, de ocho de la mañana a tres de la tarde. Deseamos la pronta recuperación de su hija.

No encuentra las tecnologías

En números pasados mencionaron que se podía tener acceso a sus tecnologías domésticas a través de su portal en Internet, ¿me pueden indicar el procedimiento para consultarlas?

Baltasar Peña, Ciudad Valles, San Luis Potosí

Efectivamente, usted puede tener acceso a todas las recetas de platillos y tecnologías domésticas de Profeco en nuestra página de Internet: www.profeco.gob.mx Al entrar a la página, usted encontrará un menú en la parte izquierda de su monitor; ponga el cursor del ratón sobre el vínculo "Recetas para la mesa, la alacena y más", y aparecerá la opción de tecnologías domésticas.

Frutas y verduras de temporada

Estoy buscando información sobre calendarios de temporalidad de frutas y verduras. He encontrado información en Internet y en el proyecto de norma PROY-NOM-043-SSA2-1999, Servicios básicos de Salud, donde citan un calendario de temporalidad desarrollado por la Unidad de Alimentación y Nutrición de Profeco.

Me gustaría tener acceso a este calendario. ¿Dónde puedo consultarlo?

Nutrióloga Rebeca Sánchez Arzate

En nuestra edición de octubre de 1997 se publicó un calendario de temporadas de frutas y verduras; usted puede consultar esta revista en cualquier delegación Profeco, o en el Centro de Documentación (Cedoc), ubicado en Av. José Vasconcelos 208, P.B., colonia Condesa, en el D. F., y en el calendario 2003 que está en las delegaciones. Además, le informamos que en el calendario mensual que hemos publicado en el transcurso de todo este año, también aparecen las frutas y verduras de temporada.

Busca casas de reposo

Les escribo para felicitarlos por su excelente revista, y para preguntarles dónde puedo conseguir el número en el que publicaron un artículo acerca de casas de reposo, pues perdí mi revista y un amigo me pidió esa información. Gracias.

Margarita O Reilly

El artículo que necesita fue publicado en la edición de julio de la *Revista del Consumidor*. Usted puede consultar este número en cualquier delegación Profeco, o en el Centro de Documentación (Cedoc), en el Distrito Federal.

Más felicitaciones

¡Reciban muchas felicitaciones por su estupenda revista, que siempre trae temas interesantes y estupendas tecnologías!

Miguel Ángel Pérez Hernández

Autos usados

Quiero comprar un auto usado, pero estoy muy indecisa. No deseo recibir asesoría acerca de contratos, pues esa información ya la tengo; lo que me interesaría saber es si han realizado algún estudio sobre autos (nuevos o usados, no importa), o si pueden decirme cuál es el mejor. Me llamó la atención un Neón, pero me dijeron que salió con fallas.

De antemano, gracias.

Aurea Canul Sosa

En nuestro próximo número publicaremos un artículo donde abordaremos todos los aspectos que debe considerar antes de comprar un auto usado (no sólo los contratos).

Desafortunadamente, nuestro Laboratorio de Pruebas no tiene el alcance técnico ni económico para realizar un estudio de calidad de automóviles.

Sin embargo, en Estados Unidos sí se efectúa este tipo de análisis. Le recomendamos consultar la página www.consumerreports.org, donde encontrará, por ejemplo, la lista de los diez mejores y los diez peores autos usados.

Cambiando hábitos

Quiero felicitarlos por el artículo "Lo que gastamos en comida", publicado en su revista de octubre. Me parece fantástico, cada familia, de las tres que presentaron, tiene algo que ver con la mía, por lo que me hicieron reflexionar sobre ciertos aspectos que tenemos que corregir. No es fácil modificar lo que se ha convertido en hábito, pero la forma en que está redactado el contenido del artículo nos hace pensar, y mucho.

No te quedes ahí mirando



Si tu AFORE te cobra más
que otras, puedes cambiarte,
es muy fácil.

¡Infórmate! 01800 5000 747
y del D.F.: 5269 0205.
www.consar.gob.mx

Poniendo a México al día y a la vanguardia



CONSAR

Comisión Nacional del Sistema de Ahorro para el Retiro

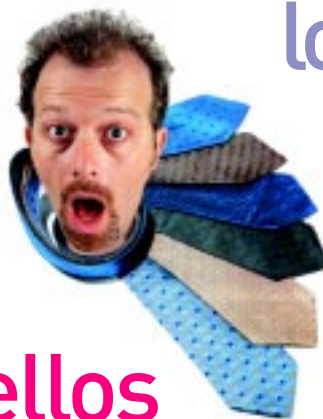
¿Y tú, qué sabes
de tu AFORE?

Hamburguesa y poder adquisitivo

Según el reporte "Precios y sueldos" realizado por la UBS (compañía suiza de estudios financieros) en 70 ciudades, y basado en el tiempo promedio que deben trabajar quienes desempeñan 13 ocupaciones específicas para comprar una Big Mac, las ciudades de Oslo, Hong Kong, Tokio, Nueva York y Zurich son las más caras del mundo. Así, mientras que en promedio en la Ciudad de México se necesitan 12 minutos de trabajo para adquirir tal hamburguesa, en Nairobi se requieren más de tres horas. En este análisis sobre el poder adquisitivo de los habitantes de las ciudades, la Ciudad de México ocupa el lugar 41 de 70.



Si la corbata casi lo ahorca...



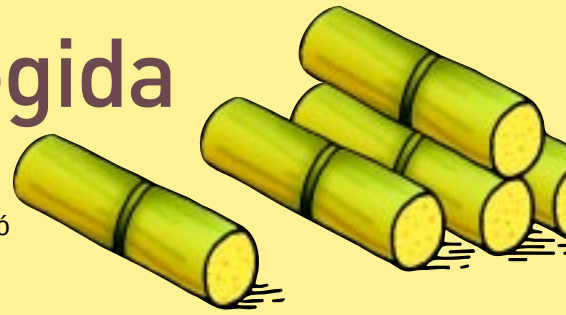
Tenga cuidado porque un estudio publicado en el *British Journal of Ophthalmology* señaló que los nudos muy ceñidos de las corbatas incrementan el riesgo de desarrollar glaucoma debido a que aumenta la presión intraocular.

Cosméticos para ellos

El diseñador francés Jean Paul Gaultier lanzó su nueva línea de belleza masculina, como labiales y polvos de sol para que los hombres, al igual que las mujeres, embellezcan su rostro. Fiel al sello distintivo de sus creaciones, los cosméticos del diseñador tienen un valor agregado, los envases; por tanto, no se sorprenda si antes de entrar a una reunión de trabajo uno de sus compañeros se hidrata el cutis con la loción cuyo envase es un encendedor, disimula sus ojeras y se delinea con un "bolígrafo", o realza discretamente el color de sus labios. Jean Paul Gaultier dice que el hombre destinado a usar estos cosméticos: "Es viril y elegante, capaz de realzar sus rasgos masculinos con un toque de lápiz y reírse de su propia vanidad".

La charanda está protegida

El aroma dulce e intenso que distingue a la charanda es inigualable. Gracias a ésta y otras características, recientemente esta bebida alcohólica originaria de Michoacán, obtenida a partir de la fermentación y destilación del jugo de la caña de azúcar, recibió la Denominación de Origen, lo que significa que sólo 16 municipios de Michoacán obtuvieron la certificación y el reconocimiento internacional para producirla. Por una bebida auténtica ¡salud!



Laptops rudas

Una de las inconveniencias de las computadoras portátiles es que están expuestas a sufrir más daños que las de escritorio; por ejemplo, es común derramar accidentalmente en ellas líquidos o incluso comida. Sin embargo, al parecer este problema se acabó con la aparición de las laptops para uso rudo: un nuevo modelo totalmente sellado impide que los líquidos y el polvo más fino afecten sus componentes; además, el disco duro descansa sobre una cama de gel y su carcasa de magnesio la hace mucho más resistente a los golpes. Los fabricantes de estos nuevo modelos consideran que los riesgos de daños se reducen hasta en 50%. Más información en www.panasonic.com/computer/notebook/default.asp

Fotografías de archivo / Fotoarte Roberto Paz



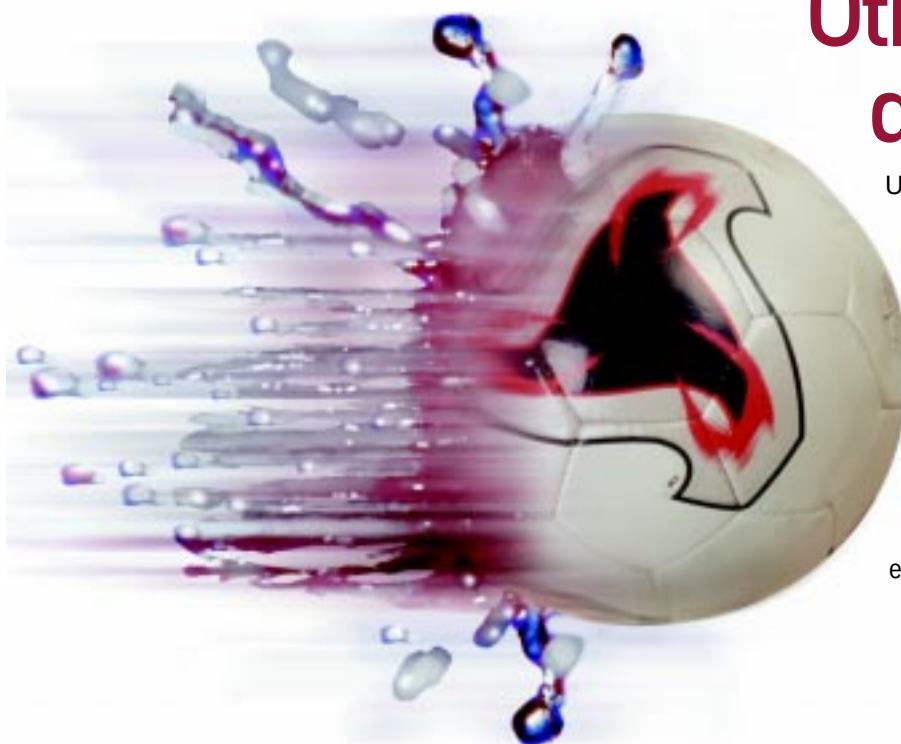
Fotografías de archivo / Fotoarte Roberto Paz

Con la finalidad de que los consumidores sepan lo que están comprando, la Norma Oficial Mexicana NOM-155-SCFI-2003 fue aprobada el 31 de julio del presente año y establece las denominaciones comerciales de los diferentes tipos de leche, fórmulas lácteas y productos lácteos combinados, sus características fisicoquímicas, los métodos de prueba para demostrar el cumplimiento de la Norma así como la información comercial que deben contener las etiquetas. Con todo lo anterior, los fabricantes deberán venderle leche y no un sustituto, de manera que el café con leche que a usted le gusta beber por la mañana sea auténtico café con leche...

Directorio del consumidor

Secretaría de Relaciones Exteriores (SRE). Sretel es el sistema que le proporciona información relacionada con pasaportes, nacionalidad y naturalización, posgrados e investigaciones en el extranjero, servicios consulares a nivel nacional, así como domicilios, horarios y teléfonos de las delegaciones de la Secretaría. En el Distrito Federal y área metropolitana comuníquese al 5063-3100; desde cualquier punto de la República Mexicana marque 01-800-703-6400.

Secretaría de Turismo (Sectur). Aquí puede conseguir números telefónicos y direcciones de los servicios turísticos a nivel nacional, como hoteles, embajadas, agencias de viaje, teatros, museos, balnearios, centros de convenciones, consulados, etcétera. En el Distrito Federal y área metropolitana llame al 5250-0123 y 0151; desde cualquier estado de la República marque el 01-800-903-9200. Si se encuentra en el exterior del país marque 01-800-482-9832.



Otro "golazo" de Maradona

Una casa de vinos compró la licencia para usar en sus productos el nombre del ídolo del fútbol argentino. El vino marca Diego Armando Maradona arribó al mercado gaucho hace un par de meses y pronto se exportará a otros países de Europa y Latinoamérica. A decir de Guillermo Cópola, representante de Maradona, se trata de un "muy buen vino".

Pregunta: ¿la calidad del citado vino será equiparable a la calidad del gol metido por Maradona durante el Mundial México 86 ante Inglaterra, y que ha sido catalogado por los entendidos como "el gol del siglo"?

Pluma digital

El gusto de escribir con tinta y la necesidad de usar la computadora son ya compatibles gracias a la IO Personal Digital Pen de Logitech, una nueva pluma digital que permite pasar lo escrito (sobre un papel especial, también digital) a un documento Word en la PC. La pluma funciona con un sensor óptico que captura palabras y dibujos y un procesador que los digitaliza. Su memoria alcanza para escribir hasta 40 páginas antes de tener que descargar lo escrito en la computadora. Ahora que tampoco se entusiasme demasiado, pues aunque su precio es mucho más accesible que el de una laptop (menos de 200 dólares), sólo está disponible en Estados Unidos.



Tú tienes el PODER



PROFECO lo respalda



23°/24° derechos

Los mismos servicios para todos



Por ningún motivo los prestadores de bienes y servicios deben condicionar su actuación, ni cobrar a las personas con discapacidad precios más altos que los establecidos.

Por Leonardo Huerta Mendoza

El día del cumpleaños del señor Hernández, su esposa decidió invitarlo a comer a un restaurante. Cuando llegaron al lugar, la empleada que recibe a los clientes y les asigna una mesa los hizo esperar, con el pretexto de que no había una área especial para personas como el señor Hernández (que es invidente e iba con su perro guía).

La espera se alargó, mientras que, impotente, la señora Hernández observaba cómo a las personas que llegaban después que ellos, sin ningún reparo se les asignaban mesas desocupadas. Con la esperanza de corregir esa situación, pidió hablar con el gerente.

Para su sorpresa, éste les informó que por “políticas del restaurante” no se permitía el ingreso de perros, incluso de perros guía, pero que para no herir la sensibilidad de los clientes la empleada tenía la orden de no asignarles ninguna mesa con el fin de que se cansaran y se marcharan. Como la señora Hernández amenazó con hacer un escándalo, a regañadientes el gerente aceptó asignarles una de las mesas más apartadas, siempre y cuando pagaran una cuota extra por el perro guía.

Antes que aceptar una ofensa así, el matrimonio Hernández se dirigió a Profeco a presentar su queja contra el restaurante, mismo que fue sancionado por no tratar con respeto y equidad a las per-

Lo que dice la Ley

En el vigésimo tercero de los 25 Derechos Básicos del Consumidor se establece que: “El consumidor con alguna discapacidad tiene derecho a ser tratado con respeto y con equidad. Por ningún motivo los proveedores de bienes o servicios pueden cobrar tarifas o cuotas especiales por el uso de aparatos ortopédicos, tecnológicos, educativos o deportivos necesarios para el uso personal de las personas con discapacidad, incluyendo el perro guía en el caso de invidentes”.

Asimismo, el derecho vigésimo cuarto señala que: “El proveedor tiene la obligación de otorgar el mismo servicio y ofrecer los mismos productos al consumidor con discapacidad. Además, debe brindar las facilidades necesarias para que éste pueda hacer uso de los bienes o servicios que se ofrecen, los cuales ni el proveedor ni sus dependientes pueden negar, condicionar o limitar.”

Estos derechos están reconocidos en el artículo 58 de la Ley Federal del Consumidor.

sonas con alguna discapacidad, además de condicionar sus servicios. 🐕

Fuente Ley Federal de Protección al Consumidor
• 25 Derechos Básicos del Consumidor

Recuerde

En las delegaciones Profeco en todo el país puede solicitar en forma gratuita los 25 *Derechos Básicos del Consumidor*, mismos que le presentamos aquí de manera más amplia en cada una de nuestras ediciones.

Sea un consumidor informado... y aproveche esta oferta especial



Paquetes de cinco libros sobre consumo editados por Profeco, a sólo \$100.00 cada paquete*

Los paquetes están integrados por cinco de entre estos títulos:

Los rituales del caos, de Carlos Monsiváis

El ecocidio permitido, de Fernando Césarman

La medicina está enferma, de Federico Ortiz Quesada

Ver, pero también leer, de Raúl Trejo Delarbre

La nueva alimentación. Cómo evitar nuestra desnutrición oculta y el envejecimiento prematuro, de Adolfo y Miriam Chávez

Plantas, medicina y poder. Breve historia de la herbolaria mexicana, de Xavier Lozoya Legorreta

Consumo-gusto (caricaturas humorísticas)

El humor en el consumo (caricaturas humorísticas)

El consumo al final del milenio (varios autores)

Foro del Día Mundial de los Derechos del Consumidor, 1995 (varios autores)



Además tenemos a la venta el libro *México, ¿quieres tomarte una foto conmigo? Cien años de consumo*, prólogo de **Juan José Arreola**. 269 páginas con fotografías, pasta dura. \$395.00 ¡Un excelente regalo de Navidad!

* Oferta limitada a 2,740 paquetes y sólo para el D.F. y zona metropolitana. Adquiéralos en el Centro de Documentación e Información sobre Consumo de Profeco (José Vasconcelos 208, Planta Baja, Col. Condesa. México, D.F., teléfono 5625-6700 ext. 6932 y 1037). Únicamente pagos en efectivo.



Notarios y corredores públicos

Por Leonardo Huerta Mendoza

Tener reputación intachable y ser un estudioso del Derecho son dos cualidades indispensables para el notario y el corredor público. ¿Sabe usted en qué circunstancias puede necesitar los servicios de cualquiera de estos dos profesionales?

Fotografía Juan José Morín



En nuestro país, el notario es uno de los personajes indispensables para la certeza jurídica en la propiedad de bienes inmuebles, la celebración de contratos y la constitución de sociedades. Sin embargo, en general, no sabemos qué tipo de servicios presta, cuáles son sus honorarios, a quién sirve, cómo logró su condición de notario, ni cuáles son sus atribuciones.

El abogado Andrés Jiménez Cruz, Secretario de Organización de la Asociación Nacional del Notariado Mexicano, define a grandes rasgos la labor del notario: “es el profesional del Derecho investido de fe pública ante quien se hacen constar los contratos, los actos que la ley requiere tengan cierta formalidad por su importancia o trascendencia, o bien, a los que las partes quieren darle esa formalidad. Su función consiste en redactar el instrumento público notarial y vigilar la legalidad de los actos con el fin de evitar conflictos o aclarar situaciones entre las partes”.

La fe pública es la confianza que el Estado, a través de un gobernador o del Jefe de Gobierno del Distrito Federal, otorga a los notarios para actuar en los actos jurídicos en los que interviene la sociedad. Tener fe pública significa que todo lo que certifica el notario se tiene como cierto hasta que no se demuestre lo contrario. Además, “los notarios somos asesores, por ejemplo, vigilamos que quien vende tiene el derecho de hacerlo y que quien compra tiene la facultad para comprar”. En esa certeza jurídica descansa la importancia de contratar a un notario.

Recomendaciones generales

En general, puede decirse que existen varios momentos en los que es indispensable acudir ante un notario. Al respecto, siga estas recomendaciones:

1. No les tema. Los notarios están al servicio de la comunidad. Si tiene un problema jurídico-notarial, consulte al notario con el fin de recibir la asesoría correcta.

Cuando una persona acude con un notario, se le asesora y se le informa qué clase de servicio requiere, así como cuáles son los documentos que debe tener para realizarlo; si es necesario tramitar algún juicio, es aconsejable que busque un abogado.

2. Haga su testamento. El momento adecuado para tomar esta decisión es cuando se goza de buena salud. No hay que esperar hasta que se presente alguna enfermedad, sobre todo cuando ya no se puede hablar o razonar.

Hacer un testamento es la mejor manera de evitarle problemas a los herederos. De este modo, asegura Jiménez Cruz, “la persona determina quiénes y en qué porcentaje van a heredar sus bienes. Cuando hay testamento, la voluntad del testador es la ley absoluta para transmitir la propiedad”. Además, si el testador

rio. Estos actos son, entre otros, la compraventa, la donación, la permuta (trueque), el reconocimiento de adeudos, la dación en pago y los traspasos.

“Si le gustó un departamento o una casa, consulte al notario. Porque él revisará las escrituras del dueño, las boletas prediales, etcétera. De alguna manera va a investigar al vendedor: si es casado, le pedirá su acta de matrimonio para ver si

Labor social

El Colegio de Notarios del D. F. (al cual, en el momento de recibir su patente, quedan automáticamente afiliados todos los notarios de esa entidad) ofrece varios servicios a la comunidad, entre los que destacan los siguientes:

- **Consultoría jurídica gratuita.** Los martes, miércoles y jueves por la tarde se brinda asesoría gratuita a toda persona que lo requiera. Acuda a las instalaciones del Colegio, ubicadas en Río Tigris 63, colonia Cuauhtémoc, o llame al teléfono 5511-1819.
- **Guardias notariales.** De lunes a viernes, de 9:00 a 13:00 horas, dos notarios permanecen en las oficinas del Colegio para atender solicitudes de carácter urgente (por ejemplo, testamentos en hospitales, fe de hechos, emplazamiento a huelga) y que implican actuar fuera de la notaría.
- **Titulación de la propiedad inmueble.** Mediante convenios con diversos organismos de vivienda, el Colegio promueve la elaboración de escrituras con un mínimo de requisitos y con un costo simbólico. “Tenemos programas en los que el notario cobra 50% de lo que establece el arancel, y muchos servicios se otorgan sin costo alguno cuando el solicitante explica su situación”, comenta el licenciado Joel Chirinos.

También se ha promovido mucho la cultura del testamento: la Asociación Nacional del Notariado Mexicano, de la cual forman parte los Colegios de la República, en coordinación con la Secretaría de la Reforma Agraria, promovió la participación de los notarios en la regularización de los testamentos agrarios.

quiere cambiar el testamento, puede hacerlo las veces que quiera.

En el supuesto de una pareja que se casó por bienes mancomunados, se deben hacer dos testamentos: el del esposo y el de la esposa.

3. Cuando compre o venda un bien inmueble, evite hacer contratos privados. En todos los actos en los que se trasmite la propiedad de bienes inmuebles (casas, terrenos, edificios, locales comerciales, bodegas) la ley exige que sea ante nota-

lo está por separación de bienes o en sociedad conyugal (si es así, debe firmar la escritura el cónyuge también). Todo este tipo de detalles sólo los puede detectar una notaría”.

En el caso de los inmuebles que tengan un gravamen, o sea, que aún tengan un adeudo por liquidar (por ejemplo, un departamento comprado a crédito), asegúrese de que el acreedor dé su consentimiento antes de adquirirlo mediante un traspaso, ya que este acto jurídico no sólo



es una transmisión de la propiedad sino también del adeudo; además, haga el trámite siempre ante un notario.

El vendedor de un bien inmueble también debe consultar a un notario para que esté seguro de que lo que vende es de su propiedad, ya que de lo contrario estaría cometiendo el delito de fraude.

4. No otorgue poderes notariales sin la asesoría adecuada. Un poder notarial es un instrumento público, otorgado ante notario, mediante el cual una persona física o moral faculta a otra u otras, para que realicen uno o más actos jurídicos en su nombre. Antes de otorgar un poder de representación legal o sobre nuestros bienes, es necesario consultar al notario para que éste nos explique cuáles son los alcances del mismo.

¿Cuánto cuesta?

El licenciado Andrés Jiménez Cruz nos informa: “En la mayoría de los estados, los notarios no establecen sus honorarios a voluntad, hay un arancel aprobado por el congreso local (en el caso del Distrito Federal, por la Asamblea de Representantes)”. Esto le da a usted la certeza

Contratar los servicios de un notario puede parecer costoso, sin embargo, bien vale la pena el gasto por la certeza jurídica que da contar con la escritura de nuestra propiedad o los problemas que le ahorraremos a nuestros familiares si hacemos nuestro testamento a tiempo.

de que, en su estado, los costos serán los mismos, con cualquiera que sea el notario a quien consulte.

Por otra parte, es importante que no se confunda con los costos por hacer una escritura. Lo que usted paga no sólo cubre los honorarios del notario sino también, por ejemplo, en el caso de la escritura de una compraventa, los impuestos y diversos trámites, como el avalúo, los certificados de libertad de gravámenes y de zonificación. Además, el costo del servicio notarial está determinado a su vez por el valor comercial del inmueble. “Es diferente cobrar por un terreno de 200 m² en una zona donde pudiera valer dos millones de pesos, que por un terreno de 200 m² en otra zona donde quizá valga 200 mil pesos”.

Contratar los servicios de un notario puede parecer costoso, sin embargo, bien vale la pena el gasto por la certeza jurídica que da contar con la escritura de nues-

tra propiedad o los problemas que le ahorraremos a nuestros familiares si hacemos nuestro testamento a tiempo.

Los corredores públicos

En el área mercantil, hay una opción a los servicios de los notarios: los corredores públicos. El licenciado Hugo Murillo Zermeno, presidente del Colegio de Corredores de la Plaza del Distrito Federal, nos habló de las coincidencias de sus actividades con las de los notarios públicos.

“Como los notarios, también somos abogados y fedatarios públicos, pero solamente en materia mercantil. Buscamos ser un mecanismo de crecimiento y apoyo para las pequeñas, medianas y grandes empresas. Desde hace muchos años hemos estado relacionados con el comercio: hacemos avalúos, ponemos en contacto a compradores y vendedores, de ahí el nombre de corredor. Pero a partir de 1992 se reformó la Ley Federal de Correduría Pública y se ampliaron nuestras facultades en materia de fe pública. Nuestra labor se vincula directamente con lo mercantil: la constitución de sociedades, la emisión de acciones, formalizaciones de actas (lo que se conoce como protocolizaciones de actas de asambleas), certificación de documentos mercantiles, otorgamiento de facultades (o poderes)”. Sin embargo, los corredores no pueden actuar como fedatarios en materia de inmuebles, pero sí como valuadores.

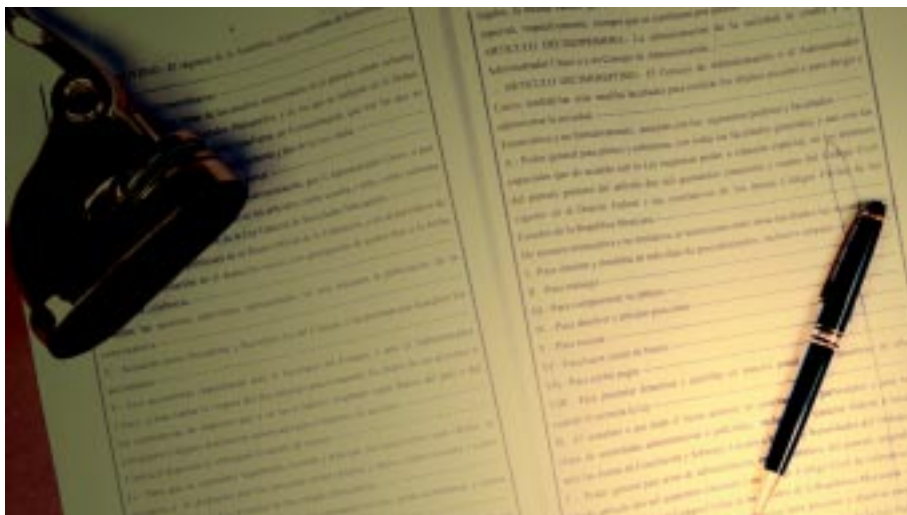
El registro de marcas y patentes también puede tramitarse por los corredores. Para establecer franquicias, se hace el avalúo de una marca y, añade el abo-



Las escrituras, ¿quién las paga?

En el caso de la compraventa de un inmueble, normalmente es el comprador quien se hace cargo del costo de las escrituras. El abogado Jiménez Cruz aclara:

“Al vendedor le corresponde pagar el impuesto sobre la renta que causa esta operación, sólo en caso de que no esté exenta. Por ejemplo, la casa-habitación está exenta, independientemente del monto de venta: sea una casa de 200 mil o de 20 millones de pesos, no hay impuestos siempre y cuando el vendedor demuestre que es su casa-habitación. ¿Cómo puede comprobarlo? Con recibos de luz o de teléfono a su nombre, al de su cónyuge o al de sus ascendientes (padre, madre), o de sus descendientes”.



Constitución de sociedades mercantiles

Cuando un comerciante quiere constituir una sociedad mercantil debe acudir ante un notario o ante un corredor público.

Generalmente, la gente cree que debe actuar como persona física con actividad empresarial, pues no cuenta con el capital para constituir una sociedad mercantil (el mínimo es de 50 mil pesos para una sociedad anónima). Sin embargo, antes de tomar esta decisión es importante considerar que el capital de una sociedad también lo constituyen el inmueble donde está ubicada y sus inventarios, entre otros, no sólo el dinero del que disponga en alguna cuenta de cheques.

Pero, ¿por qué es conveniente constituir una sociedad mercantil? Para proteger su patrimonio. Actuando como persona física con actividad empresarial usted debe responder con todo su patrimonio, no sólo con el que aportó para iniciar el negocio. En cambio, si constituye una sociedad de responsabilidad limitada sólo responde por el monto de su aportación. “Esto es muy importante, sobre todo en empresas familiares, donde todo el patrimonio familiar puede verse vulnerado por alguna deuda. En cambio, en una sociedad de responsabilidad limitada sólo le cobran el monto de su aportación si tiene algún quebranto”, comenta el abogado Hugo Murillo Zermeño.

gado Zermeño, “le conseguimos al propietario compradores de su marca o producto, y le ayudamos a obtener un buen precio. Es decir, utilizamos nuestras herramientas de manera integral: damos asesoría jurídica, valuamos la marca, constituimos su sociedad, conseguimos compradores, ayudamos a inscribirlo en el padrón de importadores y exportadores y le llevamos de la mano para que sepa cómo importar sus productos, sin importar el tamaño de su negocio”.

¿En qué coinciden?

Podemos afirmar que las actividades comunes entre notarios y corredores son las siguientes:

- Constitución, fusión, escisión, transformación, disolución o liquidación de sociedades mercantiles (anónimas, de responsabilidad limitada, cooperativas, agrarias).
- Expedición de copias certificadas de documentos relacionados con la actividad comercial, tanto de personas físicas como de sociedades o empresas.
- Notificaciones, requerimientos de pago o interpelaciones vinculadas con actividades comerciales o de empresas.
- Fe de hechos de cualquier situación vinculada con operaciones comerciales o de empresa.
- Protocolización de actas de asamblea de sociedades mercantiles.
- Trámites necesarios para la regulación de la situación jurídica de comerciantes o empresas.

Si está interesado en contratar los servicios de un notario público, puede solicitar los datos del más próximo a usted en el Registro Nacional de Testamentos, al teléfono 01(55) 5080-3000, extensiones 38053 al 56; o consulte también la página www.testamentos.gob.mx/directorios.php

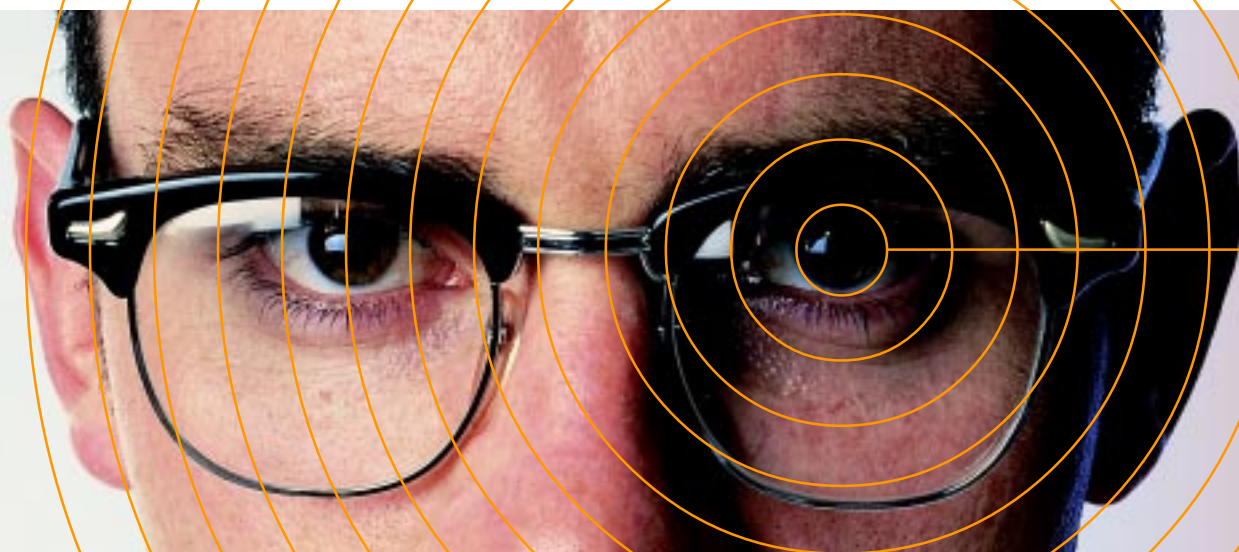
Para localizar el domicilio de algún corredor público, visite la página del Colegio de Corredores Públicos del Distrito Federal www.corredorpublicodf.com.mx; o comuníquese al 01(55) 5536-6317, 5536-6045 y 5523-6779 para recibir mayores informes.

Cabe mencionar que Profeco no tiene competencia para recibir quejas contra notarios, pues la vigilancia de la función pública desempeñada por estos fedata-

Si está interesado en contratar los servicios de un notario público, puede solicitar los datos del más próximo a usted en el Registro Nacional de Testamentos, al teléfono 01(55) 5080-3000, extensiones 38053 al 56; o consulte la página www.testamentos.gob.mx/directorios.php

rios públicos está a cargo de la Dirección del Notariado del gobierno de cada uno de los estados (sus oficinas generalmente se encuentran en el palacio de gobierno). Si hubiera alguna reclamación, se tiene la opción de recurrir a ésta o al colegio de notarios correspondiente. ■

Fuentes Entrevista con el licenciado Andrés Jiménez Cruz, Secretario de Organización de la Asociación Nacional del Notariado Mexicano, A. C. • Entrevista con el licenciado Joel Chirinos Castillo, titular de la Notaría 90 del Distrito Federal • Entrevista con el licenciado Hugo Murillo Zermeño, presidente del Colegio de Corredores Públicos de la Plaza del Distrito Federal



¿Por qué podemos usar nuestras tarjetas bancarias en todos los cajeros del mundo? ¿Qué hace que podamos conectar un mismo aparato en cualquier toma de corriente del país? ¿Por qué las tuercas se ajustan a los tornillos según su diámetro? La respuesta para éstas y muchísimas más preguntas nos lleva a lo mismo: la normalización de productos y servicios.

Normas Oficiales Mexicanas

garantía de satisfacción y seguridad

Por Jacqueline Ruiz

Cada vez más productos o servicios que se encuentran en el mercado tiene que sujetarse a una norma oficial mexicana (NOM): el jugo que se toma en la mañana, su cepillo de dientes, la computadora de su oficina, los cerillos que utiliza para prender la estufa, la afinación de su auto... la lista es interminable, sólo tiene que voltear a ver cualquier objeto a su alrededor y descubrirá que hay una o varias NOMs involucradas en su elaboración o etiquetado.

Pero, ¿qué son las NOMs? Son regulaciones técnicas (es decir, que se pueden medir y comprobar) de observancia obligatoria para los sectores público y privado, que establecen reglas, especificaciones, atributos, directrices, características o prescripciones aplicables a un producto, actividad, servicio, método de producción u operación, incluidas la terminología, simbología y etiquetado.

Tal vez esta definición no le diga mucho, pero la existencia de las NOMs le garantiza que los servicios que contrata o los productos que adquiere (incluyendo los importados) cumplan con determinados parámetros, con cierto nivel de calidad y seguridad; así, usted puede encender su estufa con la tranquilidad de que no habrá una explosión; o confiar en que si el yogur que más le gusta dice en su empaque “bajo en grasa”, es cierto, pues para utilizar esa leyenda el productor tiene que cumplir con una NOM que especifica las características necesarias para denominarse de esa forma.

Existen también las Normas Mexicanas (NMXs) que, al igual que las NOMs, establecen requisitos mínimos de calidad con

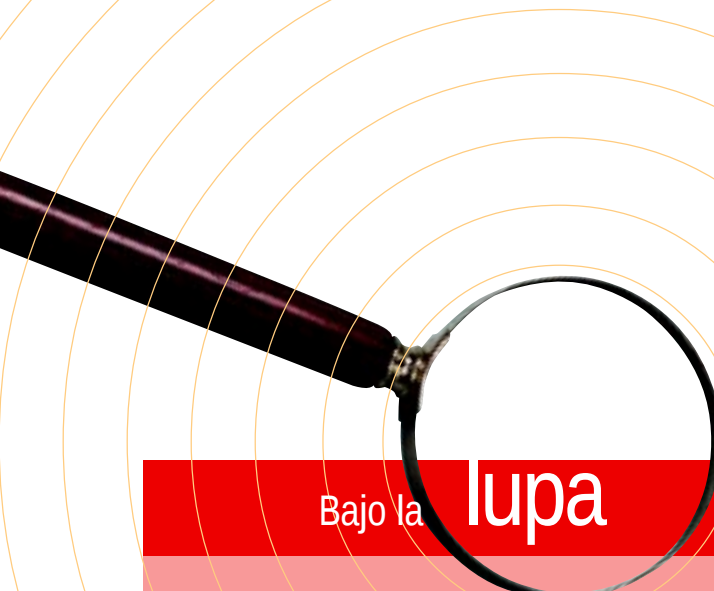
el propósito de brindar mayor satisfacción al consumidor, pero cuya observancia no es obligatoria, a menos que sea necesaria para cumplir una NOM, o cuando los proveedores manifiesten que sus productos, procesos o servicios la siguen. Digamos que su observancia le da un valor agregado al producto o servicio.



Homologación internacional

El comercio globalizado requiere que uno de los principios fundamentales de la normalización sea la homologación de las NOMs con las normas internacionales (por ejemplo, las normas ISO de calidad o las de alimentación emitidas por el *Codex Alimentarius*) para evitar que sea una barrera técnica al comercio.

Así, por ley, en la elaboración de NOMs es necesario tener como referencia las normas internacionales. Ahora bien, es importante distinguir entre éstas y las extranjeras, pues las primeras son elaboradas por organismos internacionales en los que participan varios países (ISO, Codex, etc.), y las segundas, por cada nación en particular (DIN, en Alemania, NOMs, en México, etc.).



Bajo la lupa

La realidad científica, tecnológica o de los mismos consumidores suele rebasar las NOMs: lo que es válido hoy puede no serlo mañana, o el método de prueba que se especificó ayer, puede que sea perfeccionado tiempo después.

Para que las NOMs no se conviertan en letra muerta, la ley establece que deben de ser revisadas, al menos, una vez cada cinco años. Después de esta revisión, las normas se ratifican (si siguen siendo vigentes), se cancelan o se actualizan (en cuyo caso hay que seguir el mismo procedimiento que en la elaboración de una norma).

Resultado del consenso

La normalización, o creación de normas técnicas, es un proceso que tiene una característica muy distintiva: en él interviene la sociedad civil; es decir, los particulares participan en la elaboración de las regulaciones que habrán de seguir, y en el mismo acuerdo la voz de la pequeña empresa o de las cámaras industriales tiene el mismo peso que la de la autoridad.

Antes de que entrara en vigor la Ley Federal de Metrología y Normalización de 1992, todas las normas oficiales, fueran obligatorias o no, se generaban en la Dirección General de Normas (DGN) de la Secretaría de Economía. Este procedimiento era un tanto inestable e incierto, pues una sola entidad determinaba el contenido de las regulaciones técnicas, vigilaba y verificaba su cumplimiento, y sancionaba a quienes no las respetaban.

Para evitar esta concentración de funciones (bien dice el dicho que no se puede ser juez y parte en un conflicto), la ley de 1992 establece que para su aprobación, los anteproyectos de NOMs y NMxs presentados por las dependencias gubernamentales correspondientes (por ejemplo, el anteproyecto para una NOM de prestación de servicios turísticos le corresponde a la Secretaría de Turismo), deben discutirse en un comité que incluya a todos los sectores interesados o afectados: productores, comercializadores, fabricantes, exportadores, académicos, colegios de profesionistas, consumidores y dependencias gubernamentales.

Para que una norma se apruebe, todos ellos deben llegar a un consenso. Esto se logra con base en una política de contra-

pesos, en la que se busca el mejor balance entre los intereses comerciales, legales y científicos de los involucrados, para que el texto o la norma contenga todas las especificaciones necesarias para satisfacer las necesidades del consumidor.

Usted pensará que es imposible hacer que los proveedores se preocupen más por el bienestar del consumidor que por sus intereses comerciales, pero existe un lineamiento fundamental que evita que las negociaciones de los comités se estanquen: cualquier oposición u observación tiene que sustentarse en argumentos científicos sólidos; si no es así, no es tomada en cuenta.

Después de que el comité llega a un consenso, el proyecto se somete a consulta pública por un periodo de 60 días naturales, para que cualquier persona interesada, representada o no en el comité, pueda emitir sus comentarios. Transcurridos los 60 días se analizan dichos comentarios. En caso de ser necesario, se modifica el proyecto y se emite la NOM o NMx, que se publica en el Diario Oficial de la Federación.

¿Y qué más?

Las NOMs no servirían de mucho si no se vigilara su aplicación. Tal vez para los consumidores es sencillo distinguir si un producto no cumple con la norma de etiquetado, pero nos resultaría prácticamente imposible distinguir si la tela de una prenda, efectivamente, contiene 50% de algodón y 50% de poliéster, pues no contamos con la infraestructura ni los conocimientos técnicos necesarios.

La Dirección de Evaluación de la Conformidad de la DGN se encarga de fijar los criterios para determinar el cumplimiento de las NOMs, a través de la realización de pruebas de laboratorio, así como de los procedimientos de certificación y verificación de productos. Para este fin se apoya en terceros técnicos acreditados y aprobados por la autoridad competente, que pueden ser públicos o privados (quienes deben contar con procedimientos de aseguramiento de la calidad, personal e infraestructura, auditada y vigilada por la autoridad).

Asimismo, Profeco hace su labor a través de la Subprocuraduría de Verificación y Vigilancia, cuyo personal realiza visitas a proveedores y comercializadores de productos, toma muestras de sus productos para analizar su información comercial y realizar pruebas de laboratorio; aplica las medidas precautorias (inmovilización) e impone sanciones o clausuras en caso de incumplimiento de las NOMs o de la Ley Federal de Protección al Consumidor; también realiza los estudios de calidad que mes con mes se publican en la *Revista del Consumidor*.

Proveedores responsables

En **Profeco** también ofrecemos apoyo a todo proveedor que quiera mejorar sus servicios y desarrollar una cultura de calidad en beneficio de los consumidores. Entre los trámites y servicios empresariales que se pueden solicitar se encuentran la calibración de instrumentos de medición, la solicitud de análisis, asesoría o capacitación en información comercial. Llame a nuestro Centro de Servicios y Trámites Empresariales, 01-800-468-8722, o visite la delegación **Profeco** más cercana para recibir la asesoría correspondiente.

Si usted detecta alguna irregularidad en un producto o en la prestación de un servicio, puede denunciarlo al Teléfono del Consumidor: 01-800-468-8722 larga distancia sin costo desde cualquier lugar de la República.

El poder del consumidor

Es indiscutible que la autoridad tiene la obligación de vigilar el cumplimiento de las NOMs. Sin embargo, las normas son más que instrumentos jurídicos para que la autoridad sancione reclamos del consumidor: ayudan a mejorar la calidad y seguridad de los productos y servicios que se ofrecen en el mercado.

Por ello, la participación del consumidor es fundamental para que las normas oficiales cumplan su objetivo principal: poner a su alcance productos y servicios seguros, de calidad.

Sobre los proveedores, el consumidor ejerce un poder mucho más grande que la autoridad: elige si compra o no tal o cual producto o servicio; somos los consumidores los que tenemos que trabajar constantemente para que los productores nos ofrezcan mejores productos o servicios.

Usted le da su verdadero valor a las NOMs cuando lee la etiqueta de la lata de atún que va a comprar, cuando exige que le den la garantía de su televisión nueva, cuando sigue el instructivo de instalación de su lavadora o devuelve el producto que no tiene la cantidad prometida; así, las NOMs son el instrumento que incrementa su poder como consumidor.

Actualmente, existen aproximadamente 900 NOMs y 5,500 NMxs (incluidos los anteproyectos en consulta), las cuales se pueden consultar en el catálogo en línea de la Dirección General de Normas, en los sitios www.economia-noms.gob.mx y www.economia-nmx.gob.mx 



Fuentes entrevista con Luis Fernando Vázquez Olivera, director de Evaluación de la Conformidad de la Dirección General de Normas • Ley Federal sobre Metrología y Normalización • www.economia.gob.mx

Lavadoras



automáticas

*En estas páginas le informamos todo lo que necesita saber para adquirir la lavadora que más se adecue a sus necesidades. De los 40 modelos analizados por nuestro Laboratorio, el desempeño global de dos fue excelente, muy bueno el de 17, bueno el de 20 y 1 regular, lo que en términos generales habla de la buena calidad de estos productos. Sin embargo, de acuerdo con la investigación realizada por el programa *Quién es quién en los precios*, el precio de los distintos modelos depende de sus características, como material de fabricación, sistema y ciclos de lavado, carga de ropa, secadora, alarmas, etc., por lo que es recomendable determinar las necesidades reales de lavado para no pagar por funciones que no utilizará. Antes de comprar, analice las tablas correspondientes a la relación calidad-precio... Ah, también le informamos en qué tiendas del Distrito Federal, Puebla y Villahermosa se detectaron los mejores precios. Con todo lo anterior, ¿qué más necesita saber para elegir su lavadora automática?*

Fotografías Juan José Morín

Calidad

En el mercado existen, a precios muy diversos, múltiples modelos de lavadoras automáticas con capacidades que van de los cinco hasta los catorce kg de ropa por carga, y con sistemas de lavado de agitador, impulsor o tambor.

Las lavadoras con sistema tipo agitador cuentan con un agitador plástico largo ubicado en el centro de la tina, que gira alrededor de su propio eje con un movimiento alternado. Las lavadoras de impulsor tienen un plato plástico con aspas, ubicado en el fondo de la tina, que gira continuamente en un sentido o con movimientos alternos. Las lavadoras tipo tambor presentan un recipiente colocado horizontalmente en forma de tambor, el cual gira sobre su propio eje efectuando movimientos alternos.

Las pruebas realizadas

En este estudio se incluyeron lavadoras automáticas de los tres sistemas de lavado, con capacidades ofertadas de entre 5 y hasta 14 kg de ropa. Se analizaron un total de 40 modelos de lavadoras: 20 de agitador, 12 de impulsor y 8 de tambor. Cada lavadora fue sometida a 12 pruebas, que se describen a continuación: Consumo de agua total en un ciclo de lavado. Se seleccionó el programa o ciclo de lavado que utiliza el mayor tiempo y máximo nivel de agua, y se midió el volumen de agua empleado en el ciclo completo de lavado.

Desgaste de ropa. Esta prueba se realizó para verificar el desgaste de la ropa ocasionado por la acción mecánica que ejerce la lavadora sobre las prendas. Para ello se utilizó una carga de ropa con muestras de tela de mezclilla, popelina, tejido de punto 100% algodón y de tejido de punto en poliéster/algodón. La carga completa se sometió a 20 ciclos completos y continuos de lavado (simulando 5 meses de uso y una lavada por semana). Para la evaluación se realizaron pruebas de resistencia antes y después de los 20 ciclos de lavado.

Información al consumidor. Se verificó que en la etiqueta, adherida y en idioma español, las muestras analizadas presentaran toda la información referente al fabricante o importador, así como las características eléctricas de las lavadoras. Todas cumplieron con la información obligatoria, por lo que la prueba no se reporta en las tablas correspondientes.

Acabados. Por inspección visual se verificó que las muestras no presentaran aristas pronunciadas, bordes filosos o punzocortantes ni rebabas; también se comprobó que el ensamble de las partes que las componen fuera el adecuado

para su correcto funcionamiento; y que no presentaran defectos en la pintura o recubrimiento en el cuerpo, tapas, controles, tinas, mangueras y conexiones entre las piezas que las integran. Todas las muestras cumplieron satisfactoriamente con esta valoración.

Instructivos y garantías. Se analizaron los instructivos y garantías de las lavadoras. Se verificó que incluyeran toda la información sobre el fabricante o importador, así como la forma de hacer efectiva dicha garantía, su duración, los conceptos que cubre, las limitaciones de la misma y los centros de servicio para hacerla efectiva.

Capacidad de carga. Se corroboró la carga nominal de ropa indicada en cada lavadora. Para ello se metió ropa en la lavadora hasta que dejara de funcionar por exceso de carga. Las tablas de resultados muestran la carga nominal indicada en la etiqueta y la carga real que cada lavadora soportó con un buen desempeño.

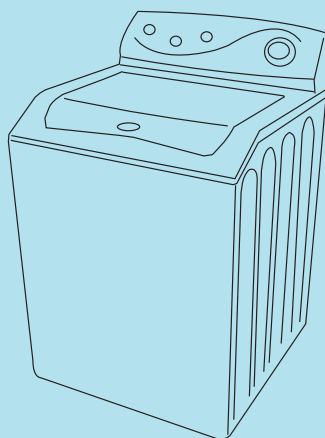
Seguridad eléctrica. Se verificó que, en condiciones normales de operación, la lavadora no presentara problemas de choques eléctricos para el usuario; también se comprobó que en condiciones de máxima exigencia los aislamientos del sistema eléctrico no sufrieran daños.

Consumo de energía. Esta prueba se realizó operando la lavadora al 75% de carga de ropa con el nivel máximo de llenado de la tina en el ciclo de lavado mayor. En estas condiciones se midió el consumo de energía en kilowatts-hora del ciclo completo (ésta es la unidad que se maneja en su recibo de luz).

Eficiencia de lavado. Junto con una carga de ropa que constó de sábanas, fundas de almohadas y toallas, se colocaron muestras de tela manchadas previamente con aceite mineral, salsa de tomate, chocolate con leche y vino tinto. Terminado el ciclo de lavado se midió el grado de remoción de las manchas.

Eficiencia de enjuagado. Se tomó una muestra del suministro de agua y, después de terminado el programa de lavado, se tomó una muestra del agua del enjuagado; la eficiencia del enjuague se determinó en función de la diferencia de alcalinidad en las dos muestras.

Eficiencia de exprimido. La eficiencia de la extracción de agua se expresa como la cantidad de humedad que queda en una carga de ropa después del centrifugado. Ésta se obtiene de la diferencia de peso entre la ropa seca y la ropa sometida al ciclo de lavado y enjuagado normal, después de completar el exprimido.



Normatividad

Para la realización del presente estudio se tomaron como referencia las siguientes Normas:

NOM-005-ENER-2000. Eficiencia energética de lavadoras electrodomésticas. Límites, método de prueba y etiquetado.

NOM-024-SCFI-1998. Información comercial para empaques, instructivos y garantías de los productos electrónicos, eléctricos y electrodomésticos.

NOM-008-SCFI-1993. Sistema general de unidades de medida.

NMX-J-337-1996-ANCE. Lavadoras electrodomésticas de ropa. Especificaciones. Métodos de prueba y mercado.

NMX-J-521/1-ANCE-1999. Productos eléctricos. Aparatos y equipos de uso doméstico. Seguridad en aparatos electrodomésticos y similares.

Parte 1: Requisitos generales.

NMX-J-521/2-7-ANCE-2002. Seguridad en aparatos electrodomésticos y similares. Partes 2-7: Requisitos particulares para máquinas lavadoras de ropa.

NMX-J-528-ANCE-2000. Aparatos y equipos de uso doméstico. Máquinas lavadoras eléctricas de ropa para uso doméstico. Métodos para medir la eficiencia del lavado.

NMX-A-59/1-INNTEX-2002. Determinación de la resistencia a la tracción de los tejidos de calada. Método de prueba. Parte 1: Método de agarre.

NMX-A-216-1996-INNTEX. Determinación de la resistencia al reventamiento en géneros de punto (método Mullen Burts).

NMX-A-072-INNTEX-2001. Determinación de la masa del tejido por unidad de longitud y por unidad de área.

NMX-A-109-1995-INNTEX. Método de prueba para la determinación de la resistencia al rasgado de los tejidos de calada por el método de péndulo de descenso libre.

NMX-A-110-1996-INNTEX. Método de prueba para acondicionamiento de fibras y productos textiles para su ensayo.

Recomendaciones de compra

1. Analice la carga máxima de ropa que lava normalmente y elija la capacidad de la lavadora a comprar (utilice la carga real de cada modelo).
2. Verifique el espacio con el que cuenta para la instalación de su lavadora.
3. En las tablas de resultados encontrará las características y funciones especiales de cada modelo. Compare dichas características e identifique las que convienen a sus necesidades, valorando la relación que guardan con el precio.
4. Si en su familia hay niños menores de 12 años, que suelen producir manchas persistentes de ropa, le sugerimos los modelos con una mayor eficiencia de lavado. Si su familia está formada por adultos y le interesa más el cuidado de su ropa, le recomendamos los modelos que fueron mejor evaluados en este parámetro.
5. Es importante que conserve su garantía (debe estar sellada y fechada por la tienda) para cualquier reclamación posterior.
6. Pregunte al vendedor por los centros de servicio y extensión de garantías o, en su caso, por las empresas que dan servicio de reparación a domicilio.

Recomendaciones de uso

- ▶ Antes de usar su lavadora lea cuidadosamente el manual de operación.
- ▶ Instale su lavadora como indica el manual de instrucciones. El buen funcionamiento depende de una correcta instalación.
- ▶ Utilice el tipo de detergente recomendado por el fabricante.
- ▶ Clasifique la ropa por color y requerimientos de cuidado para hacer lavados separados.
- ▶ Previamente conviene remojar con detergente la ropa muy sucia.
- ▶ Cierre los broches a presión, cierres de metal y los ganchos para evitar que se enreden en las demás prendas. Quite las hebillas y otros objetos duros para no dañar el interior de la lavadora y no rasgar la ropa.
- ▶ Seleccione los artículos a introducir en la lavadora de acuerdo con el espacio que ocupen, no por el peso.
- ▶ Mezcle prendas grandes y pequeñas para mantener el equilibrio y evitar vibraciones de la lavadora.
- ▶ Introduzca holgadamente la ropa en la lavadora. La ropa apretada disminuye la eficiencia del lavado y demanda un mayor esfuerzo del motor de la lavadora.
- ▶ No envuelva la ropa alrededor del agitador ya que ésta debe moverse con facilidad en el agua para lograr un eficiente lavado y evitar arrugas.

Estudio de calidad de Lavadoras de ropa automáticas

Lavadoras automáticas con capacidad de 10 a 14 kg

Marca / Modelo / Tipo / No. de ciclos / País de origen	Evaluación de calidad	Capacidad de carga (kg)		Garantía	Seguridad eléctrica	Consumo de energía eléctrica	Eficiencia de:			Consumo de agua (lts)	Cuidado de la ropa	Características y funciones
		Indicada	Real				Lavado	Enjuagado	Exprimido			
Frigidaire / GLWS 1649 AS / Agitador / 7 / E.U.	MB	12.0	9.0	3 años	Cumple	Bajo	MB	E	E	167.0	MB	4, 9, 11, 12, 13, 15, 16, 50, 51, 44 y 3 velocidades de lavado / centrifugado
Samsung / WA 159 RA / Impulsor / 7 / Corea	MB	12.5	9.5	3 años	Cumple	Medio	MB	B	E	197.0	MB	1, 6, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 25, 40, 51, 54, 59
Maytag Neptuno / MAH 7500 AWW / Tambor / 6 / E.U.	MB	10.1	7.0	1 año	Cumple	Alto	MB	B	E	86.0	MB	1, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16 18, 44, 51 y pantalla interactiva sensible al tacto
Daewoo / DWF-100 / Impulsor / 6 / México	MB	10.0	7.5	No indica	Cumple	Medio	MB	E	E	183.0	MB	1, 4, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 40, 44
Samsung / WA 1635 DO / Impulsor / 5 / Corea	MB	14.0	10.5	3 años	Cumple	Alto	MB	E	E	312.0	MB	1, 6, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 20, 40, 44, 54, 59
Whirlpool Clean Toach / 7 MLSC 9545 / Agitador / 12 / E.U.	MB	11.0	8.5	1 año 3 años en transmisión	Cumple	Bajo	MB	R	B	142.0	E	2, 9, 11, 12, 13, 15, 16, 43, 51, 57
Whirlpool Cycle Logic / 7 MLSQ 8000 / Agitador / 8 / E.U.	B	11.0	8.5	1 año 5 años en transmisión 10 años en tina	Cumple	Medio	B	B	E	168.0	E	2, 9, 11, 12, 13, 15, 16, 51
Ultraclean by Koblenz / LWS 17 MWK / Agitador / 7 / No indica	B	10.0	7.5	10 años en transmisión y tina, 6 años en demás componentes	Cumple	Bajo	MB	E	B	179.0	B	1, 9, 11, 12, 13, 15, 16
Samsung / WA 1334 DO / Impulsor / 6 / Corea	B	11.0	8.5	3 años	Cumple	Alto	MB	B	B	267.0	MB	1, 7, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 40, 44, 54, 59
Whirlpool Rotary / 7 MLSR 7533 / Agitador / 7 / E.U.	B	11.0	8.5	1 año 3 años en transmisión	Cumple	Bajo	B	R	E	171.0	E	2, 9, 11, 12, 13, 15, 16, 51
Easy / LEA 12000 BMO / Agitador / 6 / México	B	12.0	9.0	1 año 5 años en transmisión, tina de por vida	Cumple	Bajo	B	B	E	132.0	MB	3, 8, 11, 12, 13, 15, 16, 18, 34
Easy / LEA 10000 BMO / Agitador / 6 / México	B	10.5	8.0	1 año 5 años en transmisión tina de por vida	Cumple	Bajo	B	E	E	182.0	MB	3, 8, 11, 12, 13, 15, 16, 18, 34
Whirlpool Calypso / 7 MGWW 9959 / Agitador / 9 / E.U.	B	14.0	8.5	1 año 3 años en la banda del sistema motor, poleas y tablero de control	Cumple	Bajo	B	B	E	172.0	B	1, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 23, 43, 51, 55
Samsung / WA 11K2 QM / Impulsor / 5 / Corea	B	10.2	7.5	3 años	Cumple	Bajo	MB	R	R	199.0	B	1, 6, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 40, 44, 53, 56, 59
LG / WD-12210 BD / Tambor / 8 / Corea	B	12.0	8.0	3 años	Cumple	Medio	B	R	E	126.0	MB	1, 5, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 21, 22, 33, 41, 43, 50, 51, 56
LG / WT-R1381 TP / Impulsor / 6 / Corea	B	12.5	9.5	3 años	Cumple	Alto	B	R	E	294.0	MB	1, 6, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 33, 36, 40, 44
Easy / LEA 10000 B / Agitador / 7 / México	B	10.0	7.5	1 año 5 años en transmisión tina de por vida	Cumple	Alto	MB	B	E	150.0	B	3, 9, 11, 12, 13, 15, 16 y 2 velocidades
Daewoo / DWF-200 M / Impulsor / 6 / Corea	B	11.0	8.0	3 años	Cumple	Medio	MB	B	R	237.0	MB	1, 4, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 40, 44
GE / TL 110 B 10 / Agitador / 6 / México	B	10.5	8.0	1 año 5 años en transmisión, tina de por vida	Cumple	Alto	MB	R	R	111.0	B	3, 9, 11, 12, 13, 15, 16, 43, 50, 51 y 2 velocida- des de lavar / exprimir

NOTA: Todos los modelos analizados cumplen con la información al consumidor e instructivo, con excepción del modelo Ultra clean by Koblenz que no indica país de origen.

Lavadoras automáticas con capacidad de 5.0 a 6.5 kg

Marca / Modelo / Tipo / No. de ciclos / País de origen	Evaluación de calidad	Capacidad de carga (kg)		Garantía	Seguridad eléctrica	Consumo de energía eléctrica	Eficiencia de:			Consumo de agua (lts)	Cuidado de la ropa	Características y funciones
		Indicada	Real				Lavado	Enjuagado	Exprimido			
LG / WD-3245 RHD / Tambor / 6 / Corea	E	6.5	4.5	3 años	Cumple	Bajo	E	E	E	94.0	MB	1, 4, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 21, 22, 24, 29, 38, 39, 52, 56, 58
Daewoo / DWF-753 W / Impulsor / 4 / Corea	MB	6.5	5.0	3 años	Cumple	Bajo	MB	E	R	51.0	E	3, 6, 11, 12, 14, 15, 16, 28, 44
Samsug / WA 8064 CI / Impulsor / 4 / Corea	MB	6.0	4.5	1 año	Cumple	Bajo	MB	E	E	100.0	MB	3, 7, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 40, 44, 59
Bosch / WFA 206 Q / Tambor / 16 / Brasil	B	5.0	3.0	2 años	Cumple	Alto	MB	E	R	94.0	MB	1, 5, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 21, 31, 32, 46, 47, 49, 50
* Ariston / Margerita 2000-AL 108 D / Tambor / 10 / Italia	B	5.5	4.0	3 años	Cumple	Alto	MB	E	E	135.0	MB	1, 4, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 19, 26, 27, 37, 39, 45, 48
Bosch / WFA 086 Q / Tambor / 14 / Brasil	R	5.0	3.0	2 años	Cumple	Alto	B	R	R	76.0	MB	1, 5, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 30, 31, 46, 47, 50

NOTA: Todos los modelos analizados cumplen con la información al consumidor e instructivo, en la verificación de acabados no presentan defectos.

* Requiere alimentación de 220 V, por lo que sería necesaria una instalación especial en el hogar; al respecto, es pertinente mencionar que la alimentación de 127 V es la usual.

E = Excelente MB = Muy bien B = Bien R = Regular

Características

- Tina de acero inoxidable
- Tina porcelanizada
- Tina de plástico
- Puerta de plástico
- Puerta de cristal
- Tapa abatible de plástico transparente
- Tapa con ventana de plástico transparente
- Tapa de cristal templado
- Tapa metálica
- Cambios de tiempo de lavado, enjuague y centrifugado
- Selector de ciclos
- Selector de nivel de agua automático
- Selector de temperatura de agua
- Depósito de detergente
- Depósito de blanqueador
- Depósito de suavizante
- Centrifugado solamente
- Centrifugado extra
- Reducción centrifugado
- Sin centrifugado
- Velocidades de centrifugado
- Función sin centrifugado
- Función enjuagar y exprimir
- Función sin enjuague
- Super enjuague
- Inicio programado
- Lavado rápido
- Lavado programado
- Lavado extra
- Lavado extrafuerte
- Lavado 1/2 carga
- Lavado delicado
- Función lavado demorado
- Función tiempos de lavado
- Intensidades de lavado
- Potencias de lavado
- Antimanchas
- Temporizador
- Con secadora
- Filtro atrapelusa
- Ciclo favorito
- Alarma on/off
- Alarma fin de ciclo
- Remojo
- Temperatura de secado (40 a 150 min)
- Sistema ducha
- Sistema antiarrugas
- Plancha fácil
- Float (evita olores de humedad)
- Prelavado
- Enjuague extra
- Enjuague intensivo
- Corriente de cascada
- Nivelador
- Nivel de suciedad
- Seguro para niños
- Combinaciones de velocidades
- Botón apertura de puerta
- Partida diferida (programar tiempo de lavado)



Ficha técnica

Periodo de muestreo: 26 de junio al 23 de julio
Periodo de análisis: 7 de julio al 8 de septiembre
Número de marcas analizadas: 13 marcas
Modelos analizados: 40 modelos
Números de pruebas realizadas: 2,624

Estudio de calidad de Lavadoras de ropa automáticas

Lavadoras automáticas con capacidad de 7.0 a 9.5 kg

Marca / Modelo / Tipo / No. de ciclos / País de origen	Evaluación de calidad	Capacidad de carga (kg)		Garantía	Seguridad eléctrica	Consumo de energía eléctrica	Eficiencia de:			Consumo de agua (lts)	Cuidado de la ropa	Características y funciones
		Indicada	Real				Lavado	Enjuagado	Exprimido			
Samsung / WF 10CIQM / Impulsor / 5 / Corea	E	9.5	7.0	3 años	Cumple	Medio	E	B	E	220.0	E	1, 7, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 40, 44, 53, 56
GE / TL 85BM / Agitador / 6 / México	MB	8.0	6.0	1 año 5 años en transmisión tina de por vida	Cumple	Bajo	E	R	B	143.0	MB	3, 8, 11, 12, 13, 15, 16, 18, 35
Whirlpool Dual / WLAX 6203 LTO / Agitador / 6 / México	MB	8.5	6.5	1 año 3 años en transmisión	Cumple	Bajo	MB	E	E	156.0	E	2, 9, 11, 12, 15, 57
Perfoma by Maytag / PAV 3300 AWW / Agitador / 8 / E.U.	MB	9.5	7.0	1 año	Cumple	Alto	E	R	E	149.0	MB	3, 9, 11, 12, 13, 15, 16, 44, 51, 57
Kenmore / 110.22622100 / Agitador / 8 / E.U.	MB	9.0	7.0	1 año	Cumple	Medio	MB	R	E	170.0	MB	2, 9, 11, 12, 13, 15, 16
Maytag Atlantis / MAV 9750 AWW / Agitador / 8 / E.U.	MB	9.5	7.0	1 año	Cumple	Medio	MB	B	E	143.0	MB	1, 9, 11, 12, 13, 15, 16, 18, 43, 50, 51, 57
Blue Point / BPL 9764 B / Agitador / 6 / México	MB	8.5	6.5	1 año	Cumple	Bajo	MB	E	E	159.0	MB	2, 9, 11, 12
Blue Point / BPL 9984 B / Agitador / 8 / México	MB	8.5	6.5	1 año	Cumple	Bajo	B	E	E	157.0	E	2, 9, 11, 12, 13, 15, 16, 40
Easy / LEA 8500 B / Agitador / 6 / México	MB	8.0	6.0	1 año 5 años en la transmisión, tina de por vida	Cumple	Medio	MB	B	E	157.0	E	3, 9, 11, 12, 13, 15, 16
LG / WD 1274 FHB / Tambor / 5 / Corea	MB	7.0	5.0	3 años	Cumple	Medio	MB	E	B	131.0	MB	1, 5, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 21, 22, 24, 29, 38, 42, 51, 56
Samsung / WA 9065 DI / Impulsor / 4 / Corea	B	7.0	5.0	3 años	Cumple	Medio	MB	R	B	112.0	MB	1, 6, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 40, 44, 53, 59
GE / TL 80BI / Agitador / 6 / México	B	8.0	6.0	1 año 5 años en la transmisión, tina de por vida	Cumple	Bajo	MB	E	B	151.0	MB	3, 9, 11, 12, 13, 15, 16, 44
LG / WD 3274 RHB / Tambor / 5 / Corea	B	7.0	4.5	3 años	Cumple	Bajo	MB	R	B	75.0	B	1, 4, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 21, 22, 29, 38, 39, 42, 51, 56
Daewoo / DWF 901 B / Impulsor / 4 / México	B	9.0	7.0	3 años	Cumple	Bajo	B	B	R	171.0	MB	1, 6, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 40, 44
Ultraclean by Koblenz / LA 2410 / Agitador / 8 / México	B	8.0	6.0	10 años en transmisión y tina, 6 años en los demás componentes	Cumple	Bajo	E	B	B	130.0	(*)	1, 9, 11, 12, 13, 15, 16

* Debido a una falla en su funcionamiento no fue posible realizar la prueba.

Características:

- | | | |
|--|---|---------------------------------|
| 1. Tina de acero inoxidable | 9. Tapa metálica | 16. Depósito de suavizante |
| 2. Tina porcelanizada | 10. Cambios de tiempo de lavado,
enjuague y centrifugado | 17. Centrifugado solamente |
| 3. Tina de plástico | 11. Selector de ciclos | 18. Centrifugado extra |
| 4. Puerta de plástico | 12. Selector de nivel de agua automático | 19. Reducción centrifugado |
| 5. Puerta de cristal | 13. Selector de temperatura de agua | 20. Sin centrifugado |
| 6. Tapa abatible de plástico transparente | 14. Depósito de detergente | 21. Velocidades de centrifugado |
| 7. Tapa con ventana de plástico transparente | 15. Depósito de blanqueador | 22. Función sin centrifugado |
| 8. Tapa de cristal templado | | 23. Función enjuagar y exprimir |

E = Excelente MB = Muy bien B = Bien R = Regular

24. Función sin enjuague

25. Super enjuague

26. Inicio programado

27. Lavado rápido

28. Lavado programado

29. Lavado extra

30. Lavado extrafuerte

31. Lavado 1/2 carga

32. Lavado delicado

33. Función lavado demorado

34. Función tiempos de lavado

35. Intensidades de lavado

36. Potencias de lavado
37. Antimanchas

38. Temporizador

39. Con secadora

40. Filtro atrapelusa

41. Ciclo favorito

42. Alarma on/off

43. Alarma fin de ciclo

44. Remojo

45. Temperatura de secado (40 a 150 min)

46. Sistema ducha

47. Sistema antiarrugas

48. Plancha fácil
49. Float (evita olores de humedad)

50. Prelavado

51. Enjuague extra

52. Enjuague intensivo

53. Corriente de cascada

54. Nivelador

55. Nivel de suciedad

56. Seguro para niños

57. Combinaciones de velocidades

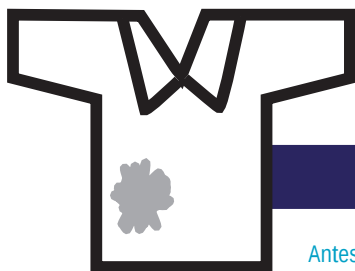
58. Botón apertura de puerta

59. Partida diferida (programar tiempo de lavado)



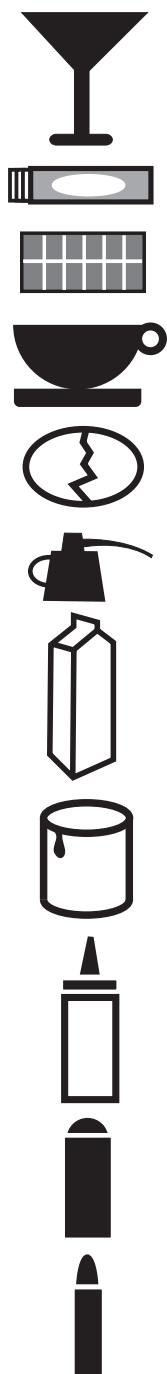
Centros de atención a clientes

Blue Point y Aristos	01-800-019-4911 01-800-019-1900
LG	01-800-347-1919
Daewoo	01-800-849-2882
Samsung	(55) 5686-0800 5686-4865 5686-5195
Easy GE	01-800-902-9900
Whirlpool	01-800-830-0400
Ultraclean by Koblenz	01-800-849-4711
Frigidaire	(55) 5670-6169 5670-3857
Bosch	01-800-006-8800
Maytag	01-800-243-8530



Guía para la eliminación de manchas

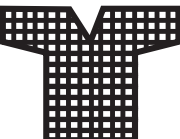
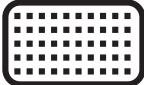
Antes de tratar cualquier mancha, le recomendamos determinar qué tipo de mancha es, cuánto tiempo tiene, el tipo de tela y si el color de ésta es firme o no. Es importante recordar que si no se trata la mancha previamente, en algunos casos el agua caliente podría fijarlas; lo mismo ocurre con el lavado y secado. Para eliminarlas, siga las siguientes recomendaciones:



Mancha	Tratamiento
Bebidas alcohólicas	Moje la mancha con agua, rocíela con glicerina y frote. Deje actuar por 4 horas y enjuague.
Sangre	Remoje con agua fría. Frote con agua tibia y jabón. Enjuague.
Goma de mascar	Frote con hielo. Quite el exceso raspando con cuidado. Si persiste, frote con líquido blanqueador.
Chocolate	Remoje en agua fría. Frote con agua caliente y jabón. Si es necesario, blanquee con agua oxigenada y enjuague.
Café o té	Vacíe agua hirviendo a través de la mancha a una altura de 30 a 90 cm; si es necesario, blanquee con agua oxigenada y enjuague.
Huevo o carne	Remoje en agua fría, blanquee con peróxido de hidrógeno y enjuague.
Grasa y aceite	Remoje y lave a mano con agua caliente. Deje secar. Si las manchas persisten, frote con líquido quitamanchas.
Cera	Quite el exceso de cera raspando con cuidado. Plancha la prenda entre papel secante a temperatura tibia.
Leche o crema	Remoje en agua fría; después frote con agua tibia y jabón. Enjuague.
Óxido	Use jugo de limón y sal. Exponga la mancha al sol y enjuague.
Pinturas a base de agua	Quite la pintura fresca raspando con cuidado. Lave con agua tibia y jabón.
Sudor	Lave con agua caliente y jabón. Moje la mancha con agua oxigenada y enjuague.
Tinta	Moje la mancha con glicerina, frote, enjuague y aplique de nuevo glicerina. Enjuague con agua limpia.
Mostaza	Frote la mancha con glicerina y lávela con agua tibia y jabón. Enjuague.
Mercurio o cromo	Lave la mancha en una solución de agua y alcohol, después frótelas con glicerina. Lave con agua tibia y jabón.
Desodorante y antitranspirante	Moje la mancha con detergente líquido o regular; frote y enjuague con agua caliente.
Lápiz labial	Aplique un limpiador de tela no inflamable o un quitamanchas para antes de lavar. Deje secar y repita el procedimiento si fuera necesario. Si la mancha no ha sido eliminada, frótelas con detergente líquido y enjuague.



Guía de lavado para prendas de cuidado especial

Mancha		Tratamiento
Cobertores		Verifique en la etiqueta de cuidado si el fabricante recomienda que el cobertor sea lavado a máquina; si es así, trate las manchas antes de introducirlo en la lavadora. Seleccione la temperatura del agua, el ciclo y el tiempo de lavado de acuerdo con el tipo de cobertor.
Cortinas y fundas de muebles		Lave en pequeños lotes. El exceso de carga puede producir arrugas. Ponga de nuevo las cubiertas en los muebles cuando todavía estén ligeramente húmedas. Al secarse se ajustarán con precisión. Tenga cuidado con las cortinas dañadas por el sol, pues éstas se rasgan si se lavan a mano o en máquina.
Elásticos y Spandex		Los tejidos elásticos absorben el aceite del cuerpo, el cual puede dañarlos. Lávelos frecuentemente con agua tibia y suficiente detergente para eliminar los aceites. No use blanqueador con cloro.
Tejidos de punto		Las prendas de tejido de punto son cómodas de llevar porque se estiran. Por tal motivo, tienen más probabilidades de estirarse y estropearse al ser lavadas (especialmente los tejidos voluminosos). Los tejidos hechos de telas sintéticas, como poliéster, nylon y la fibra acrílica, tienden a mantener su forma original más que los tejidos hechos de algodón.
Almohadas y juguetes rellenos		Cuando lave las almohadas de pluma, así como los juguetes rellenos, es recomendable que éstos sean secados posteriormente con una secadora.
Artículos de plástico y hule		Trátelos como artículos delicados y lávelos en agua tibia. Antes de lavarlos, ponga los artículos pequeños en una bolsa o malla.
Colchas y sobrecamas		No lave a máquina los edredones rellenos de algodón, a menos que sean acolchados o cosidos, pues la guata en pliegues tiende a soltarse y produce bultos. Podría ser necesario otro enjuague.
Tapetes pequeños		Sacuda o limpie con aspiradora los tapetes para eliminar el polvo. Lave más de un tapete a la vez. Si sólo lava un tapete, agregue otras prendas para equilibrar la carga.





Alerta al consumidor

1. Es importante hacer notar que la capacidad máxima real de carga en las lavadoras, es decir, aquella en que la lavadora funciona a su máxima eficiencia, es mucho menor a la indicada por los fabricantes. En algunos casos, el equipo de plano no funcionó al poner la carga indicada.
2. El modelo Ariston Margerita-AB64 presenta deficiencias en sus protecciones eléctricas, lo que puede provocar un riesgo de choque eléctrico. Motivo por el que no se reporta en las tablas. Esta lavadora ha sido retirada del mercado.
3. La lavadora tipo agitador modelo Ultraclean by Koblenz LWS 17 MWK presenta una válvula protectora de alta presión en la entrada del agua; sin embargo, si la presión es baja, la válvula no abrirá y no habrá entrada de agua a la lavadora. En estos casos se deberá solicitar al fabricante la desinstalación de la válvula (quien deberá realizarla sin ningún cargo).
4. El modelo LA 2410 de la marca Ultraclean by Koblenz presentó una falla en la tina de lavado: en el cuarto ciclo de la prueba desgaste de ropa, la tina se zafó de un sujetador y quedó inservible.

Si requiere más información sobre este estudio, comuníquese a nuestro Laboratorio de Pruebas a los teléfonos 5549-0495 y 5554-2122 si vive usted en el área metropolitana de la Ciudad de México. También usted puede consultar los estudios de calidad en nuestra página de Internet: www.profeco.gob.mx 



¿Qué encontrará en la página de Profeco?

La Ley Federal de Protección
al Consumidor.

Un centenar de tecnologías domésticas.

Información detallada acerca de nuestros
servicios de orientación, asesoría y
atención a quejas.

Los resultados de los estudios de calidad
publicados en la **Revista del Consumidor**.

Información sobre la mejor opción de
compra de artículos de la canasta básica,
medicamentos, electrodomésticos, materiales
para la construcción y, en temporada,
sobre pescados, útiles escolares y juguetes,
entre otros.

Captación de quejas en idiomas español,
inglés y francés.

Ubicación de nuestras oficinas en el país.

Un buzón.

Y mucho más



<http://www.profeco.gob.mx>



Cuánto cuestan

Los fabricantes producen lavadoras automáticas con tantas y tan variadas funciones como marcas y modelos existen en el mercado. En México existen más de 65 productores y ensambladores de lavadoras, los cuales comercializan cerca de 12 marcas.

Si necesita comprar una de estas lavadoras y aún no se decide por alguna, en este artículo le informamos sobre la relación entre el precio y la calidad de 31 modelos de lavadoras automáticas que se encontraron en el mercado y que fueron analizados por nuestro Laboratorio. Los precios fueron obtenidos entre el 18 y el 29 de agosto de 2003, en establecimientos comerciales de 22 ciudades donde opera el programa *Quién es quién en los precios*.

Para facilitar el comparativo de estos 31 modelos, sus precios se encuentran clasificados de acuerdo con la capacidad de lavado en kilogramos.

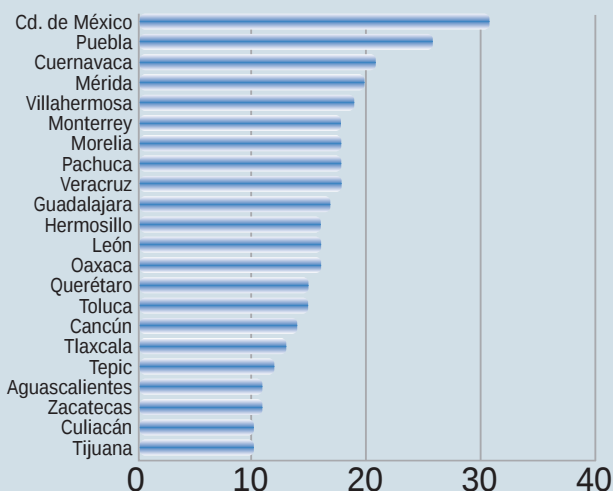
Por otro lado, el costo de una lavadora no sólo depende de su precio, sino también de su consumo de agua y energía eléctrica, el cual varía con los distintos modelos, por lo que antes de elegir, debe considerar estos factores.



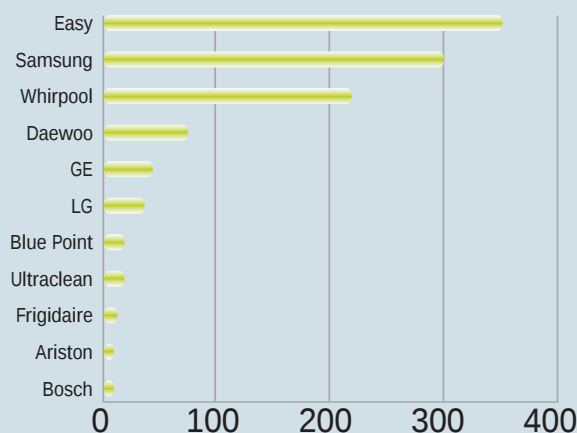
Disponibilidad de modelos

La disponibilidad es alta, ya que en 15 de las 22 ciudades donde se realizó el levantamiento de precios, se encontraron desde 15 hasta 31 modelos. En las siete ciudades restantes, se registró la presencia de 10 a 14 modelos. En las ciudades de Culiacán y Tijuana se registró la presencia de sólo 10 modelos. En cuanto a los modelos analizados de mayor presencia en el mercado, destacaron los 7 de Samsung, los 5 de Whirlpool y los 4 de la marca Easy.

Número de modelos de lavadoras automáticas encontrados por ciudad



Número de establecimientos donde se encontraron los modelos de las marcas de lavadoras automáticas





Ilustraciones Arturo Albarrán Godínez

Precio y características

Los precios de los 31 modelos encontrados en el mercado difieren según sus diferentes características, tales como el sistema de lavado (agitador, impulsor y tambor), los materiales de fabricación de tinas y tapas, la capacidad de lavado en kilogramos, la cantidad y tipos de selección de los ciclos de lavado, enjuagado y centrifugado, los tipos de depósitos (detergente, suavizante y blanqueador), alarmas, secadora, mecanismos de seguridad, etcétera.

Compare objetivamente todas las características del aparato teniendo en cuenta que hay modelos con gran número de programas y funciones que quizá no necesite o no llegue a utilizar, pero por los cuales tenga que pagar.

Para ilustrar lo anterior, tomemos el ejemplo de dos lavadoras con capacidad de 5 a 6.5 kg. Como se observa en el cuadro de la página 32, la de precio promedio más bajo (\$2,567.25) fue la WA-8064 CI de la marca Samsung, y la de precio promedio más alto (\$12,178.11) fue WD-3245 RHD de la marca LG, lo que representa una diferencia de \$9,610.86. Dicha diferencia se debe a que la segunda tiene sistema de lavado tipo tambor (vertical), cuenta con 6 ciclos de lavado, secadora y tina de acero inoxidable, mientras que la primera (Samsung) cuenta con sistema de lavado tipo impulsor, dispone de sólo 4 ciclos de lavado y su tina es de plástico. (Consulte la mencionada tabla para obtener la relación calidad-precio.)

Los precios promedio de lavadoras con capacidad de 7 a 9.5 kg, fueron desde \$2,780.32 de la lavadora modelo WA-9065 DI de Samsung, hasta \$5,342.77 del modelo TL 85 BM de marca GE. La diferencia entre ambos precios fue de \$2,562.45. Entre estas dos lavadoras también se observan diferencias, pues la de precio promedio alto (GE) tiene capaci-

dad de carga de 8.0 kg, cuenta con 6 ciclos de lavado, selector de intensidades de lavado y centrifugado extra y tina de plástico con garantía de por vida, mientras que la de precio bajo (Samsung) tiene capacidad de carga de 7.0 kg, cuenta con 4 ciclos de lavado, tina de acero inoxidable, filtro atrapa pelusas, sistema de remojo y depósito para detergente. (Consulte la tabla para la relación calidad-precio.)

En cuanto a las lavadoras con capacidad de 10 a 14 kg, el modelo de precio promedio más bajo (\$3,968.89) fue el WA-11K2 QM de la marca Samsung, y el más alto (\$17,995.14) fue el WD-12210 BD de la marca LG. La diferencia entre esos precios fue de \$14,026.25. Las funciones y características que hicieron más caro al modelo de LG son que éste cuenta con 8 ciclos de lavado, velocidades de centrifugado, función de ciclo favorito y de lavado demorado, alarma de fin de ciclo, prelavado y enjuagado extra, entre otras, en tanto que el modelo de Samsung cuenta con sólo 5 ciclos de lavado y no ofrece ninguna de las funciones mencionadas; sin embargo, sí cuenta con filtro atrapa pelusas y corriente en cascada, funciones que el modelo de LG no tiene. (Consulte la tabla para la relación calidad-precio.)

Antes de elegir, también es muy importante que considere que los precios de un mismo modelo pueden variar sustancialmente entre los diferentes establecimientos.

A manera de ejemplo, le comentamos que la mayor diferencia de precios (\$4,133.00) entre los diferentes establecimientos de las 22 ciudades para un mismo modelo se registró en el modelo 7MLSQ 8000 de la marca Whirlpool, el cual registró su precio más bajo en Wal Mart de Morelia, Mich., y el más alto en el Palacio de Hierro de la Ciudad de México.

Lavadoras Quién es quién en los precios

Precio y características de lavadoras automáticas en las 22 ciudades

					Consumo de		Precios en las 22 ciudades		
Marca	Modelo	Evaluación global	Eficiencia en el lavado	Cuidado de la ropa	Energía eléctrica	Agua (lt)	Mínimo	Promedio	Máximo
Con capacidad de 5 a 6.5 kg									
Ariston	AL 108 D ó AL 108 DK	B	MB	MB	Alto	135.0	11,649.00	11,749.25	12,050.00
Bosch	WFA 206 Q	B	MB	MB	Alto	94.0	6,390.00	7,969.50	9,890.00
LG	WD-3245 RHD	E	E	MB	Bajo	94.0	9,850.00	12,178.11	12,990.00
Samsung	WA-8064 C1	MB	MB	MB	Bajo	100.0	2,199.00	2,567.25	2,690.00
Con capacidad de 7 a 9.5 kg									
Blue Point	BPL 9764 B	MB	MB	MB	Bajo	159.0	3,098.00	3,098.00	3,098.00
	BPL 9984 B	MB	B	E	Bajo	157.0	3,398.00	3,506.33	3,856.00
Daewoo	DWF-901 B	B	B	MB	Bajo	171.0	2,990.00	3,784.45	5,399.00
Easy	LEA 8500 B	MB	MB	E	Medio	157.0	2,835.75	3,665.85	4,799.00
GE	TL 80 BI	B	MB	MB	Bajo	151.0	2,739.00	3,112.45	4,099.00
	TL 85 BM	MB	E	MB	Bajo	143.0	4,895.00	5,342.77	5,620.00
Samsung	WA-9065 D1	B	MB	MB	Medio	112.0	2,499.00	2,780.32	3,187.00
	WF-10C1 QM	E	E	E	Medio	220.0	2,999.00	3,379.32	4,298.00
Ultraclean By Koblenz	LA-2410	B	E	(*)	Bajo	130.0	3,975.00	4,403.29	4,761.00
Whirlpool	WLAX 6203	MB	MB	E	Bajo	156.0	2,845.00	3,525.70	3,999.00
Con capacidad de 10 a 14 kg									
Daewoo	DWF-100	MB	MB	MB	Medio	183.0	3,321.45	4,006.32	4,599.00
	DWF-200 M	B	MB	MB	Medio	237.0	3,892.00	5,343.18	7,999.00
Easy	LEA 10000 B	B	MB	B	Alto	150.0	3,550.00	4,719.24	6,072.00
	LEA 10000 BM	B	B	MB	Bajo	182.0	4,101.00	5,707.81	7,063.00
	LEA 12000 BM	B	B	MB	Bajo	132.0	4,795.00	6,120.94	7,799.00
Frigidaire	GLWS 1649 AS1 ó GLWS 1649 A	MB	MB	MB	Bajo	167.0	3,790.00	4,805.00	6,290.00
GE	TL 110 BI	B	MB	B	Alto	111.0	3,890.00	5,263.42	5,890.00
LG	WD-12210 BD	B	B	MB	Medio	126.0	17,990.00	17,995.14	17,999.00
Samsung	WA-11K2 QM	B	MB	B	Bajo	199.0	3,205.00	3,968.89	5,727.00
	WA-1334 D0	B	MB	MB	Alto	267.0	3,890.00	4,338.73	5,890.00
	WA-159 RA	MB	MB	MB	Medio	197.0	7,999.00	8,099.00	8,199.00
	WA-1635 D0	MB	MB	MB	Alto	312.0	4,553.00	5,529.88	8,110.00
Ultraclean By Koblenz	LWS 17MWK	MB	MB	MB	Bajo	179.0	6,000.00	6,307.60	6,799.00
Whirlpool	7MLSC 9545	MB	MB	E	Bajo	142.0	4,745.00	5,564.87	7,799.00
	7MLSQ 8000	B	B	E	Medio	168.0	3,857.00	6,445.12	7,990.00
	7MLSR 7533	B	B	E	Bajo	171.0	3,924.00	4,667.80	6,500.00
	7MGVW 9959	B	B	B	Bajo	172.0	13,485.00	15,051.25	15,640.00

(*) No hay datos para ese modelo

Precio más bajo

Precio más alto

Precios en Ciudad de México, Puebla y Villahermosa

En este apartado se presentan los precios encontrados en tres de las ciudades donde se ofrecía el mayor número de modelos, señalando tanto el precio más bajo como el establecimiento donde éste se ofreció; en esta ocasión, las ciudades seleccionadas fueron México, con 31 modelos, Puebla con 26 y Villahermosa con 20.

Debido al hecho de que algunos de los modelos analizados

presentan características muy sofisticadas, su venta se realiza principalmente en tiendas departamentales. Sin embargo, algunos de esos modelos y otros que ofrecen menor cantidad de funciones, los podrá encontrar tanto en tiendas especializadas como de autoservicio. En las tres ciudades los precios más bajos se encontraron en tiendas de autoservicio, los cuales se muestran en el cuadro de la página 33.

Marca/modelo	Precios en las ciudades					
	México		Puebla		Villahermosa	
	Tienda	Precio mínimo	Tienda	Precio mínimo	Tienda	Precio mínimo
Con capacidad de 5 a 6.5 kg						
Ariston / AL 108 D ó AL 108 DK	Liverpool (Santa Fe) y Sears (Santa Fe)	11,649.00				
Bosch / WFA 206 Q	Palacio de Hierro (Santa Fe)	6,390.00				
LG / WD-3245 RHD	Wal Mart (Los Cipreses)	9,850.00	Liverpool y Sears (Centro)	12,499.00		
Samsung / WA-8064 C1	Chedraui	2,690.00			Chedraui	2,690.00
Con capacidad de 7 a 9.5 kg						
Blue Point / BPL 9764 B	Auchan (Arboledas) y Mega Comercial Mexicana (Arboledas y Mixcoac)	3,098.00	Mega Comercial Mexicana	3,098.00		
BPL 9984 B	Mega Comercial Mexicana (Arboledas y Mixcoac)	3,398.00				
Daewoo / DWF-901 B	IMSS (Tequesquináhuac)	4,006.90				
Easy / LEA 8500 B	Salinas y Rocha	2,995.00	Viana	3,025.00	Salinas y Rocha	3,294.00
GE / TL 80 BI	Sears (Santa Fe)	4,099.00	Sears (Centro)	4,099.00	Salinas y Rocha	2,799.00
TL 85 BM	Liverpool (Santa Fe y Galerías Coapa)	5,399.00	Fábricas de Francia y Liverpool	5,399.00		
Samsung / WA-9065 D1	Auchan (Arboledas)	2,698.00	Contino	2,499.00	Carrefour	2,699.00
WF-10C1 QM	Mega Comercial Mexicana (Arboledas y Mixcoac)	3,298.00	Salinas y Rocha	3,149.00	Carrefour y Chedraui	3,399.00
Ultraclean By Koblenz / LA-2410	Mueblería Rada	4,070.00	Viana	3,975.00	Coppel	4,199.00
Whirlpool / WLAX 6203	Viana (Tacubaya)	2,845.00	Panavisión	3,195.00	Carrefour	2,899.00
Con capacidad de 10 a 14 kg						
Daewoo / DWF-100	ISSSTE (110)	3,321.45	Viana	3,495.00	Chedraui	3,649.00
DWF-200 M	Mueblería Rada	4,390.00	Viana	3,892.00		
Easy / LEA 10000 B	Grupo Cevisa	3,795.00	Patjane Ceja, S.A. de C.V.	3,679.00	Elektra	4,298.00
LEA 10000 BM	Hermanos Vázquez	4,101.00	Patjane Ceja, S.A. de C.V.	4,794.00	Chedraui	4,967.00
LEA 12000 BM	Hermanos Vázquez	4,795.00	Patjane Ceja, S.A. de C.V.	5,178.00	Elektra	5,399.00
Frigidaire / GLWS 1649 AS1 ó GLWS 1649 A	Hermanos Vázquez	3,790.00	Viana	3,945.00		
GE / TL 110 BI	Sam's Club	3,890.00	Liverpool	5,499.00	Fábricas de Francia	5,499.00
LG / WD-12210 BD	Palacio de Hierro (Santa Fe) y Liverpool (Santa Fe y Galerías Coapa)	17,990.00	El Palacio de Hierro y Liverpool	17,990.00		
Samsung / WA-11K2 QM	Bodega Aurrerá Atizapán	3,477.00	Rande	3,205.00	Wal Mart	3,497.00
WA-1334 D0	Comercial Mexicana (Miramontes) y Mega Comercial Mexicana (Mixcoac)	3,998.00	Viana	3,890.00	Carrefour	4,490.00
WA-159 RA	Sears (Santa Fe, Galerías Coapa y Satélite)	7,999.00	Sears (Centro)	7,999.00	Liverpool	8,199.00
WA-1635 D0	Viana (Aragón y Tacubaya)	4,945.00	Patjane Ceja, S.A. de C.V.	4,874.00	Salinas y Rocha, Carrefour y Wal Mart	4,998.00
Ultraclean By Koblenz LWS 17MWK	Home Mart	6,259.00	Viana	6,000.00		
Whirlpool / 7MLSQ 9545	Viana (Tacubaya)	4,745.00	Grupo Bravo y Panavisión	4,895.00	Salinas y Rocha	4,998.00
7MLSQ 8000	Viana (Tacubaya)	6,395.00	Rande	5,790.00	Fábricas de Francia y Liverpool	7,969.00
7MLSR 7533	Salinas y Rocha, Carrefour (Coapa) y Elektra	3,998.00	Salinas y Rocha	3,975.00	Belenda de Tabasco	4,600.00
7MGVW 9959	Viana (Tacubaya)	13,485.00	El Palacio de Hierro	15,640.00		

Por consideraciones de espacio, la información de las otras 19 ciudades está disponible en el Teléfono del Consumidor: 01-800-468-8722, larga distancia sin costo desde cualquier punto de la República Mexicana. 📞

Cómo compramos lavadoras

Para saber cuáles son los hábitos de los consumidores al comprar lavadoras, del 19 de febrero al 20 de marzo de 2003 Profeco realizó una encuesta a 1,566 personas en las ciudades de México, Monterrey y Oaxaca. Los resultados tienen un nivel de confianza de 95% y un margen de error de 2.5%.

¿POR QUÉ
LAVA EN
LAVADORA?

66%

Por comodidad

25%

Por rapidez

FRECUENCIA
DE USO

36%

Lava
una vez
a la
semana

34%

2 veces a
la semana

¿TIENE
LAVADORA?

68%
sí

42%
automáticas

35%
manuales

23% semiautomáticas

Del total de lavadoras
los porcentajes se dividen así:

LAVADORAS AUTOMÁTICAS



32%

Compraron este tipo de lavadora hace 6 años.



48%

La compraron en los últimos 6 años.

De quienes poseen una lavadora automática, el mayor porcentaje tiene un nivel de ingreso alto; la población de ingresos relativamente bajos tiende a adquirir lavadoras manuales.

GARANTÍA

23%

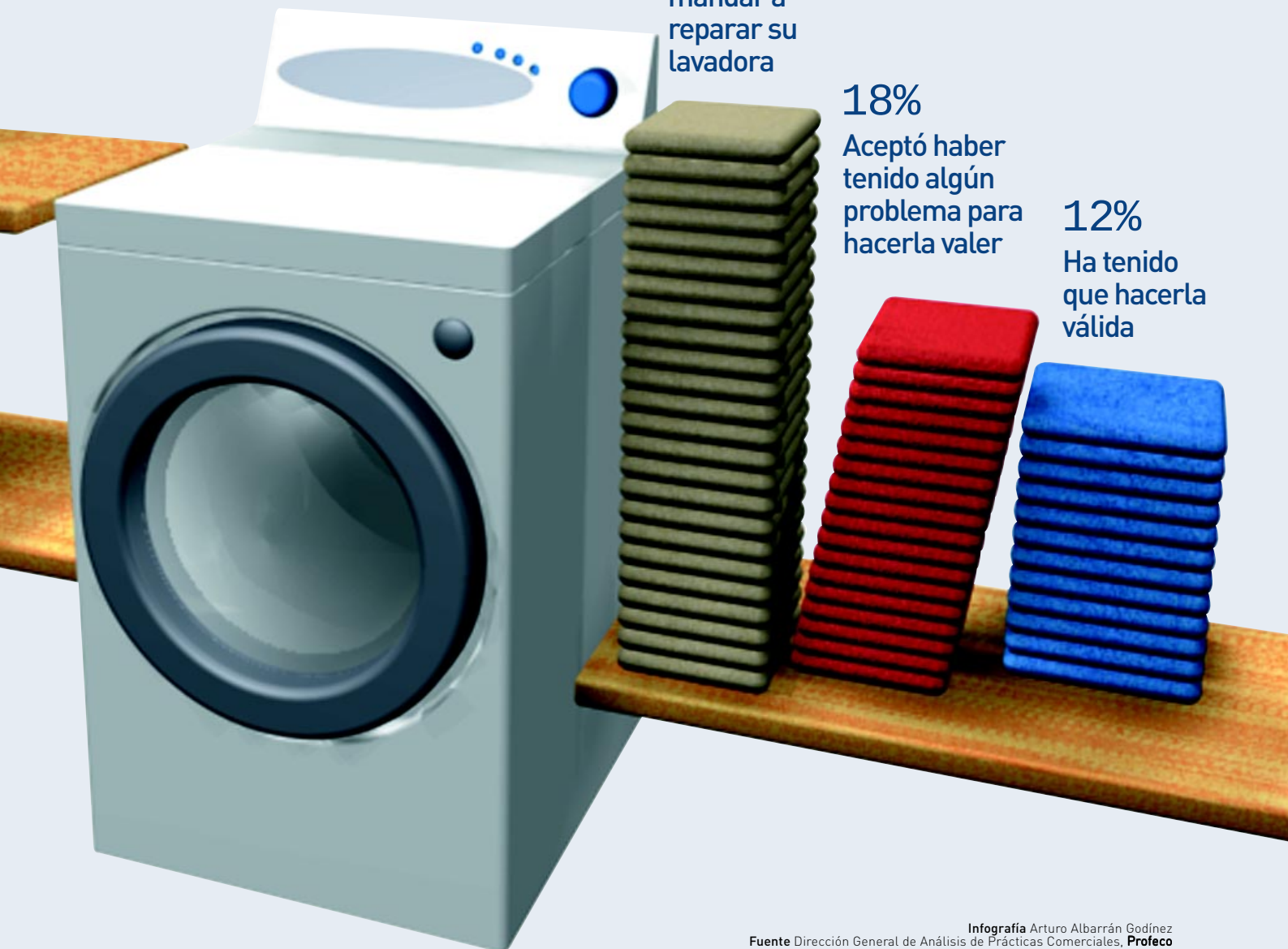
Ha tenido que mandar a reparar su lavadora

18%

Aceptó haber tenido algún problema para hacerla valer

12%

Ha tenido que hacerla válida





Suavizante



Ingredientes*

- ▶ 1 litro de agua purificada o previamente hervida
- ▶ 3 cucharadas soperas de lauril sulfato trietanolamina (30 g)
- ▶ 3 cucharadas soperas de alcohol cetílico (30 g)
- ▶ 1 cucharada cafetera de aceite de ricino (5 ml)
- ▶ 1 cucharada cafetera de vinagre blanco (5 ml)
- ▶ 1/8 de cucharada cafetera de carboximetilcelulosa (2 g)
- ▶ 15 gotas de esencia de rosas o la de su preferencia
- ▶ 1/2 cucharada cafetera de colorante vegetal azul (3 g)

* Pueden adquirirse en droguerías o farmacias grandes.

Utensilios

- ▶ cacerola grande para baño María
- ▶ cacerola con recubrimiento de peltre o recipiente de vidrio con capacidad de 2 litros
- ▶ cuchara grande de cocina
- ▶ embudo de plástico
- ▶ colador de malla fina
- ▶ envase de plástico con capacidad de 1 litro
- ▶ etiqueta adherible

Rendimiento: 1 litro

**Tiempo de preparación:
20 minutos**



de telas

Procedimiento



1 En la cacerola con recubrimiento vierta el alcohol cetílico y el agua. Ponga a calentar a baño María, revolviendo constantemente hasta que el alcohol cetílico se disuelva.



2 Después, sin dejar de mover, agregue el aceite de ricino para que se integre, aproximadamente 10 segundos.



5 ...el colorante...



6 ...el vinagre...



Conservación

Guarde bien cerrado el suavizante de telas, en un lugar seco y fresco, y fuera del alcance de los niños.

Modo de uso

Vierta una cucharada sopera (10 ml) de suavizante para telas por cada dos litros de agua limpia.

Beneficio

Al elaborar usted mismo esta tecnología doméstica obtendrá un ahorro hasta de un 40% en relación con el producto comercial.



3 De inmediato retire del fuego y, poco a poco y revolviendo la mezcla, agregue la carboximetilcelulosa.



4 Por último añada, uno por uno, e incorporándolos perfectamente, el lauril sulfato trietanolamina...



7 ...y la esencia. Deje enfriar a temperatura ambiente.



8 Con ayuda del colador y el embudo, vacíe el suavizante de telas al envase de plástico y tápele perfectamente. Coloque una etiqueta con el nombre del producto, la fecha de elaboración y la de caducidad, que es de seis meses.

Recomendaciones

- ▶ Durante la preparación de este producto debe usar guantes y cubreboca.
- ▶ Puede reutilizar envases vacíos, limpios y secos de champú, enjuagues o detergentes líquidos.
- ▶ En caso de que sobren ingredientes, etiquételos y guárdelos en sus respectivos envases, bien cerrados, y consérvelos en un lugar seco, lejos del alcance de los niños.

Suavizantes que irritan

Hay personas que tienen la piel reseca por falta de humedad o grasa. Cuando la piel no está lo suficientemente lubricada

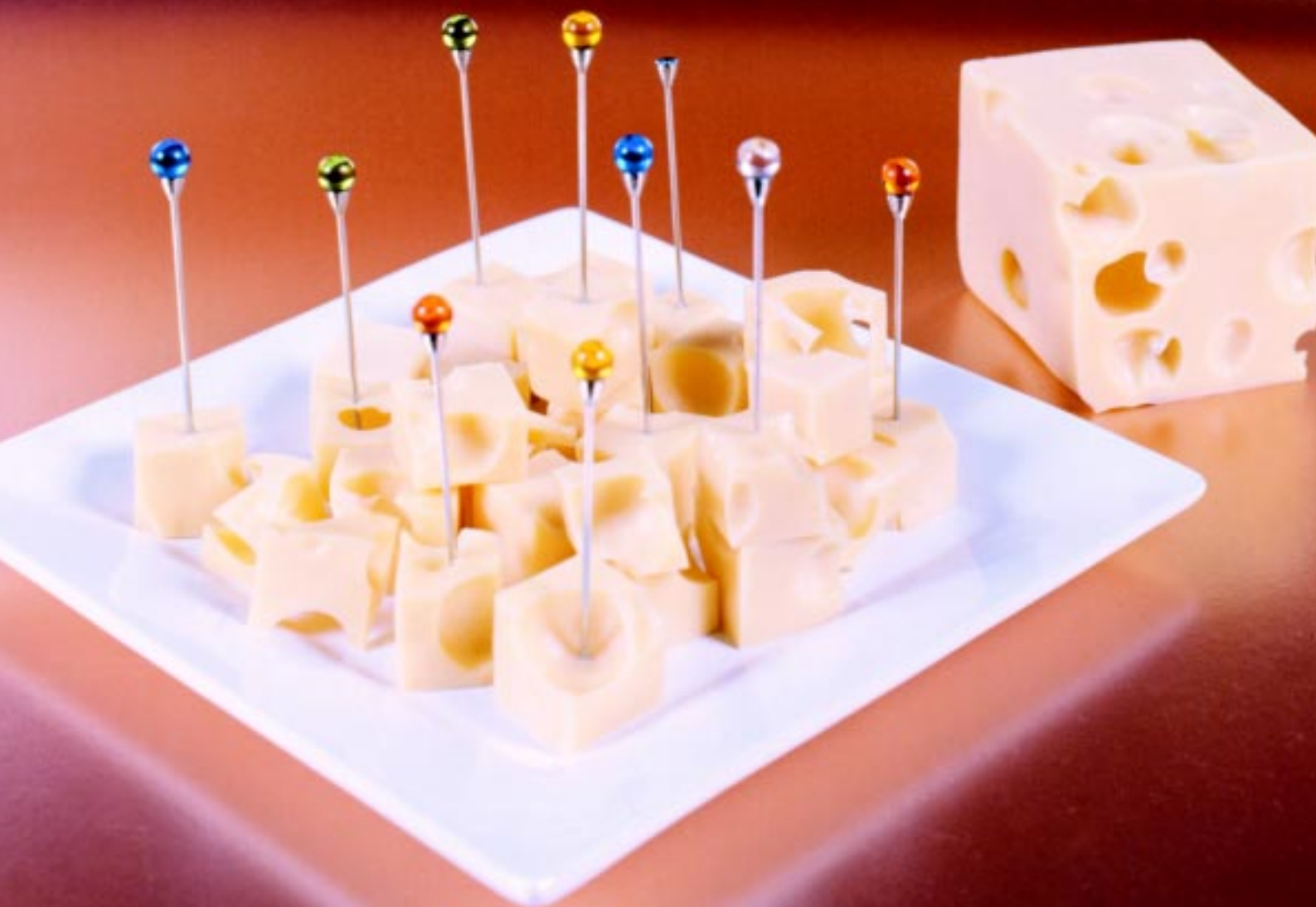
por los aceites naturales es más sensible a los factores externos, como los detergentes y los suavizantes.

Todo con medida

Cuando utilice productos comerciales, enjuague bien las prendas de vestir y solamente añada la cantidad que señalan las instrucciones de dosificación, tanto de detergente como de suavizante. ☞

Viñetas Mónica Miranda
Fotografías Juan José Morín
Fuente Unidad de Orientación Alimentaria,
Dirección General de Organización de Consumidores, Profeco

Quesos



Fotografía Juan José Morín

CHIHUAHUA, GOUDA Y MANCHEGO

Los quesos son un alimento muy rico en nutrientes que no deben faltar en la dieta diaria. Hay quienes los prefieren frescos, pero si a usted le gustan maduritos, aquí le informamos cuál es la composición y la calidad sanitaria de los mejores.

Ya sean frescos (panela, crema o doble crema) o madurados (chihuahua, gouda y manchego, entre otros), los quesos son un alimento indispensable en la dieta debido a sus características nutritivas.

Como producto lácteo que es, la grasa que contiene el queso debe ser sólo de leche, que puede ser de vaca o de otras especies animales. Los quesos forman parte de los alimentos que aportan proteínas y fósforo, los quesos son ricos en calcio y contienen vitaminas A, D, B2, B3, B12 y ácido fólico. Su valor calórico es variable, por ejemplo, los quesos curados ofrecen un aporte mayor al de los quesos frescos, como el panela o cottage.

Por otra parte, a diferencia de los frescos, la mayoría de los quesos curados no contienen lactosa porque ésta se transforma en ácido láctico durante el proceso de maduración; por

esta razón, la mayoría de las personas que presentan intolerancia a la lactosa los pueden consumir.

Si le gustan los maduritos

La maduración de un queso es un proceso que implica la adición de microorganismos bajo condiciones controladas de tiempo, temperatura y humedad, para provocar los cambios físicos y bioquímicos que les confieren su sabor y aroma característicos, además de prolongar su conservación en buen estado. Este proceso puede durar unos cuantos días o más de un año.

En el mercado hay diversos tipos de quesos madurados: de pasta dura (añejo, parmesano y cotija), madurados prensados (cheddar, chihuahua, manchego, edam, gouda, gruyère, emmental y holandés, entre otros) y madurados con mohos (azul, cabrales, camembert, roquefort, entre otros).

Ficha técnica

Periodo de muestreo: 17 de julio al 19 de agosto del 2003

Periodo del estudio: 17 de julio al 2 de septiembre del 2003

Número de marcas analizadas: 45

Número de pruebas realizadas: 2,673 (27 por producto)

Normatividad

Reglamento de Control Sanitario de Productos y Servicios.

NOM-051-SCFI-1994. Especificaciones Generales de Etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados.

NOM-121-SSA1-1994. Bienes y Servicios. Quesos frescos, madurados y procesados. Especificaciones sanitarias.

NMX-F-209-1985. Alimentos-Lácteos-Queso Tipo Chihuahua.

NMX-F-462-1984. Alimentos Lácteos-Queso Tipo Manchego.

NOM-002-SCFI-1993. Contenido Neto. Tolerancias y Métodos de Verificación.

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



Producto: Queso tipo chihuahua

Marca / País de origen	Evaluación global de calidad	Veracidad de información	Observaciones
Lala / Uruguay	E	Cumple	
Noche Buena	E	Cumple	No declara país de origen.
Caperucita / México	E	Cumple ¹	
Cuadritos / México	E	Cumple ¹	
El Ciervo / Uruguay	E	Cumple ¹	
Mariposa / Uruguay	E	Cumple ¹	
Nestlé / México	E	Cumple ¹	
El Torito / México	MB	No cumple ¹	Una muestra excede 4.4% el contenido de humedad declarado.
Alpura / México	MB	No cumple	Excede 5.6% el contenido de humedad declarado.

¹ Aunque las cantidades de grasa, proteína y/o humedad medidas cumplen con la normatividad, no se cumplen algunas de las cantidades declaradas en la etiqueta.



Producto: Queso tipo gouda

Marca / País de origen	Evaluación global de calidad	Veracidad de información	Observaciones
Britny / Alemania	E	Cumple	
Chalet / Nueva Zelanda	E	Cumple	
Buen Pastor	E	Cumple	No declara país de origen.
Caperucita	E	Cumple	No declara país de origen.
Noche Buena	E	Cumple	No declara país de origen.
Gallo Dorado / Uruguay	E	Cumple ¹	
La Campesina Holandesa / Holanda	R	Cumple	Se detectaron microorganismos indicadores de deterioro.

¹ Aunque las cantidades de grasa, proteína y/o humedad medidas cumplen con la normatividad, no se cumplen algunas de las cantidades declaradas en la etiqueta.



Los siguientes productos contienen grasa vegetal, por lo que utilizan indebidamente la denominación "queso"

Marca / País de origen	Evaluación global de calidad	Veracidad de información	Observaciones
Norteño / México (Queso tipo chihuahua)	P	No cumple	Presenta grasa vegetal.
Bugambilia / México (Queso tipo chihuahua)	P	No cumple ¹	Presenta grasa vegetal. Se detectaron dos clases de microorganismos, indicadores tanto de un mal manejo sanitario como de deterioro.
Bugambilia / México (Queso tipo manchego)	P	No cumple ¹	Presenta grasa vegetal. Se detectaron microorganismos indicadores de un mal manejo sanitario.

¹ Aunque las cantidades de grasa, proteína y/o humedad medidas cumplen con la normatividad, no se cumplen algunas de las cantidades declaradas en la etiqueta.

Fotografías Juan José Morín

Producto: Queso tipo machego

Marca / País de origen	Evaluación global de calidad	Veracidad de información	Observaciones
Alpura / México	E	Cumple	
Chen / México	E	Cumple	
Cuadritos / México	E	Cumple	
Franja / Nueva Zelanda	E	Cumple	
Lala / Uruguay	E	Cumple	
Noche Buena / México	E	Cumple	
Caperucita Delite / México (Queso reducido en grasa)	E	Cumple ¹	
El Ciervo / Uruguay	E	Cumple ¹	
El Torito / México	E	Cumple ¹	
La Mesa / México	E	Cumple ¹	
Los Volcanes / México	E	Cumple ¹	
Lyncott / México	E	Cumple ¹	
Mariposa / Uruguay	E	Cumple ¹	
Mily / México	E	Cumple ¹	
Svelty Nestlé / México (Queso reducido en grasa)	E	Cumple ¹	
Mulpulmo / Chile	MB	Cumple	No declara grasa, proteína ni humedad.
Rancho San José / México	MB	Cumple	No declara grasa, proteína ni humedad.
Zamorano / México	MB	Cumple	No declara grasa, proteína ni humedad.
Nestlé / México	MB	Cumple ¹	Una muestra tuvo 9.6% menos grasa de la que marca la norma.
Cocina Aranjuez / México	MB	No cumple ¹	Tiene 12.6 % menos grasa de la declarada.
Chalet / México	B	No cumple ¹	Una muestra tuvo 5.7% menos del contenido neto declarado.
Caperucita / México	B	No cumple ¹	Una muestra tuvo 7.0% menos del contenido neto declarado.
Aguascalientes / México	P	Cumple	Se detectaron microorganismos indicadores tanto de un mal manejo sanitario como de deterioro.
Gallo Dorado	P	Cumple ¹	Se detectaron microorganismos indicadores de un mal manejo sanitario. No indica país de origen.
La Risueña / México	P	Cumple ¹	Se detectaron microorganismos indicadores de un mal manejo sanitario. Una muestra tuvo 4.6% menos grasa de la que marca la norma.
Portales / México	P	No cumple ¹	Una muestra tuvo 7.3% menos contenido neto, tres muestras 16.4% menos grasa y 16.5% más humedad de los valores declarados. Se detectaron microorganismos indicadores tanto de un mal manejo sanitario como de deterioro. No presenta denominación.



Fotografías Juan José Morín

¹ Aunque las cantidades de grasa, proteína y/o humedad medidas cumplen con la normatividad, no se cumplen algunas de las cantidades declaradas en la etiqueta.



El presente estudio se refiere a los quesos madurados tipos gouda, chihuahua y manchego, cuya principal característica es que deben tener una maduración de siete días como mínimo.

El estudio

Comprendió el análisis de 27 quesos tipo manchego, 11 tipo chihuahua y 7 tipo gouda. En todos los casos se tomaron muestras de diferentes lotes en diversos puntos de venta. Se verificó que estuvieran dentro de la fecha de caducidad, en refrigeración y en empaques cerrados que no presentaran deterioro. Cada producto se sometió a las siguientes pruebas:

Información al consumidor. Se revisó que las muestras estuvieran debidamente etiquetadas e incluyeran la palabra “queso”, seguida del tipo de leche o leches empleadas para su elaboración; que declararan su contenido de grasa, de proteína y humedad, además de informar contenido neto, denominación, marca, razón social, nombre y domicilio del fabricante o comercializador, lote y fecha de caducidad. También se evaluó que la información ostentada fuera veraz y no confundiera al consumidor. Algunas marcas no declaran su contenido de grasa, proteína y/o humedad, y otras, pese a que sí lo hacen, no cumplen con la información o con la normatividad. También se encontraron marcas con un contenido neto menor al declarado. Todas estas fallas afectaron la evaluación del producto.

Composición. Se determinó el contenido y tipo de grasa (que debe ser de leche), contenido de proteína y humedad. Varios productos no cumplieron con las cantidades declaradas; en otros se encontró que contienen grasa diferente a la de la leche (por lo general grasa vegetal), por lo que indebidamente se denominan queso.

Cómo comprar queso

1. Asegúrese de que se encuentre debidamente refrigerado. Revise la fecha de caducidad.
2. Antes de adquirir un queso, lea la etiqueta; recuerde que los quesos deben ostentar su contenido de proteína, grasa y humedad.
3. Compare marcas; un queso con menos contenido de grasa de leche y más humedad debe ser más barato.
4. Un producto que se denomina queso no debe contener grasa diferente a la de la leche.
5. Recuerde que, dependiendo del tipo de queso, existen grandes diferencias con respecto al aporte calórico. Téngalo en cuenta si sigue una dieta para bajar de peso.

Calidad sanitaria. La normatividad establece que los quesos deben fabricarse con leches pasteurizadas. Sin embargo, si el proceso de elaboración no se realiza con una estricta higiene, puede ocurrir una contaminación microbiana; por esta razón se verificó la presencia de coliformes, *Salmonella* y *Staphylococcus aureus*. Los coliformes son microorganismos que aunque no son patógenos son indicadores de un manejo sanitario deficiente. También se determinó la presencia de hongos y levaduras, que son microorganismos indicadores de deterioro. No se encontraron problemas microbiológicos que representen un riesgo a la salud, sin embargo, algunos productos presentan problemas en su manejo o tienen tendencia a su deterioro (vea la tabla de resultados).

Centros de atención al cliente

Marca	Razón Social	Atención al cliente
La Mesa	New Zealand Milk	Control de Ventas Nacionales 5590-7488
El Torito		
Nestlé	Nestlé México, S. A. de C. V.	Nestlé-Servicios al consumidor 5262-5000 y 5262-5555
Svelty Nestlé		01-800-363-7853
Noche Buena	Lácteos Finos Mexicanos, S. A. de C. V.	Centro de atención al consumidor 5574-4478 (D.F.)
La Franja		01-800-018-0100
Mariposa	Distribuidora de Lácteos Algil, S. A. de C. V.	5341-1230
El Ciervo		5341-1160
La Campesina Holandesa		
Lala	Derivados Lácteos, S. A. de C. V.	Centro de atención y servicio 01-800-170-4000
La Risueña	La Risueña, S. A. de C. V.	Ventas (87) 1715-3947 (Gómez Palacios, Durango) (81) 8331-2003 (Monterrey, Nuevo León) (55) 5272-5304 (D.F.)
Mily	Comercializadora Tangamanga	5547-0469 y 5547-0228 (D.F.)
Gallo Dorado	de la Metrópolis, S. A. de C. V.	5541-3189 (fax)
Chen	Lácteos del Norte, S. A. de C. V.	Información al consumidor (81) 8123-0991 al 94 (Monterrey, Nuevo León) www.chen.com.mx
Bugambilia		
Cuadritos	Ana Luisa González Ortega	(461) 154-0306 y 154-0333 (Celaya, Guanajuato) 01(55) 9160-453 al 58 (D.F.) e-mail: cuadritos@grupocuadritos.com.mx
Norteño	Lácteos del Norte, S. A. de C. V.	José Benítez 2505 Poniente Col. Obispedo Monterrey, Nuevo León C.P. 64000
Los Volcanes	Mexilac, S. A. de C. V.	Servicio al consumidor 01-800-908-0048
Portales		Pedidos en la Ciudad de México 55-5341-1597 01(55) 5341-2251 e-mail: quesoportales@terra.com.mx
Aguascalientes	Cremería Aguascalientes, S. A. de C.V.	01(449) 910-9270
Lyncott	Industrias COR, S. A. de C. V.	01(55) 5577-5686 01(55) 5657-1940

Conclusiones

Los quesos analizados contienen entre 22 y 38% de grasa, y de 22 a 29% de proteína, lo que significa que algunos de los quesos manchegos y chihuahua no cumplen con el mínimo de 26% de grasa que establece la normatividad (vea tabla de resultados). También se encontraron productos que se ostentan como quesos, sin serlo, dado que contienen grasa vegetal.

Si requiere más información sobre este estudio, comuníquese a nuestro Laboratorio de Pruebas a los teléfonos 5549-0495 y 5544-2060 si vive en el área metropolitana de la Ciudad de México. Usted también puede consultar los estudios de calidad en Internet en nuestra página www.profeco.gob.mx 

¿Mejor que el

La idea no es nueva: desde hace mucho tiempo se anuncian bebidas inverosímiles como si fueran más refrescantes que el agua, cuya única idea rescatable es el llamado a una vida más sana. ¿Creerá alguien que existe una bebida mejor que el agua?

Por Inés Marrón

Aparece un chico guapo en escena. Hay mar, sol, tranquilidad. La música es suave y sedante. Él camina en cámara lenta, como impulsado por la brisa, y luego lo vemos recostado recibiendo un masaje de relajación. El escenario está puesto al aire libre y la cama de masajes se encuentra al centro de un círculo de marcos de madera de los que pende una ligera cortina blanca que ondea al viento. Unas manos femeninas hacen girar una botella de Nestea sobre la espalda desnuda y bron-

agua?

ceada del protagonista. Después, lo vemos sentado en posición de flor de loto sobre la playa, con las manos dispuestas para la meditación. En el hueco que se forma entre su dedo índice y pulgar, con las puntas unidas, se ha insertado la tapa de un Nestea y vemos claramente la marca y su logotipo.

Finalmente, en la última escena, el joven termina de darle un trago a su Nestea y, satisfecho, lleno de paz y tranquilidad, mira el cambio abrupto de paisaje: ahora se encuentra sobre la acera de una calle citadina.

Distintas opciones para calmar la sed

Hemos visto una infinidad de anuncios que apuestan por el antojo y la promoción comercial como opciones para “refrescar”: desde los de cervezas hasta los de refrescos de cola, por ejemplo, aquel comercial que casi ordena: “Obedece tu sed, toma Sprite”, a sabiendas de que la cantidad de azúcar que contienen esas bebidas difícilmente mitigará la sed de nadie. Pero una característica que une a Sprite, Coca Cola y las cervezas que se anuncian como los más probables remedios para la sed, en ningún caso se promocionan como productos “sanos”.

Nestea (concentrado de té) y Clight (polvo para preparar bebidas), por el contrario, han decidido llegar al consumidor deseoso de una vida más sana, menos sometida a la presión y los rigores urba-

nos que, a la vez, desea cierto grado de sofisticación. Los anuncios nos presentan un mundo hermoso, de colores saturados, sonidos suaves (casi místicos, con algún rasgo étnico, como en el caso de Clight), y hombres y mujeres delgados.

La apariencia corporal de quienes modelan para comerciales suele ser muy similar, así se trate de anunciar cereales, aspiradoras, ropa, remedios para la tos o bebidas refrescantes; sin embargo, en estos anuncios parece que el consumidor de cualquiera de estas bebidas adelgazará o se mantendrá delgado *gracias* a ellas; y no sólo eso: que mantendrá su salud.

Refrescando el estrés

La relación que se hace en el anuncio de Nestea es interesante: yoga, masajes, té concentrado. Todo esto, además, en la playa. Podemos detenernos un momento y revisar cuántas veces una persona común y corriente hace yoga a la semana, cuántas veces al año visita la playa y cuántas veces en su vida se ha hecho masajes de relajación.

Como en otros casos, la intención del anuncio es aspiracional: el consumidor urbano, atrapado en una vida tensa, con exigencias laborales muy grandes y prácticamente escasas posibilidades de “autoapapacharse”, mirará con deseo aquella otra vida que le parece lejana. Lo único que estará al alcance de la mayor parte de los consumidores será el Nestea —para ese entonces, si la publicidad funciona como debe, convertido sólo en la representación de una vida más sana y mejor. El anuncio del té utiliza un varón y una mujer en dos spots prácticamente idénticos.

Clight, por su parte, tan sólo acude a modelos femeninos. Las chicas son delgaditas y también se encuentran en ambientes paradisíacos: unos más tropicales que otros (hay un anuncio por sabor), pero todos igualmente ideales para escapar de la urbe. En los comerciales también hay vaporosas cortinas movidas por el aire y un cierto regusto a retiro espiritual. Al igual que los anuncios de Nestea, los de Clight parecen decirle al consumidor que la razón por la que esas chicas son así de esbeltas y parecen tan

tranquilas es, nada menos, que el polvo para preparar esa bebida. Ellas, inmersas en una vida de relajación, descanso y bienestar, sólo se refrescan en su paraíso si preparan una jarra de, pongamos por caso, Clight de jamaica, y beben grandes sorbos del líquido edulcorado.

¿Sustitutos de agua simple?

En las tiendas de autoservicio se hacen promociones en las que cualquiera de estos dos productos se vende “paqueteado”. Llama la atención que Clight, por ejemplo, se venda con una botella de litro y medio de agua Bonafont, porque nos da una idea de lo que deseamos como consumidores y de lo que realmente obtenemos: “Bebe dos litros de agua diarios para mantenerte hidratada y limpia de impurezas”, es un mantra que se repite en casi cualquier revista femenina y que resulta muy útil para quienes venden bebidas preparadas o polvo para prepararlas.

Nestea y Clight se venden como sustitutos del agua simple y, en ese sentido, su propuesta publicitaria es claramente hacerle creer al consumidor que poseen mejores cualidades que ésta, accesible a casi todo el mundo de manera gratuita.

La verdad es otra: Nestea contiene azúcar, un té del que se hace el concentrado y diversos saborizantes, colorantes y conservadores. Si un consumidor sustituye el agua por Nestea, es probable que engorde. Clight, por su parte, tiene fenilalanina como edulcorante, además de sabores artificiales y conservadores. Es cierto que quien lo beba jamás engordará, puesto que prácticamente no tiene calorías, pero también es cierto que no debe ser sustituto del agua, por lo que un litro y medio de Clight al día difícilmente purificará el organismo.

Si algo podemos rescatar de esos anuncios y su propuesta, es la idea de una vida más sana y mejor. Podemos empezar simplificando la que tenemos ahora atendiendo los llamados de nuestro cuerpo; podemos empezar a purificarnos bebiendo el único líquido que tiene absolutamente todas las propiedades del agua: el agua misma. De paso, nos ahorraremos unos cuantos pesos. ■

La precaución en todos los aspectos de la vida es una prioridad. Así, inscribirse en una escuela de artes marciales puede cumplir tres objetivos: ejercitarse, tener autocontrol y seguir la filosofía de la no violencia a partir de la seguridad de poder defenderse en caso de una agresión física. Este último aspecto podría ser de gran relevancia en el caso de las mujeres...

Por José Armando Aguilar

Aprenda

AR TES MAR CIA LES



Se dice que las artes marciales son un arte porque ofrecen la posibilidad de expresar emociones con el cuerpo, y porque por sus conceptos filosóficos pueden convertirse en una guía de vida para sus practicantes; de igual forma, son marciales porque esta palabra deriva de Marte, el dios romano de la guerra.

Al respecto, cuando se habla de cursos de defensa personal, de inmediato pensamos en artes marciales venidas de Japón, China o Corea, países que alcanzaron una sorprendente habilidad en la lucha cuerpo a cuerpo. El desarrollo de las artes marciales se atribuye a Daruma Bodidarma, monje budista que

en el año 520 d. C. viajó a China para compartir con los monjes del templo Shao Lin sus conocimientos de budismo y su sistema de ejercicios de disciplina física, mental y de lucha. Así, aquellos monjes descubrieron que al aplicar el sistema de Bodidarma podían defenderse de posibles agresores durante los largos viajes que emprendían.

Eso fue en los viejos tiempos, pero en la actualidad, las artes marciales son disciplinas basadas en un código de honor, y aunque existen diversos géneros y modalidades tienen como común denominador el autocontrol, la conciencia, el respeto por el entorno y la no violencia.



¿Qué escuela elegir?

Si usted está interesado, escuelas de artes marciales hay por doquier. Y es que no se necesita mucho para impresionar a un neófito en estas disciplinas: un local más o menos grande (hay quienes instalan su “escuela” al aire libre), un logotipo llamativo (por ejemplo un dragón, una cobra o algún ideograma chino) y un maestro vestido con un *karategi* (indumentaria que usan quienes practican karate) que lance patadas y gritos a diestra y siniestra... Imposible no imaginarse alguna escena de *Operación dragón*, la película más afamada del legendario Bruce Lee.

Por lo anterior, elegir una escuela de artes marciales para tomar un curso de defensa personal no es fácil: “Yo no conozco ninguna escuela de defensa personal que no esté relacionada con las artes marciales”, nos dice el doctor Luis Manuel Estrada, vicepresidente ejecutivo de la Federación Mexicana de Tae Kwon Do, A. C. Por lo demás, existen un sinnúmero de improvisados que se ostentan como maestros: “Por ejemplo, algunos practicantes de nivel intermedio que dan clases en escuelas o clubes, en donde les pagan poco”, declara César Fernández, presidente de la Federación Mexicana de Lima Lama, A. C.

Sea como fuere, los maestros no sólo deben tener los conocimientos suficientes sino la capacidad de impartirlos, de lo contrario el aprendiz puede sufrir lesiones físicas severas al tratar de realizar movimientos bruscos sin las técnicas adecuadas; además, quien no recibe una enseñanza detallada para tomar conciencia del significado místico de cada disciplina, puede violentarse fácilmente y perder el control.

Es recomendable que los interesados en aprender un arte marcial seleccionen una escuela registrada en la Confederación Deportiva Mexicana (Codeme), pues cada federación está conformada por asociaciones estatales, que a su vez agrupan a las distintas escuelas o clubes de las diferentes entidades.

Además, todos los profesores y los lugares donde se imparta la enseñanza de cualquier arte marcial deben mostrar la autorización para hacerlo mediante el certificado emitido por la federación correspondiente.

¿Qué arte marcial elegir?

De las artes marciales que se pueden practicar en México (judo, karate, kendo, tae kwon do, wu shu, lima lama, nippon-kempo y aikido), aquí le damos algunos pormenores de cinco de ellas, pero la mejor recomendación que se puede hacer es invitarlo a asistir a una academia seria, para que pueda ver en directo en qué consiste cada una de estas artes; platique con los alumnos y maestros, y decida.

Karate Do. Es originario de Okinawa, al sur de Japón. Okinawa era una zona comercializadora de bienes entre naciones del Pacífico, a tal grado, que su actividad, altamente lucrativa durante los siglos XV y XVI, atrajo a piratas de la región, quienes asaltaban las naves mercantes.



Con golpe de mujer

Existe la costumbre errónea de que todo lo referente a golpes y patadas es exclusivo del género masculino. Nada más alejado de la realidad. Las mujeres de las sociedades modernas, debido al rol que han adoptado al incorporarse al mercado laboral, son aún más propensas a ser víctimas de la inseguridad pública: de acuerdo con el Instituto de las Mujeres del Distrito Federal, la violencia se ha convertido en la causa número uno de muerte en mujeres en edad productiva, además de ser el motivo de uno de cada cinco días de ausencia en el trabajo. Pero también en el ambiente familiar ellas pueden ser violentadas. Según cifras del mismo instituto, la Dirección General de Equidad y Desarrollo Social del Distrito Federal, a través de las 16 Unidades de Violencia Familiar, atendió el año pasado a 11,158 mujeres víctimas de violencia familiar.

Bajo estas circunstancias, no está por demás recomendar que las mujeres aprendan a defender su integridad física. Todas las disciplinas de artes marciales aquí mencionadas reciben en sus escuelas a cualquier persona sin importar edad, género e incluso si tiene alguna discapacidad física.

Estos ataques piratas crearon entre la tripulación de las naves afectadas la necesidad de defenderse. Los comerciantes introdujeron formas y técnicas de defensa personal de China y del sureste asiático, las cuales evolucionaron en un arte sin armas denominado *Te* (hoy conocido como karate do), y otro con armas llamado *Kobudo*.

En la actualidad el karate do es practicado por más de 40 millones de personas en más de 150 países. Se trata de un sutil arte de autodefensa que consta de técnicas para bloquear un ataque y contraatacar. Esta disciplina busca utilizar el cuerpo de una manera racional y eficaz por medio de golpes con el puño, mano o pie; además utiliza técnicas de inmovilización. El karate do no es sólo un arte de combate: su primer objetivo es forjar el espíritu y el cuerpo.

Lima Lama. Es un arte de defensa personal de las Islas Polinesias que tuvo su origen en la isla de Samoa, mejor conocida como Samoa Americana; su creador fue el maestro Tumanao Tino Tuiolosega.

Antes de ser aceptado públicamente, el Lima Lama estuvo sujeto a varias modificaciones debido a que su enseñanza resultaba ruda y un tanto salvaje (el perdedor de un enfrentamiento era devorado por el guerrero triunfante). Una vez introducidos estos cambios se crearon movimientos rápidos de suave belleza, potentes golpes y ejecución limpia que permitieron que en 1965 se aceptara como una nueva disciplina.

El Lima Lama es un arte muy singular que se vale de todo: golpes rectos y curvos, movimientos para esquivar y desviar golpes, desbalanceos, barridas, inmovilizaciones, piquetes de ojos, jalones de cabellos, ataque a puntos nerviosos, llaves al piso... es decir, de acuerdo con la técnica y la velocidad, se usa todo el cuerpo para golpear.

La diferencia de esta técnica con otras artes marciales es que no se emiten gritos al dar el golpe, no hay guardias, poses, ni golpes vistosos, y no está relacionado con cuestiones místicas. Es un arte de defensa personal muy avocado a la realidad, muy práctico.

Aikido. Esta disciplina fue creada en Japón a principios del siglo pasado por el maestro Morihei Ueshiba. En 1974, el Shihan Miguel Moreno Segura, considerado como el padre del Aikido en nuestro país, la trajo a México. De acuerdo con el concepto oriental, el ki es el principio creador universal; el aikido busca la unión de este ki universal con el ki (fuerza o aliento vital) que se encuentra en cada persona. Entonces, literalmente *aikido* se traduce como "el camino de la armonía con el ki".

Es un sistema de defensa basado en el apoyo del cuerpo sobre la cintura y se caracteriza por movimientos fluidos y circulares, parecidos a una danza. Estos movimientos de pivote, entrada y rodeo son usados para controlar y superar al oponente. El principio de rotación esférica permite utilizar la energía del oponente (aunque sea superior en tamaño, fuerza y experiencia) para inmovilizarlo o tumbarlo con palancas.

Aunque los movimientos del aikido son suaves, racionales y fluidos como los de la naturaleza, al aplicar un poco de fuerza éstos pueden ser contundentemente efectivos. En esta disciplina destaca la filosofía de respeto por la armonía entre el hombre y su entorno, lo que la hace atractiva para hombres, mujeres y niños, sin importar su edad. Además, no sólo ofrece desarrollo espiritual, es ejercicio y también enseña etiqueta.

Tae Kwon Do. Es un arte marcial coreano surgido en 1954 (sus raíces más profundas se encuentran 2 mil años atrás). En México se comenzó a desarrollar alrededor de 1967. Es posiblemente la disciplina de defensa personal oriental más difundida: la Federación Mundial de Tae Kwon Do cuenta con 162 países inscritos.

En la actualidad esta disciplina es reconocida como un deporte de alto rendimiento en campeonatos mundiales, copas del mundo y campeonatos regionales, y muy recientemente fue considerada deporte olímpico. El número de practicantes en México es de 100 mil personas aproximadamente.

Dónde informarse

	Teléfono/e-mail
Federación Mexicana de Karate y Artes Marciales Afines, A. C.	femeka@prodigy.net.mx http://www.femeka.org/
Federación Mexicana de Lima Lama, A. C.	5803-0177 limalama@codeme.org.mx
Federación Mexicana de Aikido, A. C.	5564-7496 y 5264-4168 www.aikido-aikikai.org aikikaifma@hotmail.com
Federación Mexicana de Tae Kwon Do, A. C.	5803-0114 y 5654-6794 www.femextkd.org
Federación de Wu Shu de la República Mexicana, A. C.	5803-0193 y 5803-0153

Es una técnica que privilegia el uso de los pies sobre el de las manos, aunque éstas no dejan de utilizarse.

El tae kwon do es un sistema preciso de ejercicios físicos simétricos. Parte importantísima es el dominio de la propia mente, la bondad, el autocontrol y la humanidad que deben acompañar a la gracia física. Un buen tae kwon doin debe tener control, coordinación y equilibrio, a tal grado que pueda detener sus golpes a unos pocos centímetros del blanco.

Wu Shu. Su origen se remonta a la época tribal de la China antigua, donde, debido a la inestabilidad del país, era necesario defenderse de las frecuentes agresiones de bandoleros y asaltantes.

Mucha gente conoce esta disciplina como kung fu; sin embargo, el término correcto es wu shu, que significa "arte marcial chino".

Se trata de movimientos de defensa y ataque utilizando pies y manos, lo que implica técnicas de proyección, barridas y derribes. También se enseña el manejo de algunas armas de exhibición y otras para la defensa personal, como palos cortos, dagas y cadenas.

Hay una especial atención a la fuerza muscular y la velocidad de ejecución. Al ser un método de lucha cuerpo a cuerpo ayuda a quien lo practica a fortalecer y conservar su salud, así como a desarrollar habilidades físicas y mentales que le permitan canalizar las presiones de la vida moderna de una manera positiva y equilibrada.

La mejor defensa

Con respecto a estas artes, César Fernández, presidente de la Federación Mexicana de Lima Lama, A. C., advierte: "Nadie es más rápido que una bala y ninguna cartera vale la vida; cuando alguien aprende un arte marcial va adquiriendo seguridad, sin embargo, un aspecto importante de este tipo de disciplinas consiste en evaluar la situación".

Para concluir, puede decirse que quien conoce a fondo las artes marciales sabe que defenderse no implica ir por la vida golpeando a todo aquel que tenga facha de maleante. La realidad no es como en las películas de Jackie Chan, quien en un santiamén puede poner fuera de combate de manera harto graciosa a más de tres.

Es cierto que las artes marciales son una excelente opción para autoprotegerse e incluso pueden llegar a salvar la vida, pero más allá de eso ofrecen beneficios para el cuerpo, la mente y el alma, y algunas de ellas pueden practicarse como un deporte de alto rendimiento.

Si desea obtener información sobre algún club o escuela o sobre cualquiera de las federaciones de artes marciales consulte la página www.codeme.org.mx

Las artes
marciales
ofrecen
beneficios

para el cuerpo,
la mente
y el alma.



Fotografías Juan José Morín
Fuentes entrevistas con el Máster César Fernández, presidente de la Federación Mexicana de Lima Lama, A. C.; con el profesor Manuel Chávez Sáenz, presidente de la Federación de Wu Shu de la República Mexicana, A. C.; con el doctor Luis Manuel Estrada, vicepresidente ejecutivo de la Federación Mexicana de Tae Kwon Do, A. C., y con Michael Moreno, director técnico de la Federación Mexicana de Aikido, A. C.



Los requisitos

Por José Armando Aguilar

Como parte del Tratado de Libre Comercio de América del Norte (TLCAN), a partir del 2004, sin necesidad de pagar el impuesto general de importación correspondiente, los consumidores mexicanos tendremos la oportunidad de adquirir automóviles nuevos fabricados en Estados Unidos y Canadá.

¿Qué requisitos son necesarios para ejercer esta opción?

Indudablemente, el automóvil se ha convertido en un objeto de deseo para los consumidores de las sociedades modernas, y es, después de la vivienda, el bien patrimonial más importante para las familias mexicanas. En este contexto, adquiere especial importancia la apertura del comercio automotriz (importación y exportación de vehículos nuevos) que se llevará a cabo a partir del próximo año, en el marco del Tratado de Libre Comercio de América del Norte entre Canadá, Estados Unidos y México.

Básicamente, lo que está por suceder es lo siguiente: en la actualidad, la Secretaría de Economía otorga, sólo a los fabricantes de autos y bajo ciertas condiciones, un permiso de importación de vehículos nuevos. Sin embargo, a partir del próximo mes de enero esta exigencia termina, es decir, la libre importación de automóviles nuevos será algo que podrá hacer cualquier mexicano. Pero al abrirse las fronteras a los autos nuevos producidos en Estados Unidos y Canadá deberán cubrirse ciertos requisitos.

Novedad con 10 años de existencia

El mercado nacional de vehículos ofrece una gama de más de mil opciones de productos nacionales e importados (por-

que una misma marca de auto ofrece diferentes versiones del modelo), lo que ha sido posible porque a partir de la entrada en vigor del TLCAN en 1994, los aranceles (es decir, los impuestos que se cobran sobre una mercancía cuando ésta se importa o se exporta) aplicados a autos y autopartes han ido disminuyendo gradualmente, de modo que en el 2004 llegarán a un arancel cero para todos los vehículos nuevos.

En el transcurso de la última década, la libre comercialización de vehículos nuevos permitió la importación de automóviles de marcas diferentes a las que existían en nuestro país antes de 1994. En consecuencia, comenzaron a llegar al mercado nacional diversas marcas de automóviles (Renault, Toyota, Peugeot, SEAT, Audi, Honda, BMW, FIAT, Land Rover, Jaguar, Mercedes Benz, entre otras). Dicho periodo permitió que los involucrados en el sector automotriz se prepararan para la competencia. Así pues, lo que estamos por ver a partir de enero es un paso más del proceso de apertura comercial en las fronteras mexicanas.

Durante la última década, los consumidores mexicanos hemos disfrutado de los beneficios de la apertura comercial. Antes del 94, las posibilidades de elección se limitaban a lo que podían ofrecer

unas cuantas ensambladoras, la mayoría estadounidenses; hoy en día la variedad de autos importados que ofrece el mercado mexicano se ha multiplicado: de 58 modelos en 1994 a 305 en el 2002.

Una de las consecuencias del amplio abanico de posibilidades que en la actualidad tiene el consumidor para elegir un auto, es que las empresas del sector automotriz compiten entre sí ofreciendo cada vez más beneficios para el comprador final: los precios disminuyeron y los planes de financiamiento se convirtieron en una opción más que atractiva para los compradores potenciales. El servicio y atención al cliente también mejoraron su calidad gracias a que, al tener varias opciones de compra, los consumidores mexicanos se han vuelto más exigentes.

Importación paso a paso

Es necesario insistir a los consumidores deseosos de importar un vehículo nuevo originario de Estados Unidos o Canadá, que previamente se deberán cubrir los siguientes requisitos ante las autoridades aduaneras:

Paso 1. Verificación del Número de Identificación Vehicular (NIV). En la aduana, las autoridades correspondientes verificarán que el automóvil cumpla

Para importar al mayoreo

Algo que puede causar inquietud entre los consumidores mexicanos es que, al abrirse las fronteras, cualquier persona con el poder adquisitivo necesario busque hacer negocio comprando autos nuevos en Estados Unidos o Canadá para luego revenderlos en el mercado nacional, lo cual está permitido siempre que se cumplan ciertos requisitos legales.

Así pues, cualquier persona física o moral que pretenda importar más de un auto nuevo con la intención de comercializarlos tendrá que estar inscrita en un registro que llevará la Secretaría de Economía. También se tiene lista la Norma Oficial Mexicana para la comercialización de vehículos nuevos (está por entrar en vigor) que, con el fin de proteger la inversión del consumidor, establecerá los elementos normativos que deberán cumplir los proveedores de automóviles nuevos.



ses contaminantes, y la NOM-079-ECOL-1994. Límites máximos permisibles de emisión de ruido.

Paso 4. Determinación del origen del automóvil. En esta parte del proceso se comprobará la procedencia del auto con el dígito del NIV que corresponde al origen del vehículo: 1 (Estados Unidos), 2 (Canadá) o 3 (México). El consumidor también deberá tener en su poder el certificado de origen correspondiente expedido por el fabricante o distribuidor para presentarlo a la autoridad aduanera en caso de que ésta lo solicite; si el fabricante no avala el origen del vehículo, el

con la NOM-131. **Determinación, asignación e instalación del Número de Identificación Vehicular.** El NIV es la "huella digital del auto", un código numérico de 17 dígitos que proporciona información relevante del auto, como el país en donde fue fabricado, la razón social del fabricante, el año-modelo y las características del vehículo, entre otros aspectos.

Paso 2. Comprobar que el auto es nuevo. Al respecto, se deben cumplir tres requisitos: 1) el auto no debe tener más de mil kilómetros recorridos, 2) el dígito del NIV correspondiente al año-modelo debe corresponder al año en curso o al año siguiente posterior, y 3) es necesario presentar factura del fabricante o del distribuidor autorizado (no se aceptarán otro tipo de facturas).

Paso 3. Aprobar las normas ambientales. El automóvil en cuestión deberá cumplir con la NOM-042-ECOL-1999. Límites máximos permisibles de emisiones de ga-



importador deberá pagar el impuesto general de importación correspondiente.

Paso 5. Pago de impuestos. El importador del auto debe cumplir con el pago de las siguientes obligaciones fiscales: Impuesto al Valor Agregado (IVA), Impuesto Sobre Automóviles Nuevos (ISAN) y tenencia.

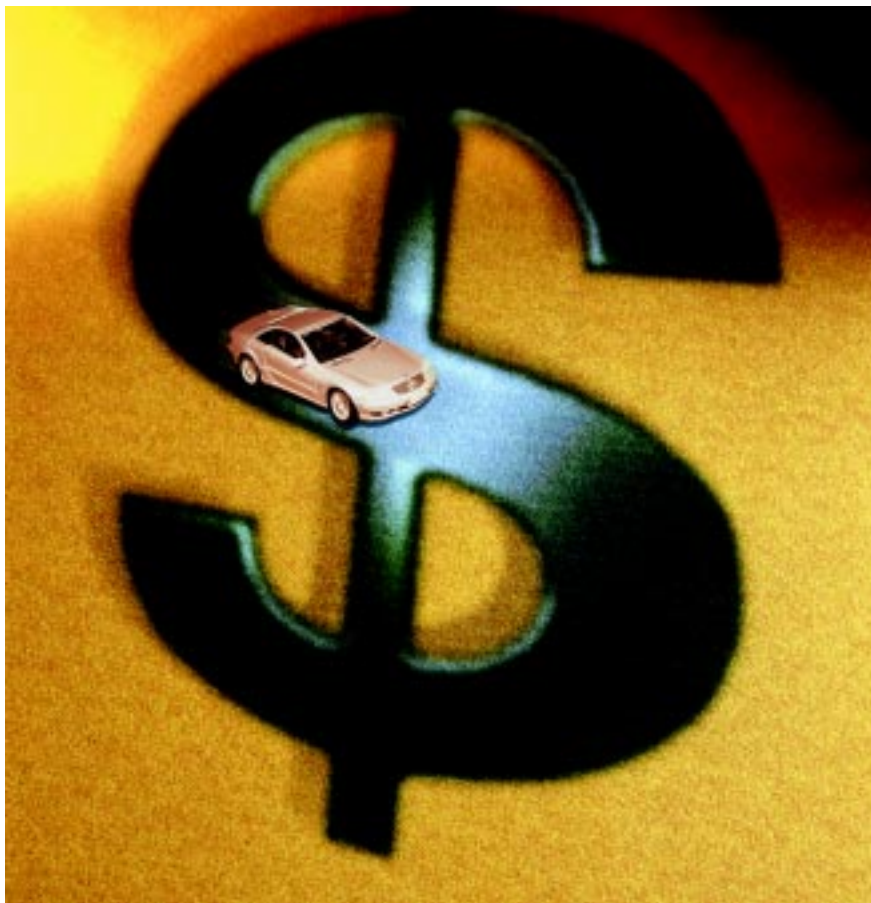
Otros puntos a considerar

Uno de los aspectos que más tratarán de explotar a su favor los concesionarios

estadunidenses y canadienses es el precio. A simple vista, la diferencia puede ser significativa: por ejemplo, mientras que el auto que usted desea comprar en México cuesta \$ 150 mil, en Estados Unidos uno igual o con características semejantes puede costar \$ 120 mil. Esto se debe principalmente a que los autos que se comercializan en nuestro país, por ley, tienen incluido en su precio de lista el ISAN (este impuesto se calcula de acuerdo con el precio de venta del automóvil) y el IVA, que puede ser del 10 o 15%.

También tenga en cuenta lo siguiente:

- ▶ La importación de vehículos para uso particular estará restringida a un automotor por persona.
- ▶ De acuerdo con la Ley Aduanera de nuestro país, cualquier importación de más de 1,000 dólares requiere de la contratación de un agente aduanal (es decir, una persona autorizada por la Secretaría de Hacienda y Crédito Público que, a nombre del importador, debe realizar ante la aduana los trámites correspondientes para poder introducir la mercancía al país), por lo que deberán cubrirse los honorarios de dicha persona.
- ▶ Si usted importa un vehículo nuevo la garantía otorgada por el distribuidor extranjero puede no ser efectiva en México, aunque exista el mismo fabricante en nuestro país. El cumplimiento de la garantía dependerá de las políticas particulares de la empresa respectiva. Por esta razón, Profeco no tendrá ninguna facultad para ayudarlo en caso de que usted tenga un problema con el fabricante de un vehículo comprado en el extranjero.
- ▶ Es indispensable prever que tal vez tenga necesidad de importar algunas refacciones o de realizar un viaje para adquirirlas, sobre todo si se trata de automóviles que no se comercializan en nuestro país.
- ▶ Debe observarse lo dispuesto en el TLCAN, el cual establece que para poder recibir por completo el beneficio de arancel cero, los automóviles que pretendan importarse a México deben estar fabricados en Estados Unidos o en Canadá, o bien, cumplir con determinados requisitos de fabricación que



Para tomar la mejor decisión de compra, es aconsejable comparar el precio ofrecido en el extranjero (más el costo de tramitar su importación al país) con el precio del vehículo en México.



No se incluyen los autos "chocolate"

La eliminación de aranceles para la importación de automóviles nuevos a partir del 2004 no tiene que ver absolutamente nada con la circulación de autos "chocolate", cuya estancia en nuestro país es ilegal, ni con la importación de automóviles usados.

Próximamente, la Unión Europea

En lo que se refiere al Tratado de Libre Comercio con la Unión Europea (UE), que comenzó a partir del año 2000, se eliminarán gradualmente el pago de aranceles hasta suprimirlos en el 2007, cuando todas las importaciones provenientes de esa comunidad económica estén exentas del impuesto general de importación.

deben cumplir las armadoras que no sean estadounidenses o canadienses. De no ser así, las autoridades aduaneras podrían determinar el pago del impuesto general de importación correspondiente.

- Por último, debido a la altitud de las ciudades mexicanas, las características del combustible y las condiciones de las calles y carreteras de nuestro país, entre otros factores, es posible que a los automóviles fabricados en aquellos países se les tengan que realizar ciertas modificaciones técnicas para evitar que se dañen y se desgasten más rápido de lo normal.

Las dependencias gubernamentales que colaborarán para vigilar que la apertura comercial a los autos canadienses y estadounidenses marche sobre ruedas son la Administración General de Aduanas del Servicio de Administración Tributaria (SAT), la Secretaría de Economía, la Secretaría de Hacienda y Crédito Público, Profepa y Profeco.

Por lo anterior, para tomar la mejor decisión de compra, es aconsejable comparar el precio ofrecido en el extranjero (más el costo de tramitar su importación al país) con el precio del vehículo en México.

Además, le sugerimos que antes de importar un vehículo nuevo solicite asesoría en la Administración General de Asistencia al Contribuyente del Servicio de Administración Tributaria. En el Distrito Federal y área metropolitana comuníquese al 5227-0297, y desde cualquier punto del país al 01-800-904-5000, larga distancia sin costo. Por otro lado, también puede consultar la página en Internet www.sat.gob.mx, o bien, dirigirse a la Confederación de Asociaciones de Agentes Aduanales de la República Mexicana al 5141-5945, o visitar su dirección electrónica www.caaarem.org.mx

Por nuestra parte, le mantendremos al tanto de todo lo que surja en los próximos meses con respecto a Normas Oficiales Mexicanas, requisitos, costos, estadísticas, etcétera. 📡

Fotografías de archivo
Fuente entrevista con Humberto Jasso Torres, director general de Industrias Pesadas y de Alta Tecnología de la Secretaría de Economía • Asociación Mexicana de Distribuidores de Automotores, A. C.

Arroz con pollo y verduras tipo paella



¡Rediez, llegó la paella!

Es uno de los platillos más populares de la cocina española. Se dice que las clases humildes crearon la paella: tomando como base el arroz, le agregaban los vegetales y otros productos que tenían a su alcance, lo que dio como resultado un platillo sustancioso. Posteriormente, la forma de preparar la paella varió dependiendo de la región. Actualmente la paella valenciana, que incluye mariscos, es una de las preferidas.

El arroz

De muy fácil digestión, el arroz es rico en proteínas y energía. Contiene vitaminas del complejo B y minerales como hierro, calcio y potasio.

El arroz integral (el que no está pulido) es más rico en composición nutrimental que el arroz blanco, y también contiene fibra dietética, aunque su textura es menos suave.

Verifique que en el interior del empaque no haya humedad y que los granos estén enteros (el arroz quebrado es de menor calidad) y sin basura. El arroz crudo puede almacenarse durante periodos largos, sin que se demeriten sus características nutrimentales o de sabor; simplemente hay que mantenerlo en un lugar fresco y seco, ya sea en recipientes cerrados o en su empaque original.



Fotografías Juan José Morín



Azafrán

Es una planta iridácea de bulbo, cuyos estigmas de color rojo se utilizan para condimentar los platillos. Es mejor adquirir los filamentos y no comprarlo en polvo, porque puede estar adulterado con colorantes y aditivos. Es indispensable para preparar paella.

La alcachofa

Es una hortaliza originaria del norte de África, de donde pasó a España y de ahí a América.

La parte comestible de la planta son los capullos que se cosechan antes de su maduración. Si no se cortan dan flores moradas muy vistosas.

Además de su alto contenido de fibra dietética, aporta magnesio, sodio, tiamina y ácido fólico. La tiamina, conocida como vitamina B₁, tiene un papel esencial para el adecuado funcionamiento del sistema nervioso.



Ejotes y complejo B

Los ejotes tiernos son vegetales de vainas verdes que contienen frijoles inmaduros. El ejote es uno de los vegetales con mayor cantidad de vitaminas del complejo B, como tiamina, riboflavina y piridoxina, indispensables para el crecimiento.

Al cocer ejotes es recomendable utilizar poca agua y no dejarlos hervir mucho tiempo para evitar que las vitaminas se pierdan durante la cocción. Para recuperar las vitaminas, utilice el caldo para preparar sopas o salsas.



Pimientos verdes

Son el fruto de una planta herbácea de la familia de las Solanáceas (*Capsicum annuum*), originaria de América meridional. Son frutos huecos, de apariencia cónica y piel brillante debido a una película de cera que los cubre. En la planta primero son verdes y cuando maduran son rojos o amarillos, según la variedad.

El chile pimiento es rico en vitamina C, además de contener en menor cantidad beta carotenos (forma en que se encuentra la vitamina A en los vegetales) y potasio.

Los pimientos agregan un delicioso sabor a las comidas; se pueden utilizar asados, a la parrilla o crudos en la preparación de ensaladas y otros platillos. Para que el pimentón no pierda su sabor, es recomendable no cocinarlo demasiado, sino agregarlo casi al final de la preparación.

La páprika

Es un polvo rojizo que se obtiene de los pimientos rojos deshidratados y molidos. Esta especia se utiliza para dar color y realzar el sabor de los platillos, con un toque ligeramente picante. También se le conoce como rojo pimentón.



Pollo de calidad

La piel debe sentirse lisa al tacto y estar bien pegada a la carne, la cual debe presentar un color ligeramente rosado y estar firme y húmeda. El hueso de la pechuga debe sentirse flexible. Rechace el pollo si el color de la carne es verdoso o grisáceo, si está blanda, se deshace con facilidad o se siente pegajosa y presenta olor desagradable.

El contenido de proteínas del pollo es muy similar al de las carnes rojas, aunque tiene menos kilocalorías y colesterol, además de que es un alimento de fácil digestión. La grasa se concentra de manera importante en la piel, por lo que al retirarla se obtiene una carne bastante magra.



Ingredientes

(6 raciones)



6 piezas de pollo lavadas (600 g)



2 tazas de arroz remojado en agua caliente y escurrido (400 g)



4 tazas de caldo de pollo



250 g de ejotes, cortados en cuatro partes



200 g de chícharos cocidos



2 ramas de perejil picado (10 g)



1 cebolla chica finamente picada (125 g)



3 cucharadas de aceite de oliva o de otro tipo (30 ml)



2 dientes de ajo machacados

Preparación

1 En una paellera caliente el aceite a fuego moderado, sofría ahí el pollo y retírelo.



2 En el mismo aceite acitrone la cebolla y el ajo, agregue el jitomate y deje a fuego bajo hasta que se reseque. Mientras tanto, disuelva el azafrán en el caldo de pollo, que debe estar caliente.



			
2 jitomates maduros (300 g), picados	2 alcachofas partidas en cuartos y hervidas (400 g)	1 chile pimiento rojo desvenado y cortado en rajas (130 g)	1 chile pimiento verde desvenado y cortado en trozos (130 g)
			
es de ajo dos (4 g)	4 gotas de colorante amarillo o una pizca de azafrán	1 cucharadita de p��rika	sal y pimienta al gusto

Aporte nutrimental por ración

Kilocalorías	528
Proteínas	22 g
Grasas	17 g
Colesterol	48 mg
Fibra dietética	4 g

Fotos Juan José Mor  n
Gastr  nomo Joel Hassey Méndez
Fuentes Unidad de Orientación Alimentaria, Profeco
• Departamento de Educación Nutricional, Instituto Nacional
de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán .

3 Incorpore el arroz, las verduras,
el pollo y el caldo de pollo.



4 Salpimiente y añada
la p  rika.

5 Tape el recipiente y deje
a fuego bajo hasta que toda
el agua se haya consumido
y la paella est   cocida.



6 Sirva con el perejil
espolvoreado encima.

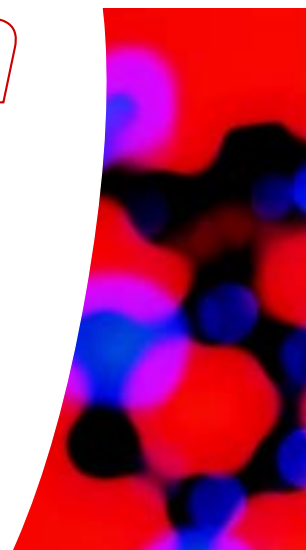


Esperanza *de vida*

Sangre de cordón umbilical

Antes material de desecho, hoy la sangre de cordón umbilical es considerada una fuente de vida que contiene valiosas células regeneradoras, las cuales pueden ser conservadas en bancos para tratar a pacientes con leucemia, y en un futuro cercano, muchas enfermedades más.

Por Leonardo Huerta Mendoza



Hasta hace algunos años, cuando se diagnosticaba algún tipo de leucemia, el paciente debía prepararse para un largo y doloroso tratamiento. En no pocos casos, ya sea por el tratamiento mismo o por la enfermedad, la médula ósea del paciente (donde se “fabrica” la sangre) podía deteriorarse tanto, que el enfermo moría; todavía en el año 1980, la mayor parte de las leucemias eran letales.

Sin embargo, las investigaciones del doctor Edward Donnall Thomas, científico de los National Institutes of Health (Institutos Nacionales de Salud), en Estados Unidos, permitieron realizar el primer trasplante de médula ósea. En principio, el trasplante fue utilizado sólo como parte del tratamiento contra algunos tipos de leucemia y contra cierto tipo de anemia, conocida como aplásica (en la que la médula pierde su capacidad de producir glóbulos rojos, blancos y plaquetas). Pero a medida que mejoró la técnica y aumentaron los casos exitosos, el procedimiento se volvió cada vez más común.

El doctor Thomas creó toda una escuela en el trasplante de médula ósea, y en 1990 recibió el premio Nóbel de fisiología y medicina. Uno de sus alumnos, el mexicano Ricardo Sosa Sánchez, del Instituto Nacional de la Nutrición, hizo el primer trasplante de médula en México a mediados de los ochenta.

Hoy, la obtención y trasplante de médula ósea es una operación bastante sencilla: mientras el donador está anestesiado, con una jeringa se le extrae la médula del hueso (sustancia grasa y roja en el centro de los huesos del esternón y la cadera, preferentemente, que en los animales conocemos como tuétano), del resto del material se separan las células progenitoras o madre en un proceso de filtrado, y se tipifican (es decir, se establece el grupo sanguíneo al que pertenecen, cuál es su tipo de DNA y los antígenos de histocompatibilidad).

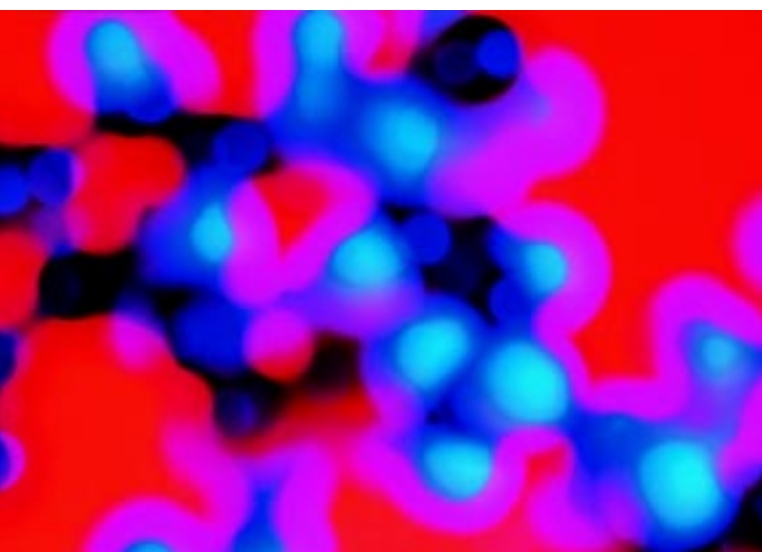
Si las células son compatibles con las del paciente, se aplican por vía venosa al receptor. Una vez dentro, la células se dirigen hacia la médula ósea. Si el organismo responde bien, algunas semanas después del trasplante la médula ósea del receptor queda completamente reemplazada por la nueva.

También se descubrió que la médula ósea no es la única fuente de células madre, sino también la sangre periférica (la que circula por nuestras venas y arterias), de donde es más fácil obtenerlas e incluso congelarlas para tratar futuras enfermedades. Sin embargo, es muy difícil encontrar un donador cuyas células sean compatibles con las del paciente, y en numerosas ocasiones el organismo no acepta el trasplante. ¿Qué hacer entonces?

Una nueva fábrica de sangre

Hace algunos años los investigadores descubrieron, en animales de laboratorio, que la sangre de los recién nacidos contenía altas concentraciones de células que, al ser trasplantadas, salvaban a aquellos que habían recibido una radiación muy alta. Esto los llevó a experimentar con la sangre de cordón umbilical humano, en el que se descubrió una cantidad importante de células con potencial para ser empleadas en un trasplante.

La primera noticia que se tuvo sobre el empleo de sangre de cordón umbilical con resultados exitosos fue en 1972, cuando Norman Ende, investigador de la Universidad de Medicina y Odontología de Nueva Jersey, y su hermano, el médico Milton Ende, informaron que habían realizado un trasplante de sangre de cordón en un joven de 16 años. Semanas después, los investigadores encontraron en la sangre del paciente glóbulos rojos que identificaron como descendientes de las células madre trasplantadas.



Fotografías de archivo

En 1989, un equipo de investigadores dirigido por Hal E. Broxmeyer, de la facultad de medicina de la Universidad de Indiana, y Edward A. Boyse, del Memorial Sloan-Kettering Cancer Center, de la ciudad de Nueva York, revivieron el interés en esta técnica al mostrar que la sangre de cordón umbilical humano contenía tantas células madre como la médula ósea. Ese mismo año, Broxmeyer y Eliane Gluckman, investigadora del Hospital Saint-Louis de París, informaron que habían curado una anemia de Fanconi (enfermedad genética causante de muchas muertes) en un niño de cinco años, a quien le trasplantaron células madre obtenidas de la sangre del cordón umbilical de su hermanita recién nacida.

La principal ventaja del trasplante de células de sangre de cordón umbilical es su poca probabilidad de rechazo (sólo un 10% de los casos lo han presentado), pues la inmadurez de éstas puede evitar que el sistema inmune del receptor las ataque como si se tratara de cuerpos extraños. Sin embargo, como cualquier otra terapia médica, el trasplante de sangre de cordón umbilical también tiene inconvenientes, por ejemplo, la posible transmisión al receptor de enfermedades genéticas no detectadas inmediatamente en el recién nacido, que pueden manifestarse años después: anomalías de la función medular, inmunodeficiencias, talasemias o leucemias infantiles. Así pues, es necesario seguir el desarrollo del recién nacido durante los primeros 12 meses de vida, lo que significa una relación estrecha entre el donante y el receptor, y entre éstos y el centro donde se realizó el trasplante.

Además, aún no hay acuerdo en algunos aspectos relacionados con estos trasplantes. Por ejemplo, para que éstos sean satisfactorios, todavía no se determina el número mínimo de células madre por kilogramo de peso del receptor, ni cómo

varía este número con la edad y salud del paciente. Tampoco se sabe con certeza el grado de contaminación de la sangre de cordón umbilical por algún tipo de glóbulos blancos maternos, cuyos antígenos no son idénticos a los de la sangre de cordón umbilical.

Ventajas de la sangre de cordón umbilical

- Es una fuente disponible de células madre.
- Al tomar la muestra, no existe ningún riesgo para la madre o para el recién nacido.
- Se evita el agotamiento que puede presentar un donador de médula ósea.
- La presencia de virus, como el citomegalovirus y el de Epstein Barr, es mucho menos común en el recién nacido que en adultos.
- Tiene un alto porcentaje de éxito en el trasplante a un donador no relacionado familiarmente.
- Una vez congelada, la sangre de cordón umbilical se encuentra disponible en cualquier momento.
- Evita someter a un donante sano, niño o adulto, a anestesia general para obtener la médula ósea.



Obtener la sangre del cordón

No existe el mínimo riesgo para la madre ni para el bebé, puesto que la sangre se obtiene del cordón una vez que se ha cortado y separado el bebé. Después del parto, el ginecólogo introduce una aguja por el cordón hacia la madre (sin pincharla) y la sangre se canaliza a una bolsa mediante una manguera. La muestra se envía al banco de células, donde se filtra, prepara y congela en un tanque con nitrógeno líquido a 195° C bajo cero; allí se mantiene durante el tiempo necesario para un posible tratamiento, generalmente de diez a veinte años, según el peso que alcance el paciente (si pasa de 50 kilos, las células resultan insuficientes).

Un banco público con normas internacionales

El Banco de Sangre de Cordón Umbilical del CNTS está equipado con la más avanzada tecnología en criopreservación (congelamiento) que hay en el mundo. Además, con el fin de asegurar que las células madre que se almacenen estén disponibles y en buenas condiciones cuando se necesiten, se han establecido estrictos controles de calidad a partir de especificaciones internacionales.

Entre las normas validadas internacionalmente se incluye el que la muestra de sangre obtenida del cordón tenga un volumen mayor a 80 ml, con al menos 8×10^8 (800,000,000) células nucleadas (glóbulos blancos), y que la criopreservación de las células se haga dentro de las 48 horas posteriores a la extracción de la sangre.

Dónde quejarse...

- **Comisión Federal para la Protección Contra Riesgos Sanitarios (Cofepris):** En caso de que usted detecte alguna anomalía en el funcionamiento del banco de sangre de cordón que contrató o en su personal, llame al Centro Integral de Servicios de la Cofepris: 5080-5200, extensión 1470 desde el Distrito Federal, y al 01-800-420-4224 desde cualquier estado de la República, o visite www.cofepris.gob.mx
- **Comisión Nacional de Arbitraje Médico (Conamed):** Si considera que sus intereses fueron lesionados por el personal médico, solicite la intervención de Conamed al 5420-7000 desde el Distrito Federal, y al 01-800-711-0658 desde cualquier estado de la República. Además, puede visitar su página electrónica: www.conamed.gob.mx
- **Profeco:** En caso de que el banco de sangre quiera hacerlo firmar un contrato en inglés, le quiera cobrar en dólares o no cumpla con cualquiera de las cláusulas establecidas en el contrato, acuda a la delegación **Profeco** más cercana para presentar su queja o recibir asesoría. Llame al Teléfono del Consumidor: 01-800-468-8722.

Sin embargo, recientemente se desarrolló un técnica de cultivo de células madre en laboratorio, denominada *expansión celular selectiva*, que a mediano plazo ofrece la esperanza de producir células madre suficientes para una persona de mayor peso. “El problema de la expansión celular es que hasta hoy no ha logrado producir las células específicas responsables de la regeneración de la médula. Estas células son las CD34 y CD45”, nos aclara la maestra en ciencias Diana Pier Gray, directora médica de Banco de Cordón Umbilical, una empresa privada que ofrece sus servicios en la Ciudad de México.

Por lo demás, es importante saber que no todas las células madre son idénticas: algunas pertenecen a un tipo muy específico, responsable de volver a repoblar la médula ósea. Estas células, “que son las útiles, las medimos en el laboratorio con un citómetro especial de flujo. Aunque en general esta información no se las damos a las mamás (sólo les decimos el número total de células), nosotros la conservamos para que, en caso de trasplante, el oncólogo sepa cuál es la calidad de la muestra”, aclara la doctora Pier.

El primer banco público

Desde los primeros días de junio de 2003, funciona en México el primer banco de sangre de cordón umbilical del Sector Salud, cuyo objetivo es poner al alcance de todos los habitantes del país un servicio que, en otras condiciones, sólo podrían pagar aquellos que tienen acceso a la medicina privada. “La población objetivo son aquellos que estén fuera de la seguridad social, y que no tengan acceso a la medicina privada. Antes de que nazca el bebé, realizamos un estudio socioeconómico en el que se determina cuánto deben pagar los padres y se les ubica en cierto nivel”, comenta el doctor Antonio Marín López, director de este banco.

Bancos privados

En México, cuando menos un hospital y algunas empresas prestan sus servicios como bancos privados, en tanto que otras actúan como intermediarios entre los usuarios mexicanos y algunos bancos privados estadounidenses. En general, todos ofrecen los siguientes servicios:

- ▶ Un estuche o caja con lo necesario para tomar la muestra.
- ▶ Un instructivo para que la persona que tome la muestra lo haga adecuadamente.
- ▶ Procesamiento de la muestra, es decir, la separación de las células madre de los otros componentes de la sangre, el conteo de éstas y su viabilidad.
- ▶ Almacenamiento, por el que se debe pagar una cuota anual.

Es importante saber que la sangre guardada en un banco privado no será utilizada en otra persona. “Si el cliente lo autoriza, sí. Pero en principio las células se destinan al empleo del niño. Sin la autorización correspondiente, nadie puede disponer de sus células”, nos informa Grisel Vázquez, directora de Alpha Cord.

Costos

La mayoría de los bancos privados de sangre de cordón (con excepción del Hospital Ángeles) manejan sus precios en dólares; sin embargo, recuerde que, al contratar con cualquiera de ellos, deberán darle un contrato en español e informarle el costo en el equivalente en moneda nacional, para que usted realice el pago.

- ▶ **Alpha Cord Network, Inc.:** Esta empresa es una intermediaria entre el usuario y dos bancos estadounidenses. Los precios varían de 797 a 1,295 dólares. Incluye el envío a Estados Unidos y un año de almacenamiento. Llame a los teléfonos (0155) 5236-7395 y 96.
- ▶ **Banco de Sangre de Cordón Umbilical (del Hospital Ángeles):** La inscripción tiene un costo de \$ 2,625 (no reembolsables). El procesamiento de la congelación cuesta \$ 6,300, y el precio de la conservación de las células varía según el tiempo contratado: por un año es de \$ 5,323; por cinco años, de \$ 8,146; por diez años, de \$ 13,821, y por 18 años, de \$ 21,202. Para más información, llame al (0155) 5449-5500, extensiones 3044 y 3045, o visite la dirección electrónica: www.bancodesangredecordon.com
- ▶ **Banco de Cordón Umbilical:** Los servicios de este banco mexicano tienen un costo de 600 dólares, más IVA. Solicite más información en el teléfono (0155) 5520-1216.
- ▶ **Cordón Vital:** Es una empresa que sirve como agente de dos bancos de cordones estadounidenses. Los costos por sus servicios (trámites de exportación, aduanas, análisis y primer año de congelamiento) van desde 1,080 hasta 1,785 dólares. Cada año extra de almacenamiento tiene un costo de 85 a 95 dólares. En el Distrito Federal llame al 5540-6141, y desde cualquier estado de la República marque el 01-800-123-2828.
- ▶ **Cryo-Cell:** Tiene establecimientos en algunos estados del país, con planes y costos diferentes, pero el banco está en Guadalajara. Por ejemplo, en el Distrito Federal ofrece un plan de 874 dólares, que incluye seis años de congelamiento. El costo por cada año extra de almacenamiento es de 65 dólares. Más información al teléfono (0155) 5255-0774.
- ▶ **Sangre de Cordón:** Este banco, ubicado en Guadalajara, ofrece tres paquetes, que van desde 400 hasta 1,580 dólares más IVA, incluido el primer año de almacenamiento. La tarifa por cada año extra de almacenamiento varía según el tiempo contratado: por un año, 80 dólares; por dos, 150 dólares; por tres, 200; por cinco, 350; por diez, 600; y 900 por 18 años. Para obtener más información llame al 01-800-696-4505 o (0133) 3642-6151 y 3642-5258 desde la ciudad de Guadalajara. También puede visitar la dirección www.sangredecordon.com

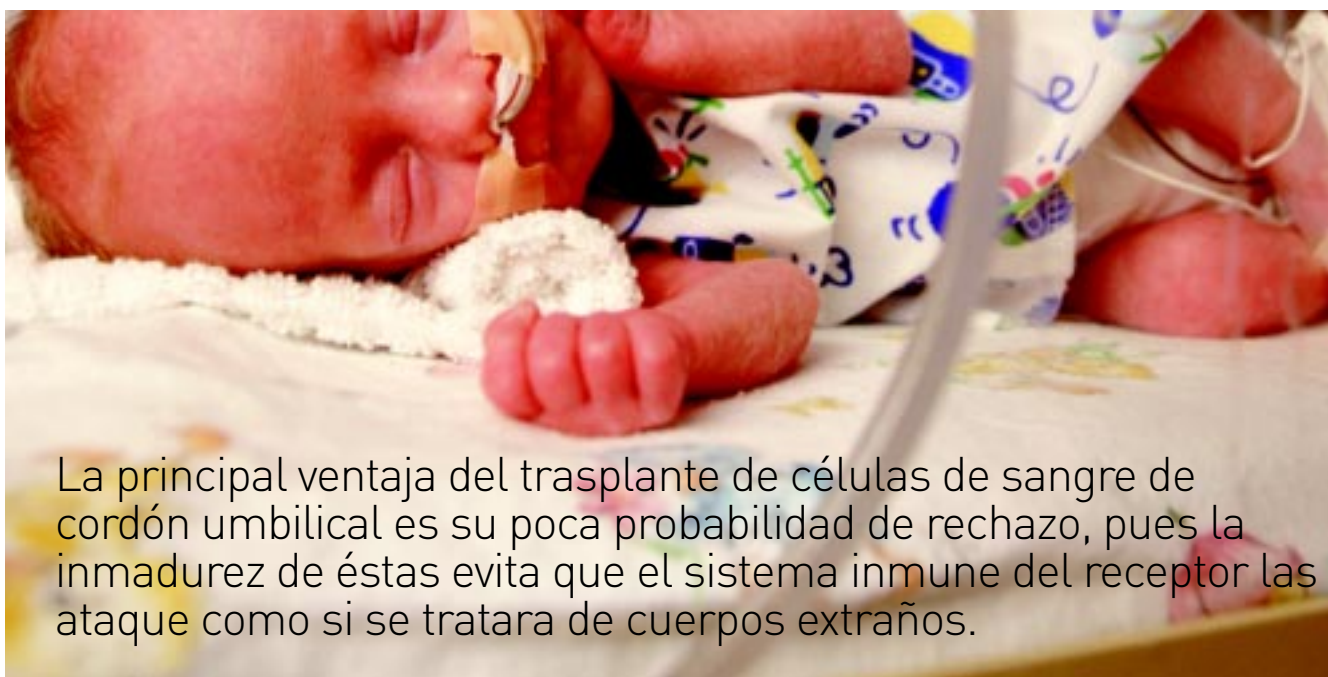


Fotografías de archivo

El banco cuenta con capacidad para almacenar la sangre de más de tres mil cordones y en sus primeras semanas de funcionamiento ha recibido alrededor de 60 unidades. Para aclarar un poco el alcance de esta cifra, el doctor Marín comenta que en el mundo se ha congelado la sangre de alrededor de 72 mil cordones, de los cuales se han reportado como trasplantados más o menos el 5%.

Además, el banco del Centro Nacional de la Transfusión Sanguínea cuenta con dos tipos de donantes para trasplantes: los *autólogos* (en los que el paciente recibe sus propias células) y los *no emparentados* (por donación altruista); de los primeros se han recibido seis y de los otros 54. “Contamos con tres unidades maternas dentro de nuestro programa de donde recibimos las donaciones altruistas de los cordones: los hospitales Juárez, de la Mujer y General de México, todos de la Secretaría de Salud. Las células de los cordones autólogos estarán disponibles por diez años, después de lo cual formarán parte del inventario del CNTS y de la red internacional Netcord. Así, la sangre de este cordón puede utilizarse en una persona que lo necesite. Claro, siempre se le informa a los padres esta situación”, aclara el doctor Marín.

El proyecto del banco de células de sangre de cordón umbilical nació en el 2000: “Desde el inicio de esta administración planteamos las necesidades e iniciamos los preparativos y presupuestos. En 2001 escribimos un protocolo y al siguiente año se vio que era viable. En forma paralela, capacitamos al personal necesario, adecuamos instalaciones y adquirimos el equipo necesario. En junio



La principal ventaja del trasplante de células de sangre de cordón umbilical es su poca probabilidad de rechazo, pues la inmadurez de éstas evita que el sistema inmune del receptor las ataque como si se tratara de cuerpos extraños.

Fotografía de archivo

de este año lo pusimos en marcha”, nos comenta el doctor Marín.

Por otro lado, el Seguro Social ya ofrece a sus derechohabientes el servicio de congelamiento de células de sangre de cordón. El Hospital Universitario de la Universidad Autónoma de Nuevo León (UANL) cuenta también con un banco, que funciona de manera similar al del CNTS. Hasta hoy, en México se han realizado alrededor de 30 trasplantes de células madre de sangre de cordón en hospitales como el Centro Médico Siglo XXI o el Hospital Gabriel Mancera.

¿Es para todos?

El consentimiento materno es indispensable para la recolección de la sangre de cordón, por lo que es importante que los padres tomen la decisión de congelar las células de la sangre de cordón antes del quinto mes del embarazo, con el fin de establecer la historia materna y familiar, y para descartar infecciones o enfermedades de la madre que se puedan transmitir con el trasplante.

“No todas las mamás pueden donar la sangre de sus cordones. Tenemos los mismos requisitos que para los donadores de sangre, además, la mujer debe estar saludable, tener un embarazo normal, y no contar con antecedentes de enferme-

dades infecciosas o contagiosas”. Así, una mujer portadora del virus de hepatitis B o del VIH o que ocho días antes del parto tuvo una infección, no puede donar.

Todos estos factores de exclusión se detectan durante un interrogatorio a la madre por parte del ginecólogo antes del parto, con el fin de evitar un periodo prolongado en el que ocurra un incidente que ponga en riesgo la muestra. “Esto nos permite tener más seguridad de recibir un cordón en buen estado. Pero sobre todo, que la mamá esté informada”, enfatiza el doctor Marín.

Para más información llame al Centro Nacional de la Transfusión Sanguínea, ubicado en Othón de Mendizábal 195, colonia Zacatenco, Delegación Gustavo A. Madero, en el Distrito Federal; teléfonos 5119-4620 al 28, extensión 115, y al 01-800-366-2636, larga distancia sin costo. También puede visitar su página en Internet: www.ssa.gob.mx/unidades/cnts En la ciudad de Monterrey comuníquese al banco del Hospital de la UANL al (0181) 8348-8510. 📞

Fuentes entrevista con el doctor Antonio Marín López, director del Centro Nacional de la Transfusión Sanguínea (CNTS) y del Banco de Sangre de Cordón Umbilical del CNTS; con la maestra en ciencias Diana Pier Gray, directora médica de la empresa privada Banco de Cordón Umbilical, y con Griselda Vázquez, directora de Alpha Cord • comunicación personal con el doctor David Gómez Almaguer, investigador de la Universidad Autónoma de Nuevo León (UANL) • “Whose blood is it, anyway?” de Ronald M. Kline, en *Scientific American*, agosto, 2001.

Bajo la ley

En México, la Comisión Federal para la Protección Contra Riesgos Sanitarios (Cofepris), de la Secretaría de Salud, es la responsable de otorgar autorizaciones y de establecer los requisitos para otorgar licencias sanitarias y avisos de responsable a los bancos de sangre de cordón, así como la internación y salida del país de unidades de sangre de células madre.

Actualmente se encuentra en revisión el proyecto de modificación de la norma oficial mexicana **NOM 003-SSA2-1993 Disposición de sangre humana, sus componentes y células progenitoras hematopoyéticas con fines terapéuticos**. En caso de ser aprobada, esta norma regulará todo lo relacionado con las células madre de cualquier origen: sangre periférica, cordón y médula. Además, establecerá los lineamientos técnicos, el perfil de los responsables y todo lo que se requiere para la operación de bancos de sangre (con o sin disposición de células madre) y servicios de transfusión.

Fuente doctora Xóchitl Terán, directora de Normalización del Centro Nacional de transfusión Sanguínea (CNTS).

Para darle un mejor servicio

- Información
- Orientación
- Quejas
- Denuncias
- Suscripciones
a la Revista del
Consumidor
- Comunicación
con la TV
Revista del
Consumidor y
El cuarto del
consumo
- Correo de voz
- Atención
personalizada

En el Teléfono del Consumidor

5568-8722

01-800-468-8722

**Con 60 líneas a su
disposición las 24 horas,
todos los días del año.
Porque usted tiene el
poder... Profeco lo
respalda.**



Devoradores de energía



Muchos de los aparatos eléctricos que tenemos en nuestro hogar, sólo por permanecer conectados al circuito de alimentación eléctrica, consumen energía aun cuando están apagados. Esto puede generarle un incremento en su recibo de luz de hasta un 11%. Evite este desperdicio.

El consumo pasivo de energía (también conocido como energía de espera, energía de reposo, modo inactivo, modo dormido o energía de desperdicio) es una función que poseen muchos aparatos electrodomésticos; así, sólo por estar conectados a la línea de alimentación eléctrica, éstos continúan consumiendo energía aun cuando no están desempeñando su función principal,

En diferentes estudios realizados en varios países desarrollados se ha encontrado que para el sector residencial el rango del consumo energético por concepto de energía de espera oscila entre el 5 y el 11% del consumo total; lo que en cada hogar equivale a tener un foco de 60 watts permanentemente encendido.

Algunos de los equipos que permanecen conectados las 24 horas del día tienen consumos continuos de energía que, en muchas ocasiones, llegan a ser mucho mayores que los que se dan por el uso efectivo o real del equipo. Esta energía desperdiciada contribuye significativamente a la contaminación del aire y a los incrementos en su recibo de luz.

¿Quiénes son los culpables?

Actualmente, el consumo de energía de espera pocas veces se tiene en cuenta, ya que unos cuantos watts por equipo parecen insignificantes. Sin embargo, se trata de un consumo continuo, acumulativo y sin utilidad. De esta manera, la tendencia hacia un mayor equipamiento electrónico de los hogares mexicanos provoca que la cantidad y diversidad de aparatos, con comportamientos energéticos similares, consuman innecesariamente grandes cantidades de energía eléctrica.

Esta problemática, relativamente nueva, es desconocida por la mayoría de los consumidores. Pocos saben que ciertos aparatos electrodomésticos, al permanecer conectados a la línea de electricidad, consumen casi la misma cantidad de energía apagados o funcionando.

Así, en cada hogar hay de tres a diez cargas permanentemente conectadas. Los minicomponentes, la televisión, la videocasetera, los hornos de microondas y los decodificadores de televisión por cable generalmente permanecen en los hogares conectados a la línea de electricidad las 24 horas del día. La suma del consumo anual de energía en espera de estos equipos en nuestro país representa el consumo promedio de electricidad de un mes en un hogar mexicano.



Identifíquelos

En muchos casos es difícil determinar si un aparato consume energía mientras está conectado, puesto que no cuenta con alguna señal o indicador, por lo que la única manera de estar seguro es realizar una medición eléctrica con un watímetro. Sin embargo, las siguientes pistas pueden ayudarlo a identificar aquellos equipos que muy probablemente consumen energía de espera:

- Si cuentan con un dispositivo de control remoto.
- Cuando tienen una fuente de poder o unidad externa de suministro de energía (por ejemplo, el cargador de su teléfono celular).
- Si tienen pantalla digital (la poseen, entre otros aparatos, videocaseteras, y microcomponentes).
- Cualquier aparato que utilice baterías

recargables (laptops, teléfonos inalámbricos).

- Si está caliente cerca del contacto cuando el equipo está apagado.
- Cuando el aparato no cuenta con interruptor de apagado.

Es muy sencillo disminuir los consumos fantasmas o innecesarios de estos equipos: sólo hay que procurar reducir el tiempo de operación en cualquiera de los modos de apagado con consumo de energía. Esto se puede lograr desconectando el aparato, o utilizando un interruptor manual o un multicontacto, con el cual se puede cortar la corriente de suministro al apagar el interruptor. 



Fotografías de archivo
Fuente Consejo Nacional para el
Ahorro de Energía (Conae)

Celebre sin deudas

vigile sus gastos



Las vacaciones, las posadas, las reuniones familiares, la compra de regalos y muchos gastos más están a la vuelta de la esquina, así que aún está a tiempo de planear sus gastos para comenzar bien el año.

A la mayoría de las personas les parece que planear los gastos es tedioso y difícil, sin embargo, hacerlo es muy útil para pagar las posibles deudas y mejorar la situación económica. Enseguida le damos algunos consejos fáciles de seguir.

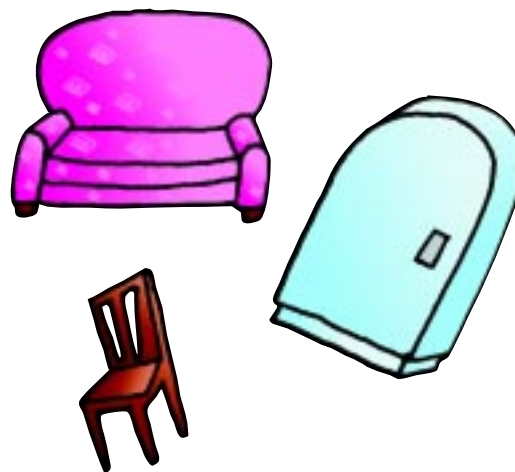
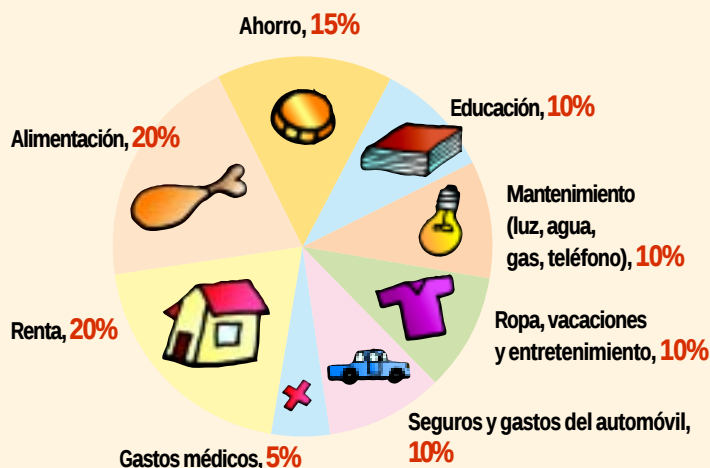


Organice una reunión familiar. La opinión de todos los miembros de la familia es muy importante. Si entre todos deciden cuáles son los gastos y necesidades más inmediatas, podrán organizar de una mejor manera el presupuesto. Tal vez para usted es urgente cambiar los muebles desvencijados de la sala y el comedor, pero entre todos llegan a la conclusión de que sería mejor destinar ese dinero a otro fin, todo depende de la cantidad disponible.



Distribuya el ingreso familiar

Aunque la planeación de cada familia depende de sus objetivos, los porcentajes asignados al presupuesto familiar deberán distribuirse de la siguiente forma:



Pague sus deudas. Seguramente usted y su familia son consumidores inteligentes y saben que las deudas generan intereses. Las tarjetas de crédito, por ejemplo, tienen tasas de interés muy altas, que incluso lo pueden llevar a pagar más de doble en relación con lo que pagaría de contado. Haga cuentas y decida.

Aprenda a usar correctamente las tarjetas de crédito. Pagar con tarjeta de crédito, así sea un lápiz, es pedirle un préstamo al banco, que si no puede pagar a los 30 días, se convierte en una deuda creciente. La modalidad "meses sin intereses" puede ser una buena opción siempre y cuando pague a tiempo la mensualidad, de lo contrario, tendrá que pagar más: en cuanto hay un retraso se cobran intereses e IVA, y ¿qué cree?, ¡tendrá otra deuda!



"Acordeón" de tarjetas. Si no puede dar un paso sin su acordeón de tarjetas de crédito comenzará a adquirir la mala costumbre de pagar todo con ellas. Cuando se paga en efectivo y el dinero se agota ya no hay nada que hacer. En cambio, cuando se paga con tarjeta parece que uno no se da cuenta (aunque en realidad es un autoengaño) de cuánto dinero está desembolsando.



Controle sus gastos. Cuando los gastos sobrepasan los ingresos no hay de otra más que reducir los gastos o aumentar los ingresos. Y la primera opción es más fácil. Hay varias formas de disminuir sus gastos sobre todo en esta temporada navideña. Por ejemplo, las comidas en restaurantes suelen ser costosas; procure organizarlas en casa. No gaste en cosas superfluas o inútiles...

El mejor regalo se elige con amor. Una parte importante del aguinaldo se destina a la compra de regalos, sin embargo, seleccionar un regalo para un ser querido o un buen amigo es más fácil porque no hay que adivinar cuáles son sus gustos y sus necesidades. Comprar empujado más por el compromiso que por el aprecio obliga a gastar más dinero. No derroche dinero para demostrar aprecio.

Toda temporada es idónea para vivir en armonía con la familia, los amigos, los vecinos. Así que piénselo bien, y llegará a la conclusión de que no es necesario participar en cuanto intercambio de regalos lo inviten, de comprarle una jaula al perico de su vecina, etcétera.



El aguinaldo y sus derechos

Todos los trabajadores sujetos a una relación de trabajo subordinada, ya sea mediante contrato de planta o eventual, tienen derecho a recibir su aguinaldo. Por su parte, los patrones tienen la obligación de pagar a sus trabajadores dicha percepción, como lo establece el artículo 87 de la Ley Federal del Trabajo.

La Procuraduría para la Defensa del Trabajo (Profedet) es la institución que asesora y representa legalmente al trabajador para solucionar conflictos laborales, garantizando sus derechos. Para obtener asesoría vía telefónica desde cualquier lugar de la República Mexicana marque el 01-800-717-2942; en el Distrito Federal y área metropolitana marque 5134-9800. Todos los servicios son gratuitos.

Anote sus gastos. Una fórmula muy sencilla es anotar todos los gastos que realiza; al final del día se sorprenderá de la cantidad de cosas que paga sin darse cuenta.

Por todo lo anterior, poder celebrar el año nuevo sin la presión de las deudas será un gran logro! 🎉

Ilustraciones Mónica Miranda
Fuentes Comisión Nacional para la Protección y Defensa de los Usuarios de Servicios Financieros (Condusef)
www.condusef.gob.mx • www.itesm.mx/dacs/publicaciones/prov/c7/exaula/exalvarez/html

Quién es quién en los precios

Captamos semanalmente los precios de cientos de productos en una amplia red de establecimientos en 23 ciudades del país, para que usted pueda comprar mejor.

Consulte la información de
Quién es Quién en los Precios:

- Llamando al Teléfono del Consumidor: 5568-8722
- Visitando nuestra página electrónica: www.profeco.gob.mx
- Solicitando un ejemplar gratuito del folleto en las delegaciones Profeco del área metropolitana

Además, con nuestro nuevo Sistema Interactivo, en Internet, arme su canasta básica y vea en qué establecimiento de la Ciudad de México ahorrará más.

**Para ahorrar y comprar mejor,
¡compare precios!**

Haz de tus juguetes un gran regalo

La Navidad se acerca y seguramente esperas con entusiasmo las vacaciones, las fiestas y los regalos. Pero, ¿alguna vez has pensado que no todos los niños celebran con regalos las fiestas navideñas? ¿Qué te parece si compartes con ellos tus juguetes?



Ilustración: Mónica Miranda

Por Alejandra Sánchez Plascencia

Desde que eras bebé comenzaste a descubrir lo divertido que era jugar con tus manos, tu sabanita, una sonaja y, poco a poco, a medida que fuiste creciendo, aprendiste a crear historias fantásticas, a convivir con tus hermanos y amigos, a desarrollar tus habilidades.

Hay juegos en los que no necesitas un juguete y que son divertidísimos, como las "escondidillas", ¿a poco no te reíste

mucho cuando no encontraban a uno de tus amigos porque se quedó dormido en su escondite?

También hay juegos en los que con algo tan simple como una pelota te puedes divertir durante horas y horas. Por cierto, ¿te ha pasado que el dueño de la pelota se enoja porque no anotó gol y se la lleva, a la mitad del juego? No se vale, ¿verdad? Entonces estarás de acuerdo

con nosotros en que el juego y compartir tus juguetes con otros niños es muy importante. ¿Cómo hacerle?

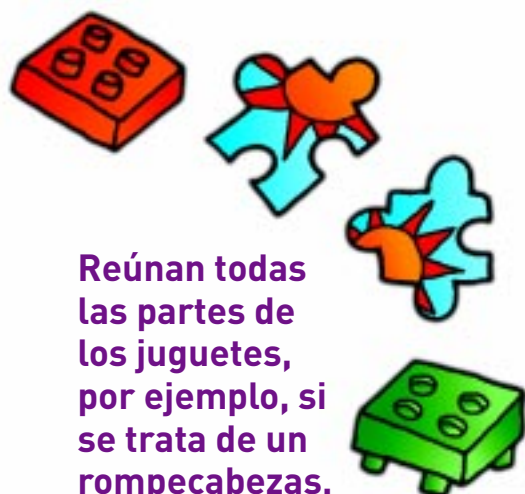
Compartir es la clave

Para empezar, plática con tus papás y tus maestros para que te ayuden a elegir el lugar a donde pueden llevar los juguetes que reúnan. Después, invita a tus amigos a seguir el siguiente plan:

Ordenen sus juguetes, guarden los que aún les agraden y separen aquellos que ya no usan.



Recuerda que...
Los juguetes que vas a donar son un obsequio, y no un pretexto para deshacerte de ellos.

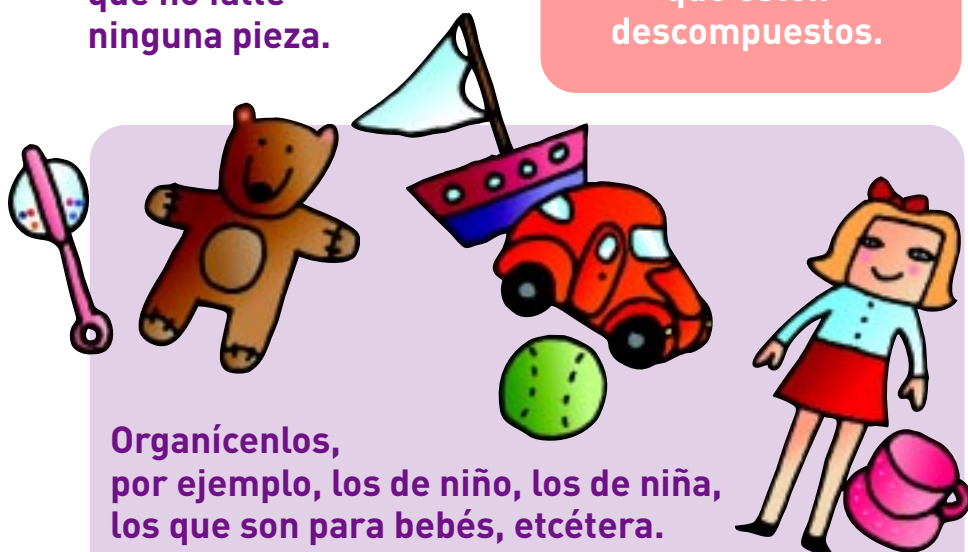


Reúnan todas las partes de los juguetes, por ejemplo, si se trata de un rompecabezas, es importante que no falte ninguna pieza.



Limpien los juguetes y, en caso necesario, pidan ayuda a sus papás o hermanos mayores para que les ayuden a reparar los que estén descompuestos.

No se vale regalar juguetes maltratados, sucios o inservibles.



Organícenlos, por ejemplo, los de niño, los de niña, los que son para bebés, etcétera. Ahora viene lo mejor, llevar los juguetes a los niños que los van a recibir.

¿Verdad que no es difícil? Además, te aseguramos que compartir tus juguetes será una experiencia inolvidable. Con este acto tan sencillo, ¡haz que la Navidad de otros niños también sea feliz!

Envíenos sus experiencias relacionadas con la contratación de servicios y la compra de productos a Av. José Vasconcelos 208, piso 14, colonia Condesa, C. P. 06140, México, D. F., o a rconsumidor@profeco.gob.mx

Inova promete las estrellas y nada

El pasado mes de abril llamé a la empresa Inova para comprar dos paquetes de Astro Diet, a 299 pesos cada uno. Me dijeron que depositara el total de la compra en una cuenta de Bital a nombre de Tecno-boss, S. A. de C. V., y que en 15 días recibiría mis productos.

Pasó el tiempo y nada. Cuando volví a comunicarme para que me explicaran por qué no me habían entregado mi compra, me dijeron que debía pagar 100 pesos más por gastos de envío. En teoría, después de realizar el depósito correspondiente me enviarían mis dos paquetes de Astro Diet.

Hasta la fecha no he recibido nada, y cuando llamo a Inova para preguntar qué es lo que está pasando, me dan un número telefónico donde supuestamente atienden todos los problemas de envío. Claro que en ese número jamás contesta nadie.

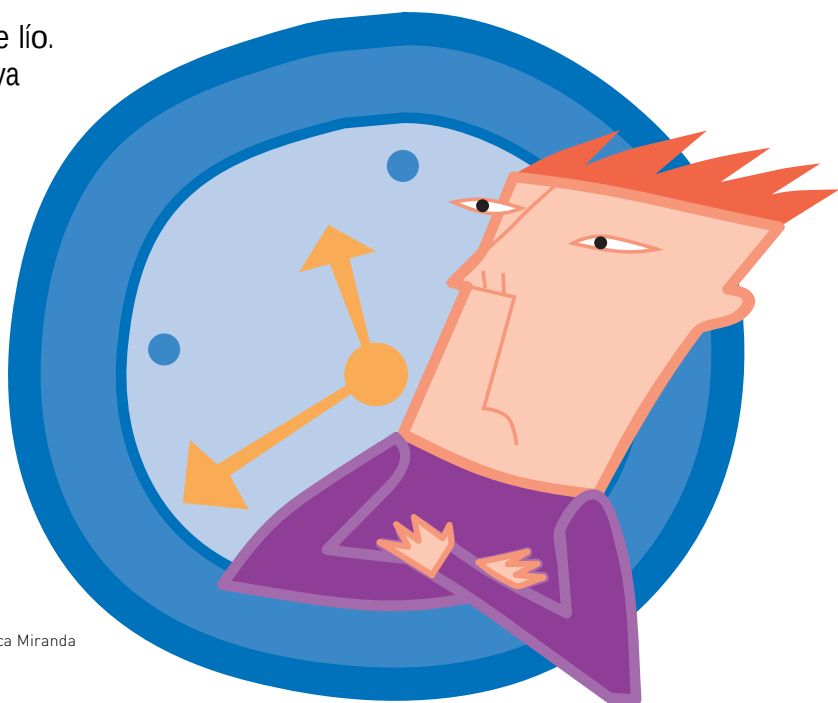
Me gustaría pedirles que me ayudaran en este lío. Lo que me interesa es recuperar el dinero que ya deposité.

De antemano, muchas gracias.

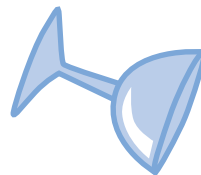
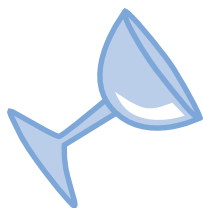
Óscar Rodríguez Aparicio
Oaxaca, Oax.

La Ley Federal de Protección al Consumidor establece que el proveedor tiene la obligación de respetar los precios, fechas, características y demás términos bajo los que se haya comprometido a entregar el bien o prestar el servicio.

Si Inova continúa negándose a cumplir con la entrega de sus paquetes de Astro Diet, la misma ley establece su derecho a formalizar su queja contra esta empresa ante Profeco. Para tal efecto, hemos remitido su inconformidad a la delegación Profeco Oaxaca, ubicada en Heroico Colegio Militar 1109, colonia Reforma, a fin de que usted reciba la asesoría correspondiente y el personal de esa delegación busque la solución que más lo beneficie.



Ilustraciones Mónica Miranda



Bebidas que "pegan"

Les escribo porque soy asiduo cliente de un bar llamado El Marqués, que se encuentra ubicado en la calle de Coahuila, en la colonia Roma de la Ciudad de México. Todos los viernes, los consumidores pagamos 140 pesos por entrar al lugar y disfrutar de 5 copas nacionales.

Desde hace un tiempo comencé a sentirme mal después de tomarme esas bebidas, pues me "pegaban" muy rápido y sufría mucho malestar durante la noche. Esta situación me pareció muy extraña, ya que siempre me mantengo ecuánime, aun a pesar de haberme tomado algunos tragos.

Otros amigos que visitan el lugar me han comentado que les sucede lo mismo, aun cuando toman sólo refresco. Esto me hace sospechar que las bebidas están adulteradas o que el hielo contiene alguna sustancia extraña.

Acudo ante ustedes porque quiero denunciar este hecho.

Luis Ibáñez

Uno de los principios básicos de la Procuraduría Federal del Consumidor es la protección de la vida, la salud y la seguridad del consumidor contra riesgos provocados por prácticas que pudieran resultar lesivas tanto en el abastecimiento de productos como en el de servicios.

Por tal motivo, la denuncia que usted tuvo a bien enviarnos mediante correo electrónico, ha sido canalizada a la Dirección General de Verificación y Vigilancia de esta institución, para que personal debidamente autorizado visite este bar y realice la verificación con respecto al comportamiento comercial del establecimiento.

Falsas promociones

Les escribo porque quiero exponerles mi queja contra Comercial Mexicana Aragón. Resulta que el pasado 15 de julio fui a esta tienda con la intención de comprar un paquete que, según el letrero de promoción, incluía una estufa y una campana.

Le pedí a la encargada que me mostrara la campana y que me diera la nota para pagar en la caja. Ella me respondió que el paquete no incluía la campana, sólo la estufa. Esta situación me molestó muchísimo, por lo que decidí no comprar nada, no sin antes decirle a la empleada que los denunciaría con Profeco.

Pongo mi caso a su consideración, y espero recibir su asesoría.

Ing. Carlos C. Hernández Mendoza
Distrito Federal

Todo proveedor tiene la obligación de respetar las promociones que ofrece. El artículo 50 de la Ley Federal de Protección al Consumidor establece que, en caso contrario, el consumidor podrá optar por exigir que el proveedor cumpla, aceptar otro bien equivalente o rescindir el contrato; además, tendrá derecho a exigir el pago de daños y perjuicios.

A pesar de que en su caso no existe relación contractual porque usted no efectuó la compra, hemos recibido su denuncia por el incumplimiento de las promociones que ofrece Comercial Mexicana Aragón, la cual ha sido canalizada al área de Verificación y Vigilancia para que se lleve a cabo el procedimiento que permita sancionar a la tienda.



Noviembre

Según el calendario gregoriano, el origen de noviembre, nombre del undécimo mes del año, es el término latino *novembrem*, cuyo significado literal es "novenio (mes)", de *novem*, "nueve". Recordemos que hasta 153 a. C., aproximadamente, el antiguo año romano empezaba en marzo, por lo que noviembre –al igual que septiembre (siete), octubre (ocho) y diciembre (diez)– conservó este nombre aun después de volverse el undécimo mes.



Día Internacional para Erradicar la Violencia contra las Mujeres

Con la esperanza de que "un creciente movimiento mundial ponga fin a una trágica epidemia que devasta la vida de mujeres y niñas, fractura comunidades y es una barrera para el desarrollo en cada país", la ONU eligió el 25 de noviembre como Día Internacional para Erradicar la Violencia contra las Mujeres, y reiteró que el concepto "violencia contra las mujeres" se refiere a los actos que causan daño físico, sexual o psicológico, ya sean públicos o en la vida privada.

En las guerras recientes, la violación, el más universal de los delitos no castigados de todos los tiempos contra la mitad de la población de la Tierra, ha devastado a mujeres y niñas y a sus familias. La cuarta parte de las mujeres del mundo son violadas y, dependiendo del país, de 25 a 75 por ciento de las mujeres son golpeadas de manera regular en su hogar. Por sí fuera poco, más de 120 millones de mujeres han sufrido mutilación de sus genitales.

Se eligió esta fecha porque en 1960 las hermanas Patria, Minerva y María Teresa Mirabal, debido a sus actividades contra la dictadura del general Rafael Leónidas Trujillo, entonces gobernante de la República Dominicana, fueron asesinadas por órdenes de éste.



Día de Muertos

Una de las celebraciones más importantes para los mexicanos es el Día de Muertos, fiesta de raíces prehispánicas que se mezclaron con elementos cristianos, el día 2 de noviembre. A partir de la creencia de que en esta época del año las almas de los muertos nos visitan, en la región central del país se celebra este día mediante altares y ofrendas dedicados a los muertos. La ofrenda, adornada con papel picado y flores de cempasúchil, incluye la comida y bebida favoritas del difunto. Las calaveras de azúcar representan a cada uno de los difuntos, a quienes se les guía con veladoras en su camino rumbo a la ofrenda. Esa noche, los cementerios semejan romerías debido a la gente que visita la tumba de sus muertos llevando flores y cantos.

Efemérides

01 Día de Todos los Santos. En el año de 1937 fue creada la Secretaría de la Defensa Nacional.

04 En 1571 se establece la Inquisición en México. En 1946 entra en funciones la UNESCO (Organización para la Educación, la Ciencia y la Cultura de la ONU).

06 En 1911 Francisco I. Madero asume la presidencia de la República.

En 1970 muere en la Ciudad de México el músico poeta Agustín Lara.

Día Internacional de las Naciones Unidas para evitar la explotación del medio ambiente durante la guerra y los conflictos armados.

07 Día del ferrocarrilero.

12 Día del cartero y del empleado postal mexicano. En 1651 nace Juana de Asbaje y Ramírez de Santillana, conocida como Sor Juana Inés de la Cruz, también llamada la Décima Musa; murió el 17 de abril de 1695.

14 Día Mundial de la Diabetes, que se celebró por primera vez en 1991 dado el creciente número de diabéticos en el mundo.

16 Día internacional de la tolerancia (instituido por la UNESCO).

18 En 1825 se rinde la fortaleza de San Juan de Ulúa, última posesión española en América.

20 En 1910 comenzó la Revolución Mexicana, cuando Madero inicia la lucha armada a las seis de la tarde. Día universal de los niños (instituido por la UNICEF).

22 Día del músico. En 1963 asesinan a John F. Kennedy, presidente de Estados Unidos.

23 En 1883 nace el muralista mexicano José Clemente Orozco. En 1973 muere en la Ciudad de México el compositor José Alfredo Jiménez.

23 Día de la Armada de México.

24 Muerte del pintor Diego Rivera, en 1957.

Domingo

Lunes

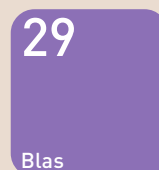
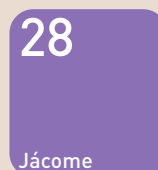
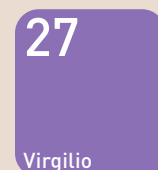
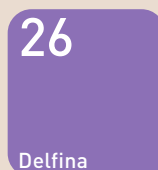
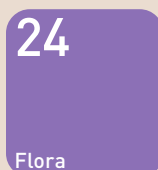
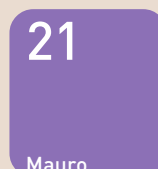
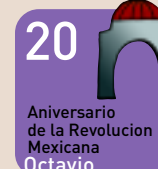
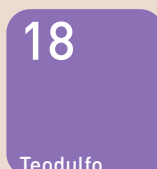
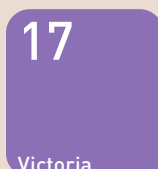
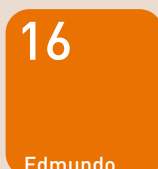
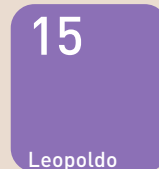
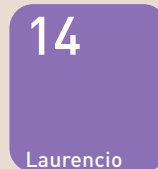
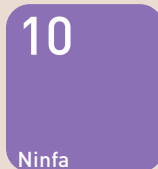
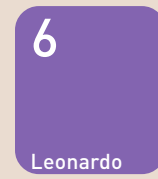
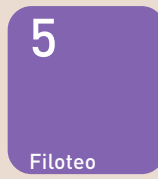
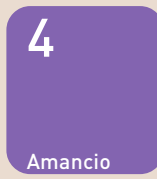
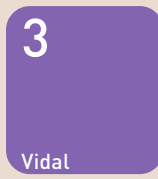
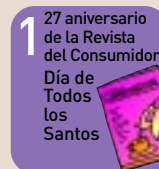
Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado



Feria Internacional del Libro de Guadalajara (FIL)

Organizada por la Universidad de Guadalajara, esta feria es el mayor suceso del mundo en publicaciones en español. Cada año, en sus pasillos se adquieren libros, derechos de autor y de traducción, y se actualizan los conocimientos sobre las nuevas tecnologías alrededor de la producción de libros. La FIL también es una ventana por donde los lectores de Jalisco y de todo el país tienen oportunidad de asomarse a una oferta editorial muy amplia y diversa. Este año la FIL cumple su XVII aniversario, y se celebra del 29 de noviembre al 7 de diciembre.

Frutas y verduras del mes



Jitomate (todo el año)

En nuestro próximo número

Amenice sus fiestas

Si piensa comprar un mini o microcomponente para ambientar sus fiestas de fin de año, antes de decidirse échele un ojo a este estudio de calidad, y sepa cuál de estos aparatos sí aguantará el ritmo de todas sus pachangas.



Fotografía Juan José Morín

Canasta básica

El programa *Quién es quién en los precios* se dio a la tarea de descubrir cuáles son las tiendas de autoservicio que le ofrecen los mejores precios para surtir la lista del súper. Conozca los resultados.



Fotografía de archivo

¿Curados o cocidos?

Los expertos de nuestro laboratorio se pusieron a degustar las principales marcas de jamón serrano y salami. Descubra en este estudio cuáles de ellos son los mejores para deleitar el paladar de su familia e invitados.



Fotografía Juan José Morín

Sólo para mujeres

El cáncer de seno es uno de los temores más grandes de cualquier mujer. Afortunadamente, hace pocos meses salió al mercado una prueba de laboratorio que puede detectar, en una muestra de sangre, la propensión a padecer cáncer. Aquí le comunicamos todos los pormenores.



Fotografía de archivo

Autos usados

Antes que endrogarse con un crédito o un autofinanciamiento para adquirir un auto nuevo, muchas personas prefieren comprar un auto usado en buenas condiciones. En este artículo le decimos los pro y los contra de hacerse de un auto usado, así como todos los aspectos que debe de considerar para encontrar el que más le convenga.



Fotografía de archivo

La *Revista del Consumidor*, publicada mensualmente por la Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco), está destinada a informar y a orientar sobre temas de consumo. Información sobre suscripciones, ventas y contratación de espacios para mensajes institucionales en el teléfono 5553-0574. El contenido de los artículos firmados no necesariamente refleja la opinión de la revista ni de Profeco: se incluyen a partir de nuestros principios editoriales de búsqueda de pluralidad y diálogo entre corrientes de opinión. Está permitida la reproducción de los estudios del Laboratorio y/o los análisis de precios en cualquier otro medio que apoye la intención de informar a grupos más amplios de la población. No se autoriza la utilización de la información publicada en la revista con fines publicitarios o comerciales.

Los análisis de precios y los sondeos de preferencias de los consumidores se publican como una referencia válida para las fechas indicadas en cada caso y son independientes de las acciones de verificación y otras que Profeco lleve a cabo en el cumplimiento de sus funciones.

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, con el número PP09-0336. Características 218621140. Distribución nacional. Impreso en los Talleres Gráficos de México, Canal del Norte 80, colonia Felipe Pescador, C. P. 06280, México, D. F. Editora responsable: Mónica Braun. Tiraje: 80,000 ejemplares.

En la TV Revista del Consumidor

**nos modernizamos
para darte un
programa de
mayor calidad**

Sintoniza **TV Revista del Consumidor** que se transmite en el Distrito Federal y área metropolitana por los canales 2, 4, 5, 7, 9, 11, 13, 22 y 40.

Busca nuestra programación en cartelera, en especial la de RTC: "TV Revista del Consumidor".

Y los domingos a las 10:00 hrs. por el canal del congreso en la televisión por cable.

Haz el programa con nosotros: déjanos tus sugerencias y recomendaciones en el correo de voz del Teléfono del Consumidor (5568-8722); larga distancia sin costo al 01-800-468-8722.

¡Y escúchate!

Recuerda que transmitimos en 220 estaciones de radio y 60 de TV en todo el país, por lo que no es posible dar la programación completa en este espacio: nuevamente te pedimos que consultes la cartelera.



Profeco

Procuraduría Federal del Consumidor



Automóviles en México

Por Leonardo Huerta

Venta de automóviles

1982: 300,579

1994: 416,607

1995: 143,758

2002: 714,070

Marcas comercializadas

desde 1980 hasta 1994:

Ford, General Motors,

Chrysler, Volkswagen

y Nissan

Automóvil más caro en

2003: Ferrari 456 GTA
(374,300 dólares, es decir,
4 millones 117,300 pesos
aproximadamente)

Primeras marcas de automóviles

establecidas en México: Ford (1925),
General Motors (1937) y Chrysler (1938)

**Marcas de
vehículos en
el mercado
en 2003: 28**

Automóviles más económicos en 2003:

Atos \$ 69,400 y
Chevy Joy \$ 69,900

**Autos
Porsche
vendidos
durante 1999
y 2000: 18**

**Porcentaje de
autos
importados
vendidos
en 1994: 20
en 2003: 54**

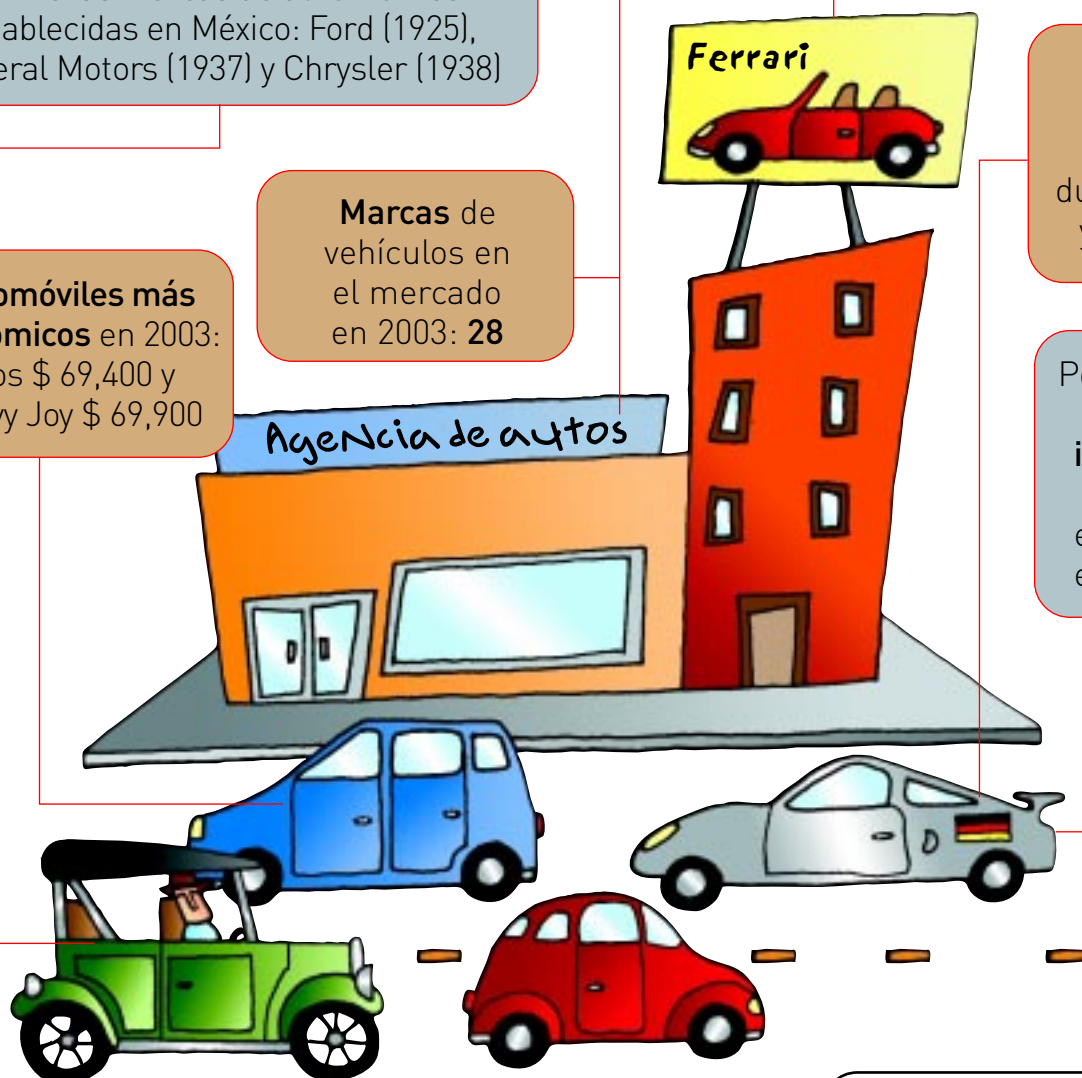


Ilustración Mónica Miranda

Fuente Guía EBC. El libro azul, enero de 2003 y julio de 2003 • "Ventas menudeo históricas: 1992-2002", Asociación Mexicana de distribuidores de Automotores



Exhibir hasta el 30 de noviembre de 2003