

¡OH, BLANCA NAVIDAD!
Festeja y regala en verde

¿MARATÓN GUADALUPE-REYES?
Cuídate de los excesos decembrinos

CELEBRA SIN ACCIDENTES
Calor de hogar, no incendios

Revista del **Consumidor**

revistadelconsumidor.gob.mx

@r_consumidor

Estudio de calidad

Impresoras y multifuncionales

Todo lo que debes saber para elegir la mejor



LABORATORIO PROFECO REPORTA **DETERGENTES EN POLVO**

Distingue
cuáles
son más que
pura
espuma



Lee las etiquetas...
...para saber lo que
te llevas a casa

**Tecnología
doméstica Profeco**
Aprende a elaborar
velas decorativas



El Platillo Sabio Profeco ideal para tu cena navideña:

Rollo hojaldrado de romeritos con mole
Sabor para quitarte el frío

Diciembre de 2012 Núm. 430 \$25
75 0 99 9 70 7 8 3 4 00 4 3 0
Exhibir hasta el 31 de diciembre ISSN 0188-8874



Las apps del consumidor inteligente

Descárgalas para comparar, ahorrar, informarte y hacer valer tus derechos



Quién es Quién en los Precios

- Tendrás a tu disponibilidad los **precios** de más de **2000 productos**, para que compares entre establecimientos antes de hacer tu compra y ahorres sin necesidad de ofertas.
- Presupuesta tu **lista de súper**, así sabrás dónde comprar más barato.



Quejas y denuncias

- Levanta una queja contra un proveedor **sin ir a la delegación**.
- **Denuncia**, de forma **anónima**, desde el lugar mismo en que te encuentras.
- **Califica a los proveedores** y consulta los comentarios de otros consumidores sobre el servicio o establecimiento que te interesa.



Revista del Consumidor

- **Descarga en tu tableta** el número completo de la **Revista** mes con mes.
- Incluye **contenidos multimedia** adicionales.
- La información para un **consumo inteligente** ahora es **digital**.

Búscalas en los sistemas

iOS y Android



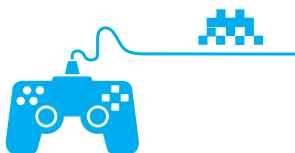
Sumario

40

EL LABORATORIO
PROFECO REPORTA:



Del
"CHACA-CHACA"
A LA "TECNOLOGÍA
DE PUNTA"
en el lavado



05 ÉSTA ES TU VOZ

Tú preguntas, **Profeco** responde

06 INFOGRAFÍA

¡Oh, blanca-verde Navidad!

09 CONSUMO CULTURAL

Festividades mexicanas, patrimonio nuestro

10 CONSUMO EN EL MUNDO

Dime dónde vives y te diré qué consumes

12 CONSUMO EN LOS ESTADOS

Estado de México, tan cerquita del cielo

17 QUÉ HACER SI...

No respetan tu pasaje de avión

18 CONSUMO ENERGÉTICO

Combustibles para sistemas de calefacción doméstica

21 TIPS DEL CHEF

Saca tus manteles largos sin alargar el presupuesto

22 SALUD Y NUTRICIÓN

Blanca, segura y saludable Navidad

24 FINANZAS PERSONALES

6 formas de aprovechar tu aguinaldo

28 CONSUMO 2.0

Apps: herramientas para la nueva era

30 SEGURIDAD DE PRODUCTOS

Prende tus luces (de alerta) en diciembre

35 PUBLICIDAD ENGAÑOSA

¡Navega seguro! No te ahogues con ciberengaños

38 TECNOLOGÍA DOMÉSTICA PROFECO

Velas de molde decorativas

66 RADIOGRAFÍA

Y tú, ¿revisas las etiquetas
de los productos que compras?

72 TENDENCIAS DE CONSUMO

Juegos en línea: una historia de niveles infinitos

77 DELEGACIONES PROFECO

Encuentra la delegación más cercana a tu domicilio

78 PEQUEÑOS CONSUMIDORES

No quiero oro, no quiero plata...

80 EL TURNO DE...

Carla Morrison, consumidora y ganadora
del Grammy Latino



54

ESTUDIO DE CALIDAD:

**IMPRESORAS
Y EQUIPOS
MULTIFUNCIONALES**
de inyección de tinta



De las páginas de...

PROTEJA SU DINERO

El mito de la cuesta de enero

Enero puede ser un mes como cualquier otro, la clave está en administrar tu aguinaldo con inteligencia.

Diciembre es un mes en que el consumo promedio de las familias se incrementa: comidas con amigos, regalos, cenas familiares... no está mal darte ese tipo de gustos, el error es destinar todo o la mayor parte de tu aguinaldo a éstos, dejando fuera otros rubros que te permitan mejorar tus finanzas personales y familiares, como el pago de deudas y el ahorro.

Tampoco se trata de hacer un gran sacrificio, sino de usar tu dinero de manera inteligente:

► **Haz un presupuesto cuanto antes.**

Recibir el aguinaldo puede generarte una sensación de disponibilidad económica, y ante el bombardeo publicitario, corres el riesgo de gastarlo.

► **Calcula tu capacidad de endeudamiento.**

Antes de contraer una deuda, asegúrate que podrás cumplir con los pagos. Contempla tus gastos cotidianos, otras deudas y lo que destinas al ahorro.

► **Usa a tu favor los meses sin intereses.**

Aprovecha este esquema para comprar bienes duraderos, cuyos beneficios se prolonguen más allá de tu deuda.

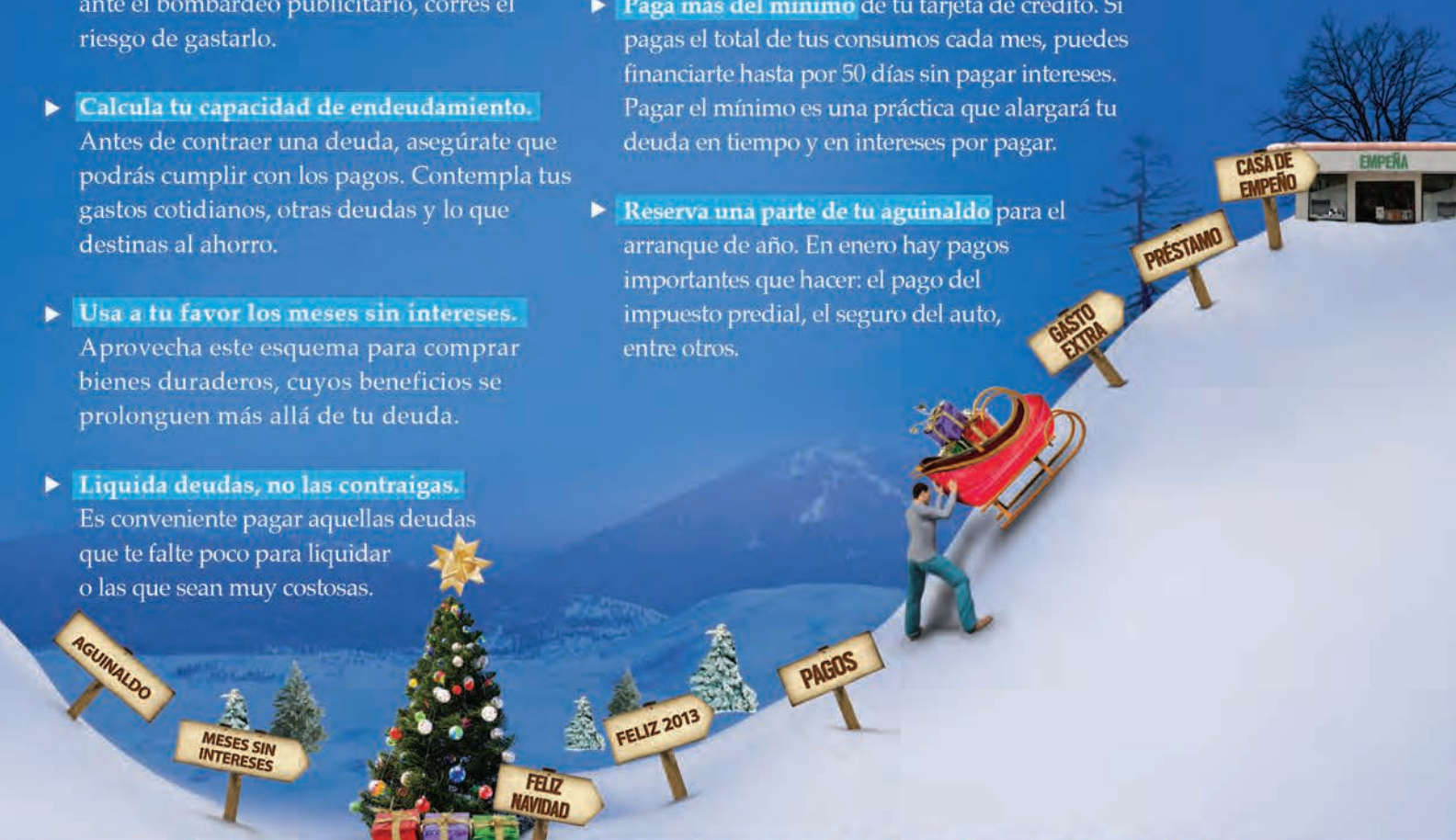
► **Liquida deudas, no las contraigas.**

Es conveniente pagar aquellas deudas que te falte poco para liquidar o las que sean muy costosas.

► **No participes en todos los intercambios** a los que te inviten.

► **Paga más del mínimo** de tu tarjeta de crédito. Si pagas el total de tus consumos cada mes, puedes financiarte hasta por 50 días sin pagar intereses. Pagar el mínimo es una práctica que alargará tu deuda en tiempo y en intereses por pagar.

► **Reserva una parte de tu aguinaldo** para el arranque de año. En enero hay pagos importantes que hacer: el pago del impuesto predial, el seguro del auto, entre otros.



Envíanos tus preguntas y comentarios sobre servicios financieros a: educacionfinanciera@condusef.gob.mx

Del D.F. y área metropolitana
53 400 999
de todo el país
01 800 999 80 80



Síguenos por twitter: **@CondusefMX**

www.condusef.gob.mx



Comisión Nacional para la Protección
y Defensa de los Usuarios de
Servicios Financieros

Procurador Federal del Consumidor
Bernardo Altamirano Rodríguez

Coordinador General de Educación y Divulgación
Gerardo Rodríguez Sánchez Lara

Director General de Difusión
Roberto Bello Salcedo

Revista del
Consumidor

Directora Editorial
Mónica Adriana Ledón Ruiz

Jefe de información
Ismael Flores Ruvalcaba

Investigación y redacción
Thalía Castillo Gill

Corrección de estilo
Marco Menéndez

Directora de Arte y Diseño
Silvia Peraza de Prado

Editor gráfico
Javier Caballero Sandoval

Diseño
Roberto Paz Amaya
Alejandro Sánchez Velasco

Colaboradores
Valeria Alvarado
Bolígán
Magda Coss
Nelly Güereña

Ilustración
Arnulfo Guevara
Mónica Miranda
Eduardo Moreno
Bruno Piña

Fotografía
Armando Rodríguez
José Rodríguez

Consejo Editorial
Aída Albuerne Piña
Roberto Bello Salcedo
Alejandro Celis Albarrán
Noreli Domínguez Acosta
Rubén Durán Miranda
Gastón Fernández Arnaiz
Gonzalo Alberto García Ávila
Selene García González
José Jarero Valencia
Aarón Jiménez Paz
María del Pilar López Fernández
Patricia Angelina López Sánchez
Carlos Martínez Velázquez
Silvia Meraz Mendíaz
Suriel Ramírez Zaldívar
Tania Rodríguez Ortiz
Gerardo Rodríguez Sánchez Lara
Noemí Valerio Barrón

Subdirector administrativo
Abel Eloy Velasco Valdez

Publicidad
Tania Santa Cruz
ventasrevista@profeco.gob.mx



Esa época del año...

Diciembre ha llegado. Las calles titilan con las decoraciones y los arbolitos centellean cerca de las ventanas. El frío en algunos estados obliga a encender la calefacción y a sacar los suéteres para alejarlo. También es tiempo de comenzar a organizar la cena, los viajes para reunirnos con la familia y comprar los regalos.

Es, pues, una temporada importante para el consumo; por ello, decidimos cerrar el año con broche de oro, preparando contenidos especiales para “sobrevivir” a las fiestas sin arrepentimientos.

En la sección Salud y Nutrición encontrarás información sobre los excesos que cometemos en estas fechas y recomendaciones para prevenirlos. Sobre la misma línea, en Finanzas Personales te damos 6 ideas para evitar el derroche de tu aguinaldo. En Tecnología Doméstica Profeco compartimos la receta para elaborar velas, y a los pequeños consumidores les enseñamos cómo hacer una piñata con sus propias manos. Y, finalmente, nuestra Infografía recomienda acciones para pasar una Navidad verde, festejando al mismo tiempo que cuidas el planeta.

Como es costumbre, no podíamos olvidar los bienes de consumo básico. En esta ocasión, el Laboratorio Profeco analizó la calidad de detergentes en polvo e impresoras y multifuncionales de inyección de tinta, bienes que consumimos en todo el año y que seguramente hacen mejor tu vida.

Hablando de mejorar tu día a día, en Radiografía nos hemos ido al fondo del etiquetado de los productos que todos consumimos. ¿Sabes leer lo que te llevas a la boca? Con el contenido de este artículo podrás ejercer tu derecho a la información.

Con el mismo espíritu de fomentar la transparencia y de sumarnos al esfuerzo internacional de autorregulación de medios, en la **Revista del Consumidor** hemos decidido publicar nuestro código de ética.

Para nosotros resulta importante que nuestros lectores conozcan la manera en que nos conducimos, investigamos y tomamos decisiones. Esto para garantizar una información confiable, libre y comprometida únicamente con los derechos de los consumidores. Si deseas enterarte del espíritu detrás de nuestras decisiones editoriales, entra al portal de internet revistadelconsumidor.org.mx y revisalo a fondo.

De parte de todo el equipo de la **Revista del Consumidor** y de la **Procuraduría Federal del Consumidor**, recibe un cálido abrazo y nuestros mejores deseos para el Año Nuevo. Esperamos seguir contando con tu preferencia y tus comentarios, que nos impulsan a seguir mejorando.

¡Felices consumos, felices fiestas!

Comentarios y sugerencias: José Vasconcelos 208, piso 7, col. Condesa, CP 06140, delegación Cuauhtémoc. Apartado postal 20600, México DF. Teléfono: 5625 6930. Fax: 5553 0574, e-mail: rconsumidor@profeco.gob.mx

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 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 Certificado de Licitud 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 Talleres Gráficos de México, Av. Canal del Norte 80, col. Felipe Pescador, del. Cuauhtémoc, México, DF, CP 06280. Distribución en el Distrito Federal por la Unión de Expendedores y Voceadores de los Periódicos de México A.C., Calle Guerrero #50, col. Guerrero, Tel. 5591 1400 y 5591 1401, a través del Despacho Everardo Flores Serrato, Serapio Rendón #87, planta baja, col. San Rafael, CP 06470, Tel. 5128 6670. Editora responsable: Mónica Adriana Ledón Ruiz. Tiraje: 40,000 ejemplares.



Ésta es tu voz

La **Ley Federal de Protección al Consumidor** es tu voz. ¡Úsala! Comparte con nosotros tus dudas, sugerencias y experiencias de consumo. Envíalas por correo electrónico a **rconsumidor@profeco.gob.mx** o escríbenos a nuestras oficinas, ubicadas en Av. José Vasconcelos 208, séptimo piso, colonia Condesa, CP 06140 en el Distrito Federal. También puedes contactarnos a través de Twitter en la cuenta **@r_consumidor** o publica en nuestro perfil de Facebook **Consumidor Inteligente**. ¡Que no te callen, ésta es tu voz!

f Aplica el viejo uno-dos

Fabián Toledo dijo:

Queridos estafadores de Pez Urbano México, después de que les di mi *mail*, mi número de cupón y todos mis datos para que me dieran el estatus de mi reembolso, no se han puesto en contacto conmigo. La fecha del día de corte de la tarjeta ya pasó y de acuerdo con su correo: "El reembolso que se tramitó fue por esa cantidad, ya se procesó y en breve lo tendrás reflejado en cuenta, seguramente en el siguiente corte de tu tarjeta". Pero eso no ha sucedido. ¿Me pueden decir cuándo van a hacer este reembolso? No estamos hablando de dos pesos, ¡pónganse las pilas! Uno quiere ser un consumidor inteligente y no dejaremos que fraudes como éstos pasen a la ligera. Solicito cuanto antes el reembolso, de lo contrario tendré que tomar acciones penales y legales.

Consumidor Inteligente dijo:

Fabián, la Ley Federal de Protección al Consumidor es tu voz, no temas hacer uso de ella para hacerte escuchar. Si un proveedor se niega a hacer efectiva una devolución, estás en todo tu derecho de presentar una queja ante **Profeco** para poder conciliar con la empresa que te ha jugado chueco.

Sin embargo, también existen otras opciones. Si revisas nuestro perfil de Facebook, encontrarás que muchos usuarios se están quejando de un mismo problema ante una empresa. Como reza el dicho, "la unión hace la fuerza". Tú y un grupo de con-

sumidores pueden emprender una acción colectiva contra algún proveedor.

Las acciones colectivas son una herramienta jurídica para proteger el derecho que tiene un grupo de personas contra uno o varios proveedores que vulneren sus derechos, donde la sentencia será válida para todo el grupo en su conjunto. Esta herramienta posibilita que varios ciudadanos se organicen para denunciar la afectación de sus derechos en conjunto, facilitando el acceso a la justicia al reducir los costos en el trámite procesal, pues se promueve un solo juicio en representación de los afectados en lugar de promover juicios individuales por cada uno de ellos.

La sentencia que se emita abarca a todos los consumidores afectados, con independencia de si fueron o no representados en la demanda inicial, siempre y cuando se adhieran en el tiempo que establece la ley.

Para saber más sobre esta herramienta y cómo poder hacer escuchar tu voz de esta forma, entra al portal **acolectivas.profeco.gob.mx**



f Estudios de calidad: más que sólo resultados

Zammy Pacheco dijo:

¡Hola! Buenas tardes. Me gustaría saber si existe algún estudio de calidad reciente sobre pastas dentales. Hasta ahora, sólo he encontrado el del 2003.

Muchas gracias.

Consumidor Inteligente dijo:

Hola, Zammy. Lamentablemente, el estudio que mencionas es el último que hemos realizado. Como sabes, actualmente en el mercado existen innumerables productos susceptibles de ser analizados y, aunque se hacen análisis continuos a los productos de mayor consumo (por ejemplo, computadoras, alimentos o bebidas), no siempre es posible realizar actualizaciones a los estudios anteriores.

Sin embargo, en nuestros estudios no sólo puedes encontrar los resultados del desempeño de cada marca, también hay recomendaciones de compra y uso que te pueden ser útiles para elegir un producto que tenga tiempo de no ser analizado o de una marca que no se haya incluido en nuestro estudio.

¿Te gustaría llevar la **Revista del Consumidor** a todas partes y recibirla dondequiera que estés? ¿Deseas consultar los precios de productos en las principales ciudades del país? **Profeco** se moderniza y pone a tu disposición aplicaciones para que tengas acceso a los contenidos de nuestra revista y del programa **Quién es Quién en los Precios**. Descarga las aplicaciones para iPhone y iPad de la **Revista del Consumidor**, y para iPhone, iPad y Android del programa **Quién es Quién en los Precios**, y conviértete en un consumidor inteligente.

Atención Las cartas que envíes a la **Revista del Consumidor** implican tu consentimiento para que sean editadas y publicadas. Tus datos personales quedan protegidos conforme a los lineamientos para la protección de datos personales emitidos por el Instituto Federal de Acceso a la Información Pública (IFAI). Muy importante: no olvides incluir tu nombre completo y una dirección o número telefónico donde podamos ponernos en contacto contigo. Esta sección es un espacio para que los consumidores compartan sus experiencias de consumo con los demás lectores. La **Revista del Consumidor** no tiene las facultades legales para intervenir en la solución de los problemas que se plantean, pero sí para brindar a los lectores la asesoría necesaria con el objetivo de que, a través de las instituciones correspondientes, se resuelvan los conflictos que enfrenten con prestadores de servicios.

¡Oh, ^{verde} Navidad!

Durante estas fechas las personas no sólo cometemos excesos con la comida y la tarjeta de crédito, también con nuestro planeta. ¿Sabes cómo tener una verde Navidad? Aquí te damos unas cuantas ideas.

¿Vivo, de plástico o en renta?

¿Te imaginas que, en vez de ir al basurero, tu arbolito se fuera a un bosque? Busca si en tu localidad existe algún proveedor que ofrezca el servicio de renta de árboles vivos. Su precio es prácticamente el mismo que el de un "árbol natural".

Pavo orgánico

La crianza orgánica implica una alimentación libre de transgénicos, hormonas y otros químicos, además de proporcionar condiciones de vida más justas para el ave. Aunque su precio es mayor, vale la pena contribuir al consumo responsable.

El terror después de Navidad

¿Estás pensando en utilizar platos, vasos y cubiertos desechables? Busca productos que, en vez de ser de plástico, estén hechos con fibra natural extraída de fécula de maíz, desechos agrícolas o plantas con ciclos de vida cortos. Una alternativa 100% biodegradable.

Menos gasto, más fulgor

Las tradicionales series navideñas son responsables del aumento de consumo eléctrico. Para contrarrestar el alza, cambia tus foquitos por luces LED; te ayudarán a ahorrar hasta 90% de energía. Si pones decoración exterior, limita su funcionamiento a tres horas y media diarias durante, máximo, 15 días.



Regale afecto no lo compre

Navidad no es sinónimo de consumismo. Aquí te damos 8 *tips* para consumir de manera sustentable y pasar una Navidad amigable con el medio ambiente.



- 1 Si decides envolver tus presentes, no compres papel para regalo. Prefiere tu creatividad y los materiales a tu disposición: exámenes reprobados, archivo muerto, publicidad, periódico, revistas, o incluso telas viejas.
- 2 Procura no adquirir nuevos adornos. Utiliza los de años anteriores; repáralos, límpialos, o crea nuevos a partir de materiales que ya tengas en casa.
- 3 Si entre tus regalos se cuentan varios que utilicen pilas, plantéate la posibilidad de comprar unas recargables (y un cargador). Recuerda preferir los juguetes y objetos que no utilicen pilas o que se conecten directamente a la corriente.
- 4 Antes de comprar, pregúntate: ¿le será útil?, ¿de dónde viene?, ¿dónde terminará? Inclínate por aquello que, además de útil, será durable, que haya sido fabricado en tu localidad o país, y que funcionará por un buen tiempo antes de terminar en la basura.
- 5 No regales mascotas. Recuerda, son seres vivos que demandan atención por parte de toda la familia.
- 6 Tus presentes no tienen por qué ser materiales. ¿Has pensado en regalar una entrada al teatro, una cena en un buen restaurante, la suscripción a tu **Revista del Consumidor** por todo un año? Lo esencial es invisible a los ojos.
- 7 Antes de comprar una tarjeta de regalo, piensa dónde han quedado las anteriores... ¡Exacto! No generes más basura, mejor reusa una del año anterior o créala y envíala por internet.
- 8 ¿Eres una persona muy generosa? Regala una "exención de regalo" a tus seres queridos. Se trata de liberarlos de la obligación de regalarte algo. Proponles mejor que te enseñen a abrir un blog, preparar una receta de cocina o a reparar una tubería.

Fuentes

- <http://rainforestradio.com/2011/12/02/tips-para-una-navidad-ecologica/>
- http://www.consumer.es/web/es/medio_ambiente/urbano/2006/12/27/158508.php
- <http://tierranatural.mx/>
- <http://www.yucatanoday.com/es/topics/terramaya-org-nica-pavos-org-nicos>
- <http://siempreverde.mx/tienda/>

FOVISSSTE
cada vez más cerca de ti.

1'300,000
créditos otorgados

40

AÑOS



SI TIENES UN CRÉDITO FOVISSSTE ¡EJÉRCELO!

Para ti que tienes un crédito autorizado se han diseñado una serie de guías que te llevarán de la mano para la formalización de tu trámite; sólo necesitas tener a la mano tu CURP y acceder a la siguiente liga:

<http://sigf.fovissste.gob.mx:1201/login/LoginGuias.view>



Además te brindamos en tiempo real el estatus de trámite de tu solicitud de crédito; únicamente tienes que acceder a la siguiente liga e ingresar tu CURP:

http://www.fovissste.gob.mx/swb/FOVISSSTE/Estado_de_Tramite_de_tu_Solicitud_de_Credito

www.fovissste.gob.mx

Todos los trámites son gratuitos



Festividades mexicanas, patrimonio nuestro

Este mes arranca la jornada Guadalupe-Reyes, y con ella la serie de festividades que no terminan el 6 de enero. Entre santorales, días de asueto nacional y tradiciones estacionales, en nuestro país siempre hay un buen motivo para festejar.

Los mexicanos tenemos muchas tradiciones a lo largo del año, y de un modo u otro, todas ellas se relacionan con nuestras raíces prehispánicas, con la herencia española y con nuestro característico humor festivo; sin duda, un sincretismo inigualable. Aquí las más extendidas:

12 de diciembre, Día de la Virgen de Guadalupe

Más de 5 millones de peregrinos, procedentes de todos los estados y de otros países, visitan la Basílica de Guadalupe en el cerro del Tepeyac, en la capital del país.



Fuentes
<http://www.jornada.unam.mx/>
<http://mexico.pordescubrir.com/>
<http://rosario.org.mx/>
<http://www.mexicodesconocido.com.mx/>
<http://www.inah.gob.mx/http://redescolar.ilce.edu.mx/>
<http://www.mexicanosunidos.org/>

En el nombre del cielo, os pido posada...

Durante los días de Adviento –oficialmente del 15 al 24 de diciembre– se llevan a cabo estas festividades de petición de calor humano, entre cantos, piñatas y ágape de antojitos, dulces y ponches.

25 de diciembre Nochebuena y Navidad

La familia se reúne a celebrar alrededor de deliciosos platillos: pavo relleno, bacalao, romeritos, caldo de camarón, pierna de cerdo, lomo adobado, ensalada de manzana, pasta, algún postre y, claro, ponche (con o sin “pique”). A las 12 campanadas, a la medianoche, se arrulla al Niño Dios.



Pastorelas

Entre diablos, ángeles y pastores tienen lugar jocosas y alegres representaciones, herederas del teatro religioso español del siglo XVI, que terminan con el nacimiento del Niño Jesús y un mensaje de paz y amor.



Nacimientos

Si el Niño Jesús hubiera nacido en México, así se habría visto la escena en el pesebre. ¿Conoces los nacimientos de figuras humanas en Xochimilco y Veracruz?

6 de enero

Vienen los Reyes a dejar regalos en los zapatos de los niños. Partimos la rosca, y el que se saque al niño, deberá invitar los tamales el Día de la Candelaria.

2 de febrero Día de la Candelaria

A quienes les tocó el niño en la rosca deben presentarlo en la iglesia, vestido con sus mejores galas. Y luego, la tamaliza.

Febrero de carnavales, ¡pura fiesta!

Una semana antes de la Cuaresma se vale romper las reglas para hacer realidad las fantasías. El carnaval más antiguo es el de Campeche, que se festeja desde hace más de 400 años, y los más populares son en Veracruz y Mazatlán.

Semana Santa

Más que una celebración religiosa, la Cuaresma es una muestra múltiple de nuestra riqueza y diversidad cultural; música, danza y demás expresiones, tienen lugar para hacer penitencia y luego celebrar la resurrección del mesías. Para muestra más de un botón: La Judea en Purísima del Rincón, Guanajuato; la procesión a la Misión de Tehuerichic en la sierra de Chihuahua, o las de “los encruzados” de Iztapalapa en el Distrito Federal, entre muchas otras.

10 de mayo ¡Madre sólo hay una!

En la madrugada se puede escuchar, por cualquier rincón del país, cantar las mañanitas a las mamás. Y durante el día, en todas las escuelas los niños hacen gala de sus dotes histriónicas para festejarlas.



15 y 16 de septiembre

El país entero se tiñe de verde, blanco y rojo, para celebrar “el grito” de independencia en grande la noche del 15 y continuar con el desfile la mañana del 16.



1 de noviembre y 2 de noviembre

Una verdadera fiesta de luz y color tiene lugar durante toda la noche y madrugada para dar la bienvenida con ofrendas a las almas de los difuntos. La belleza de esta festividad única en el mundo le ha valido el reconocimiento de la Unesco, desde 2003, de Obra Maestra del Patrimonio Oral e Intangible de la Humanidad.

REYES DEL #FAIL

La firma latinoamericana de gestión, monitoreo y conectividad en redes sociales, E. Life, detectó que los tuiteros del país utilizan mucho el #FAIL para los servicios, productos o situaciones que les decepcionan. Pero, ¿qué es lo que más defrauda y desilusiona a los mexicanos? Los rubros más mencionados fueron la lentitud en los servicios, la mala organización y la omisión a sus quejas. En cuanto a los servicios y productos, la corona al mayor número de #FAILS se la llevaron los centros de entretenimiento, con 45%; seguido de instituciones educativas, con 32%; 11%, servicios de productos y alimentos; empresas telefónicas, 7%, y proveedores de internet y cable, con 5%. El muestreo se realizó del 1 al 22 de agosto, y se analizaron 9 mil 402 tuits con el hashtag #FAIL. Aunque, realmente, no tomar las medidas necesarias para exigir mejores productos y servicios con base en nuestros derechos, ése sí sería el verdadero #FAIL.

Fuente: Alto Nivel



DAÑOS COLATERALES

Pérdidas humanas y materiales ha sido el resultado del reciente huracán "Sandy" a su paso por la región noreste de Estados Unidos. Aunadas a la interrupción en el servicio eléctrico y de combustible, otras consecuencias, menos evidentes, se suman al trayecto del meteoro. Cientos de restaurantes, tiendas y hogares se vieron obligados a desechas toneladas de alimento que, tras la suspensión de la electricidad, se echaron a perder. Las calles se llenaron de partes de pescado, kilos y kilos de carne yacían putrefactos, litros de helado derretido se escurrieron por las aceras. Los refrigeradores sólo mantienen fríos los alimentos tras cuatro horas después de un apagón; y los congeladores aguantan 48 horas. Después de ese tiempo, todo debe tirarse.

Fuente: NBC News



DE LA CORDILLERA AL CENTRO COMERCIAL

La economía peruana es una de las que más crece en el mundo. Las provincias de Perú, largo tiempo ignoradas por las élites, se revelan como ejércitos de consumidores emergentes, blanco para empresas locales y extranjeras. Huancayo –la evidencia más palpable– tiene 400 mil habitantes, está a 3,721 metros sobre el nivel del mar, y la mayoría de la población tiene ideología de izquierda, pero, ahora, puede disfrutar de una hamburguesa Whopper. También se construyó un centro comercial al estilo norteamericano, con música en el elevador y una sala de juegos Happyland. La economía peruana crece a un 6% anual, y el acceso a los créditos de consumo aumenta: tierra fértil para prestar atención a los derechos de los consumidores.

Fuente: Reuters



TOP
10

TRANSFORMACIÓN URBANA

El sitio de internet sobre arquitectura Architizer ha lanzado un programa de premiación con más de 200 jueces. Una de las 50 categorías es la de Proyectos de Transformación Urbana, que consiste en revitalizar infraestructura de la ciudad, creando espacios públicos a partir de áreas abandonadas. Éstos son los 10 mejores proyectos que revitalizan a las urbes:

1



Seattle Art Museum:
Olympic Sculpture Park
(Seattle)

2



CaixaForum
(Madrid)

3



Leith Walk
(Edimburgo)

4



McAllen Public Library
(Texas)

5



Superkilen
(Copenhague)

LUCHA DE GIGANTES

La Unión Europea ha enviado a Microsoft una queja formal, en la que acusa al coloso del *software* de no cumplimentar una orden para brindar a los usuarios opciones de navegadores de internet. En 2009, la Comisión Europea pidió a Microsoft que ofreciera una selección de navegadores para asegurarse de que no utilizara su posición dominante en el mercado con el fin de imponer el Internet Explorer a los usuarios. Microsoft creó una “pan-

talla de elección”, pero en julio pasado aceptó que, debido a un error técnico, millones de usuarios de la Unión Europea no la percibieron entre febrero de 2009 y julio de 2012. La investigación continúa, y Microsoft podría enfrentar una multa de 10% de sus ingresos anuales si se descubren violaciones a la ley antimonopolios.

Fuente: Time



 **Una sociedad capitalista**
 requiere una cultura basada en
imágenes. Necesita suministrar
muchísimo entretenimiento con el objeto de
estimular la compra y
anestesiarse los dolores asociados
a la clase, la raza y el sexo

Susan Sontag



CUANDO EL RÍO SUENA...

El Santo Sepulcro de Jerusalén, donde se supone están enterrados los restos de Jesucristo, está en peligro de cerrar debido a una factura pendiente. La empresa encargada del suministro de agua en Israel, Haguijón, ha conseguido congelar las cuentas del Patriarcado Greco-Ortodoxo. La cuenta asciende a 2.6 millones de euros (algo así como 43.5 millones de pesos), a la que hay que sumar los intereses. El pa-

triarca Teofilos III ha considerado esta acción como una “declaración de guerra”, y se apresta a jugar sus cartas diplomáticas. Ya envió misivas al primer ministro Benjamin Netanyahu, al presidente Simón Peres, y pretende hacer llegar su denuncia a Barack Obama, a Vladimir Putin, al rey de Jordania y al primer ministro de Grecia. Pero sólo un milagro podría evitar el cierre...

Fuente: 20 Minutos



Fuente: Good

6



+Pool
(Nueva York)

7



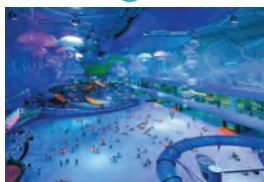
LentSpace
(Nueva York)

8



McCarren Pool & Bathhouse Renovation
(Nueva York)

9



Happy Magic Water Cube
(Beijing)

10



Metropol Parasol
(Sevilla)

Encuentra tu delegación Profeco en el Estado de México

Naucalpan: Avenida 3 #47, entre Avenida de las Torres y Blvd. Toluca, col. Fraccionamiento Industrial Naucalpan, CP 53370.

Tel. 5576 6059
Nezahualcóyotl: Cucaracha #293, esq. Gustavo Baz, col. Benito Juárez, CP 57000.

Tel. 5743 5746
Tlalnepantla: Mario Colín #56, col. Centro, CP 54000.

Tel. 5390 7539
Toluca: Santos Degollado #103 (enfrente del Cosmovital), col. Centro, CP 50000.

Tel. 215 7070
Ecatepec: Av. Hank González #50, Mza. 44, pasillo 29 (Center Plaza Ecatepec), col. Valle de Anáhuac, CP 55210.

Tel. 5774 5006

En el centro del país, rodeando a nuestra capital y mezclándose con ella, se encuentra un estado colorido y vibrante. Es la segunda economía del país y también la más populosa, con alrededor de 13.5 millones de habitantes.

Desde Toluca, su próspera capital cada vez más industrializada, donde tienen lugar importantes eventos de negocios y uno de los puntos de mayor conectividad aérea del país; hasta sus fértiles zonas agrícolas y ganaderas, dispersas por todo el territorio, puede sentirse el folclor y modernidad que caracterizan al Estado de México: un lugar en el que se respira el paso de la historia y el legado de nuestros ancestros.

Mosaico de paisajes

Bosques, grutas y formaciones rocosas, valles, semidesiertos, verdes y dorados sembradíos, volcanes y lagunas, componen el paisaje multicolor de este bello estado.

Es por ello que por agua, aire o tierra, el Estado de México es ideal para cualquier actividad de ecoturismo y aventura. En sus tres volcanes, el Nevado de Toluca o Xinantécatl, el Popocatepetl y el Iztaccíhuatl, se practica el alpinismo; y para escalada en roca, caminatas, días de campo, vuelos en parapente y recorridos en bicicleta de montaña, están el Parque Nacional de Bosencheve, las Lagunas de Zempoala, La Marquesa, el Desierto del Carmen o de Nixcongo, el Desierto de los Leones y los parques nacionales de los volcanes.



Una de las ciudades mesoamericanas más fascinantes es Teotihuacan, donde habita la divinidad.

Pueblos mágicos

Dispersos por territorio mexicano, muchos poblados se conservan frente al paso del tiempo como testimonio de la Conquista o la Revolución. Entre éstos, Tepotzotlán, Valle de Bravo y Malinalco tienen el reconocimiento de Pueblos Mágicos por su legado histórico y cultural.

► **Tepotzotlán.** Hay que caminar este pueblo para recorrer las bellas calles del centro y conocer los antiguos colegios jesuitas de San Martín y San Francisco Javier, y la enorme plaza rodeada de portales, restaurantes y artesanías. En sus alrededores se ubica un centro ecoturístico en el cual se encuentra el imponente acueducto de Xalpa, de 440 metros de longitud.

► **Valle de Bravo.** La actividad turística en este pintoresco sitio se centra en su gran lago, el cual no siempre estuvo ahí; este valle fue inundado en 1947 para crear una gran presa hidroeléctrica, la cual es hoy el lugar ideal para practicar deportes acuá-

Estado de México, tan cerquita del cielo

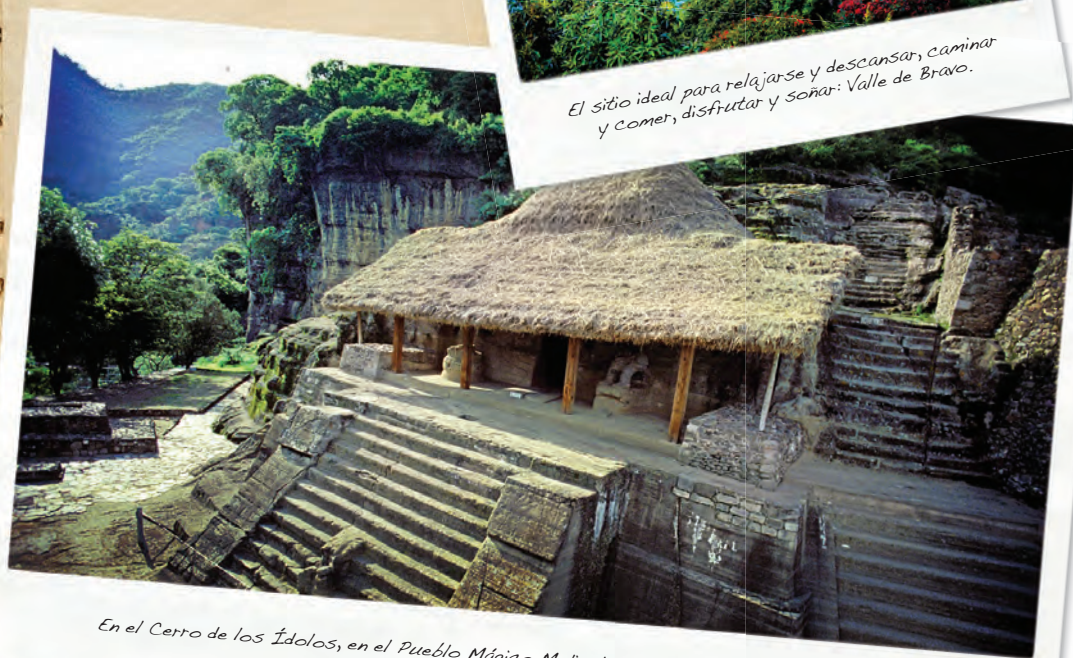
Desde lo alto de sus volcanes, hasta el horizonte de sus llanuras, pasando por su bullente capital, este estado tiene de todo y para todos: un derroche de paisajes, historia, cultura, belleza y mucho color.



El Cosmovital es una estructura Art Nouveau de hierro forjado y cristal, que da cobijo a un impresionante jardín botánico, en Toluca.



El sitio ideal para relajarse y descansar, caminar y comer, disfrutar y soñar: Valle de Bravo.



En el Cerro de los Ídolos, en el Pueblo Mágico Malinalco, la Casa de las Águilas se yergue imponente ante el paso de los años.

ticos. El paisaje montañoso que rodea al pueblo, unido a las calles empedradas y construcciones coloniales, lo convierten en un paraíso para combinar descanso, aventura y diversión.

► **Malinalco.** Al pie de verdes montañas yace este poblado encantado de casitas de adobe y templos coloniales, a lo largo de calles salpicadas de flores. Aquí se encuentra el Santuario de los Guerreros Águila y Jaguar, un importante sitio arqueológico ubicado en el Cerro de los Ídolos, desde el cual también se aprecia el hermoso paisaje que rodea al pueblo.

Pero la magia no termina en estos tres pueblos de fama internacional; tan arrobadores son Acolman, Aculco, Amalco, Amecameca, Ayapango, El Oro, Ixtapan de la Sal, Metepec, Otumba, Sultepec, Temascalcingo, Temascaltepec, Tlalmanalco, Tonatico, Villa del Carbón y Zacualpan, todos de gran belleza, tradición y valor histórico.

Arqueología

En territorio mexiquense abundan vestigios de asentamientos prehispánicos, de los cuales se han descubierto, hasta hoy, alrededor de 2 mil. El más impor-

tante es Teotihuacan; pero también hay que visitar Teotenango y Calixtlahuaca, cerca de Toluca; Tenayuca en Tlalnepantla; Acozac y Tlapizahuac en Ixtapaluca; San Miguel Ixtapan en Tejupilco; Huamango en Acambay, y el de Malinalco.

► **Teotihuacan.** Su nombre significa "La Ciudad de los Dioses". Se trata de uno de los sitios obligados no sólo del país, sino del mundo, pues es testimonio de la elevada sabiduría y desarrollo que alcanzaron los pueblos mesoamericanos, lo que le valió, desde 1987, el reconocimiento como Patrimonio Cultural de la Humanidad por la Unesco.



Sabores con tradición ancestral

La riqueza agrícola se refleja en su prolífica gastronomía de raíces prehispánicas, la cual se comparte en gran medida con las zonas aledañas al DF, Puebla, Hidalgo y Tlaxcala, aunque existen múltiples platillos que son netamente mexiquenses.

Lo primero que hay que probar es el delicioso chorizo en todas sus variantes: verde, rojo, envinado o almendrado; sin duda, es el plato por el que más se reconoce al estado. Otras recetas típicas son las pastas de cerdo, el queso de puerco, el arroz verde, el puchero a la mexicana, el queso molido o de letras, los tacos placeros, el pepeto, el conejo adobado, los tacos de obispo, las tortitas de haba, las tortas toluqueñas, la barbacoa, los tamales de charal, la trucha y la mojarra.

En tiempos de lluvia, los diversos tipos de hongos son un manjar: clavitos, manitas, morillas, yemitas, entre otros. Y si no eres muy escrupuloso, date el gusto de probar acociles, chapulines y escamoles, o los famosísimos gusanos de maguey.

Disfruta la confitería de frutos frescos y secos, que es una fiesta al paladar. Prueba, además, el "mosco", bebida tradicional del estado, un licor muy dulce hecho a partir de frutas.

Fuentes:

· Estado de México. La maravilla de tenerlo cerca. Recuperado el 6 de noviembre de 2012 de <http://turismo.edomex.gob.mx/turismo/htm/html/Teotihuacan>. "Zona arqueológica de Teotihuacan". Recuperado el 6 de noviembre de 2012 de <http://www.teotihuacan.gob.mx/turismo/zat.asp>
· Turi México. "Estado de México". Recuperado el 6 de noviembre de 2012 de <http://www.turimexico.com/edomex/edomexindex.php>



Verificación de gasolineras

Y en el Estado de México... ¿Quién es Quién en las Gasolineras? Éstas son las estaciones de servicio que, hasta el 8 de noviembre de 2012, no presentaron ninguna irregularidad durante la última visita de verificación que se les realizó. Encuentra toda la información que necesitas sobre el historial de cualquier gasolinera en el país en nuestra aplicación en línea, disponible en **profeco.gob.mx**

Las 5+ del Estado de México

Al 31 de octubre de 2012, éstas eran las cinco empresas con más quejas ante la delegación **Profeco** en Toluca, Estado de México.

- CFE
- Dish
- Iusacell
- Megacable
- Nextel

Consulta a detalle esta información y la de todos los estados de la República en el Portal del Consumidor **consumidor.gob.mx**

Municipio	Estación de Servicio	Domicilio
ACOLMAN	8554	KM 17.68 AUTOPISTA ECATEPEC-PIRÁMIDES
ACOLMAN	9827	CARRETERA TEXCOCO-LECHERÍA SOLAR 75
ACOLMAN	10524	AV. CONSTITUCIÓN #121
ALMOLOYA DE JUÁREZ	4944	KM 24.4 CARR. FED. #15 TOLUCA-ZITÁCUARO
ALMOLOYA DE JUÁREZ	5548	KM 17.5 CARR. TOLUCA-ZITÁCUARO
ALMOLOYA DE JUÁREZ	8866	CARRETERA A VALLE DE BRAVO S/N
ATIZAPÁN DE ZARAGOZA	5734	BULEVAR ADOLFO LÓPEZ MATEOS #101
ATIZAPÁN DE ZARAGOZA	10316	CALZADA SAN MATEO #4
ATLACOMULCO	4878	KM 56.5 CARR. TOLUCA-ATLACOMULCO
ATLACOMULCO	5738	LIBR. JORGE JIMÉNEZ CANTÚ S/N ESQ. CARR. A TOLUCA
ATLACOMULCO	11165	BULEVAR ARTURO MONTIEL ROJAS #1045
CALIMAYA	5086	CARR. SANTIAGO TIANGUISTENGO-CHAPULTEPEC
CALIMAYA	5109	PROL. DR. JAVIER IBARRA OTE. #64
CALIMAYA	5877	KM13.13 CARR. TOLUCA-IXTAPAN DE LA SAL
CAPULHUAC	10717	BULEVAR JUAN MONROY PÉREZ S/N
CHALCO	4988	AV. TEZOZÓMOC ESQ. AV. ADOLFO LÓPEZ MATEOS
CHALCO	8616	AV. ADOLFO LÓPEZ MATEOS #205-A ESQ. ORIENTE 24
CHALCO	10824	ALLENDE #998
CHIAUTLA	5681	AV. DEL TRABAJO #18
CHIAUTLA	6399	CAMINO A PAPALOTLA #9
CHICOLOAPAN	4532	KM 28.5 CARR. MÉXICO-TEXCOCO
CHICOLOAPAN	5535	KM 29.9 CARR. MÉXICO-TEXCOCO
CHICOLOAPAN	8398	CALLE EMILIANO ZAPATA ESQ. NIÑO DIOS S/N
CHIMALHUACÁN	4334	AV. DEL PENÓN S/N
CHIMALHUACÁN	6649	AV. OBRERISMO MZ. 203 LT. 1 S/N
CHIMALHUACÁN	6797	AV. LAS TORRES MZ. 401
CHIMALHUACÁN	8266	AV. COOPERATIVISMO MZ. 29 LT. 28
CHIMALHUACÁN	8390	AV. DE LAS TORRES ESQ. BORDO DE XOCHIIACA
CHIMALHUACÁN	8725	CALLE 18 MZA. 24 LT. 3
CHIMALHUACÁN	10206	AV. NEZAHUALCÓYOLT S/N
COACALCO	231	VÍA JOSÉ LÓPEZ PORTILLO #11
COACALCO	6504	AV. JOSÉ LÓPEZ PORTILLO #37
COACALCO	10225	VIALIDAD MEXIQUENSE #87
COCOTITLÁN	9023	KM 45.5 CARR. MÉXICO-CUAUTLA #8
COCOTITLÁN	9776	AV. SALTO DEL AGUA #54

Municipio	Estación de Servicio	Domicilio
CUAUTITLÁN	6189	CARR. CUAUTITLÁN-TEOLOYUCAN #18
CUAUTITLÁN	9890	16 DE SEPTIEMBRE #14
CUAUTITLÁN	10970	CALZADA DE GUADALUPE #242
CUAUTITLÁN IZCALLI	5824	DR. JORGE JIMÉNEZ CANTÚ #15 MZ. C-44-C
CUAUTITLÁN IZCALLI	6025	KM 37 AUTOPISTA MÉXICO-QUERÉTARO
CUAUTITLÁN IZCALLI	9547	AV. TEJOCOTES #18 A-1
ECATEPEC	3540	AV. CARLOS HANK GONZÁLEZ #120
ECATEPEC	3838	AV. CARLOS HANK GONZÁLEZ #48
ECATEPEC	4964	AV. CENTRAL S/N
ECATEPEC	5066	VÍA MORELOS #515
ECATEPEC	5488	VÍA MORELOS #359-A
ECATEPEC	6049	AV. JARDINES DE MORELOS S/N LT. 7 MZ. 648-D
ECATEPEC	6215	AV. ADOLFO LÓPEZ MATEOS LT. 127
ECATEPEC	8632	BULEVAR INSURGENTES #2
ECATEPEC	8925	AV. CARLOS HANK GONZÁLEZ #140
ECATEPEC	9314	AV. CENTRAL #19
ECATEPEC	10084	AV. CENTRAL #15
ECATEPEC	10869	RECURSOS HIDRÁULICOS ESQ. CIPRÉS LOTE 13, 14, 15, 16 S/N
HUIXQUILUCAN	245	AV. MÉXICO #45
HUIXQUILUCAN	3605	KM 16.5 CARR. MÉXICO-HUIXQUILUCAN
HUIXQUILUCAN	6155	BULEVAR INTERLOMAS #22
HUIXQUILUCAN	6254	PASEO DE LA HERRADURA LTS. 6 Y 7 MZ. 2
HUIXQUILUCAN	6312	BULEVAR MAGNO CENTRO #8
HUIXQUILUCAN	8130	KM 14.25 CARR. RÍO HONDO-HUIXQUILUCAN #401
HUIXQUILUCAN	8348	CARR. MÉXICO-HUIXQUILUCAN #1083 LT. 3 MZ. 41
HUIXQUILUCAN	8656	KM 27.3 AUTOPISTA CHAMAPA-LA VENTA
HUIXQUILUCAN	10138	AV. JESÚS DEL MONTE #263
IXTAPAN DE LA SAL	8988	BULEVAR IXTAPAN-TONATICO #14
JALATLACO	9031	KM 1 CARR. XALATLACO-SANTIAGO TIANGUISTENCO
JALATLACO	9114	CARR. JALATLACO-TIANGUISTENCO S/N PARAJE TEPOTITL
JIQUIPILCO	3325	KM 5.7 CARR. IXTLAHUACA-JIQUIPILCO
JIQUIPILCO	5397	CALLE PRINCIPAL S/N
JIQUIPILCO	6767	KM 18.4 CARR. JIQUIPILCO NAUCALPAN
JOCOTITLÁN	7826	CARR. LIBRE TOLUCA-ATLACOMULCO ESQ. ERNESTO PERALTA S/N

Municipio	Estación de Servicio	Domicilio
LA PAZ	3847	KM 19.4 CARR. MÉXICO-TEXCOCO
LA PAZ	4200	KM 21.4 CARR. LOS REYES-TEXCOCO
LA PAZ	4770	KM 18 CARR. FED. MÉXICO-PUEBLA
LA PAZ	5422	KM 20.5 CARR. FED. MÉXICO-PUEBLA
LA PAZ	6249	KM 22.3 CARR. FED. MÉXICO-TEXCOCO
LA PAZ	6563	KM 19.8 CARR. FED. MÉXICO-PUEBLA
LA PAZ	8388	KM 17.5 AUTOPISTA MÉXICO-PUEBLA
LA PAZ	10868	KM 24 CARR. MÉXICO-TEXCOCO
LERMA	945	KM 51.2 CARR. MÉXICO-TOLUCA
LERMA	4531	KM 49 CARR. TOLUCA-MÉXICO ESQ. AV. LERMA TULTEPEC
LERMA	10047	LIBRAMIENTO NORORIENTE DE LA ZONA METROPOLITANA
LERMA	10205	KM 44 CARR. MÉXICO-TOLUCA
MELCHOR OCAMPO	8701	BULEVAR HIMNO NACIONAL ESQ. TECHACHALCO
METEPEC	3915	INSTITUTO TECNOLÓGICO S/N
METEPEC	4268	AV. SOLIDARIDAD LAS TORRES #265 SAN JERÓNIMO
METEPEC	4821	AV. SOLIDARIDAD LAS TORRES #16
METEPEC	8824	AV. TOLUCA-METEPEC #761
METEPEC	8901	AV. TECNOLÓGICO NORTE #1357
NAUCALPAN	332	VÍA GUSTAVO BAZ #175
NAUCALPAN	2522	FUENTE TRITONES #36
NAUCALPAN	3661	AV. LOMAS VERDES S/N
NAUCALPAN	8609	AV. RODOLFO GAONA #1
NEZAHUALCÓYOTL	8140	AV. CHIMALHUACÁN #598 Y 600
NEZAHUALCÓYOTL	10853	AV. CARMELO PÉREZ #13
NEZAHUALCÓYOTL	11075	AV. CHIMALHUACÁN #189 MZ. 9
OCOYOACAC	4652	KM 45.4 CARR. MÉXICO-TOLUCA
OCOYOACAC	4990	CARR. TOLUCA-MÉXICO #5
OCOYOACAC	5415	KM 42.5 CARR. MÉXICO-TOLUCA
OCOYOACAC	8576	CARR. DEL CANAL #219
OCOYOACAC	8853	KM 48.25 CARR. MÉXICO-TOLUCA
OCOYOACAC	11068	KM 44.8 CARR. MÉXICO-TOLUCA
POLOTITLÁN	875	CALLE GRAL. NICOLÁS BRAVO #22 ESQ. 5 DE FEBRERO
POLOTITLÁN	4611	KM 122 CARR. TOLUCA-PALMILLAS
POLOTITLÁN	4739	KM 129 AUTOPISTA MÉXICO-QUERÉTARO

¿Tu gasolinera siempre
ha dado litros de a litro?



Consulta el historial de verificaciones
de tu estación de servicio
de costumbre en **profeco.gob.mx**

Municipio	Estación de Servicio	Domicilio
SAN MATEO ATENCO	10013	KM 52.5 CARR. TOLUCA-MÉXICO
TECAMAC	4042	KM 41.2 CARR. MÉXICO-PACHUCA
TECAMAC	10455	AV. SANTA CRUZ-OJO DE AGUA PARCELA #39
TEMAMATLA	8286	KM 0 CARR. TEMAMATLA-TENANGO DEL AIRE
TEMASCALCINGO	955	ALFREDO DEL MAZO S/N
TEMASCALCINGO	4052	KM 118.05 CARR. CONC. ATLACOMULCO-MARAVATIO STA. M.
TEMASCALCINGO	6144	LIBRAMIENTO ATA #5
TEMOAYA	3007	KM 18.5 CARR. TOLUCA-TEMOAYA #119
TEMOAYA	7602	KM 29.4 CARR. AMOMOLULCO-PRESA ANTONIO ALZATE
TEMOAYA	8267	KM 13.5 CARR. TOLUCA-TEMOAYA
TENANCINGO	956	AV. HIDALGO #701 OTE.
TENANCINGO	4511	KM 48.5 CARR. TOLUCA-IXTAPAN DE LA SAL
TENANCINGO	5593	PASEO DE LOS INSURGENTES LTS. 12, 13, 14
TEOLOYUCAN	6377	KM 48 CARR. MÉXICO-QUERÉTARO
TEOLOYUCAN	8844	AV. ZUMPANGO S/N
TEOLOYUCAN	10960	CARR. A TEOLOYUCAN-HUEHUETOCA MZ. 310 LT. 2 Y 17
TEOTIHUACAN	9416	CALLE CERRADA AYAPANGO #10
TEXCALTITLÁN	3120	ÁLVARO OBREGÓN #18
TEZOYUCA	2581	KM 2.5 CARR. TEPEXPAN-TEXCOCO
TIANGUISTENCO	953	AV. 20 DE NOVIEMBRE ESQ. AV. HIDALGO
TIANGUISTENCO	6301	KM 1.5 CARR. SANTIAGO-CHALMA S/N
TIANGUISTENCO	7479	PROL. GALEANA S/N
TIANGUISTENCO	9620	CARR. TENANGO LA MARQUESA #102
TLALNEPANTLA	3003	PASEO DE LOS JINETES #3
TLALNEPANTLA	3456	CARR. MÉXICO-QUERÉTARO #3005
TLALNEPANTLA	5557	CAMINO VECINAL MINAS #1
TLALNEPANTLA	5676	ACUEDUCTO TENAYUCA #25
TLALNEPANTLA	5866	AUTOPISTA MÉXICO-QUERÉTARO #1973
TLALNEPANTLA	7632	AV. CONVENTO DE SANTA MÓNICA #70 LT. 13 MZ. 18
TLALNEPANTLA	8080	AV. MÉXICO-PACHUCA #4
TOLUCA	4794	AV. VICENTE LOMBARDO TOLEDANO #245
TOLUCA	5581	AV. SOLIDARIDAD LAS TORRES #2971
TOLUCA	6653	AV. VICENTE LOMBARDO TOLEDANO #906

Municipio	Estación de Servicio	Domicilio
TOLUCA	7281	COMONFORT ESQ. PINO SUÁREZ #350
TOLUCA	960	KM 61.5 CARR. MÉXICO-TOLUCA
TOLUCA	962	AV. MORELOS OTE. #1046
TOLUCA	965	AV. HIDALGO PONIENTE #1001
TOLUCA	966	BULEVAR ISIDRO FABELA NTE. #855
TOLUCA	8494	AV. PASEO COLÓN #804
TOLUCA	9085	BULEVAR ALFREDO DEL MAZO #663
TOLUCA	9664	PASEO TOLLOCAN #908-904 Y MARIANO MATAMOROS #419
TOLUCA	9952	AV. VICENTE LOMBARDO TOLEDANO #548
TOLUCA	10859	PASEO MATLAZINCAS #325
TULTEPEC	9804	AV. MEXIQUENSE S/N, PARCELA 206 Z1, P/1
TULTEPEC	10957	AV. RECURSOS HIDRÁULICOS #46
TULTITLÁN	4602	VÍA JOSÉ LÓPEZ PORTILLO #75
TULTITLÁN	6732	VÍA JOSÉ LÓPEZ PORTILLO #93
TULTITLÁN	8847	AV. CANAL DE CASTERA #72
TULTITLÁN	9726	AV. RECURSOS HIDRÁULICOS #240
TULTITLÁN	9963	AV. MEXIQUENSE S/N
VILLA GUERRERO	973	GALEANA Y JOSÉ MA. GARCÍA S/N
VILLA GUERRERO	6346	KM 2 CARR. ESTATAL VILLA GUERRERO-SAN LUCAS
VILLA GUERRERO	7593	VIALIDAD 2 DE MARZO #1053
XONACATLÁN	5570	KM 45.5 CARR. TOLUCA-NAUCALPAN
XONACATLÁN	5912	KM 45 CARR. TOLUCA-NAUCALPAN MARGEN DERECHO
ZINACANTEPEC	947	PASEO ADOLFO LÓPEZ MATEOS #102
ZINACANTEPEC	976	AV. 16 DE SEPTIEMBRE #113
ZINACANTEPEC	4816	ADOLFO LÓPEZ MATEOS #726
ZINACANTEPEC	5153	KM 8.5 CARR. TOLUCA-ZITÁCUARO
ZINACANTEPEC	7047	KM 13.5 CARR. TOLUCA-TEMASCALTEPEC
ZINACANTEPEC	8439	CALZADA LA HUERTA #206
ZINACANTEPEC	9903	AV. ADOLFO LÓPEZ MATEOS #102
ZINACANTEPEC	10083	AV. ADOLFO LÓPEZ MATEOS #136
ZINACANTEPEC	10321	AV. ADOLFO LÓPEZ MATEOS #324
ZINACANTEPEC	10406	VIALIDAD ADOLFO LÓPEZ MATEOS #111-A
ZUMPAHUACAN	4450	KM 12.5 CARR. TENANCINGO ZUMPAHUACAN

No respetan tu pasaje de avión

Como consumidor de servicios de aerolíneas tienes derechos en el cielo y en la tierra. Conócelos y ¡que no te manden a volar!



¿Te cancelaron el vuelo? ¿Llegaste al aeropuerto en tiempo y forma, boleto en mano, y te dicen que el avión está lleno y que no puedes abordar? Tus planes y compromisos de viaje se quedan en el aire, mientras tú permaneces en tierra con las maletas bien empacadas y preguntándote, ¿y ahora?

La Ley de Aviación Civil (LAC) contempla tus derechos como viajero, al establecer que si la aerolínea se ve en la necesidad de negarte el servicio, ya sea por sobreventa o porque el vuelo haya sido cancelado por causas imputables a la propia compañía, está obligada a informarte inmediatamente por medio de su personal y darte a elegir entre tres opciones de compensación:

- ▶ **Reembolso** de la parte del boleto no utilizada junto con una indemnización del **25%** del precio de esa parte.
- ▶ **Llevarte** a tu destino en el **primer** vuelo disponible y proporcionarte, por cuenta de la compañía, **comunicación** telefónica de larga distancia, **alimentos** durante el tiempo de espera y **alojamiento** en hotel si se requiere, así como **transportación** ida y vuelta del lugar de hospedaje al aeropuerto.
- ▶ Darte **otro boleto** para el mismo servicio en otra fecha que a ti te convenga junto con una **indemnización** del **25%** del precio de la parte del boleto no utilizada.



Antes de comprar tus boletos o paquetes de viaje exige al proveedor toda la información sobre el servicio, y consulta también el **Buró Comercial** (burocomercial.profeco.gob.mx) en el **Portal del Consumidor** (consumidor.gob.mx) para que conozcas cómo se comportan las empresas del sector turístico y de transporte, además de su porcentaje de conciliación de quejas.

Es importante que tengas siempre presente que tú eres quien decide la forma en que prefieres que se te compense según te convenga; y que la compañía aérea debe proporcionarte esa compensación de manera inmediata.

Además, si por algún contratiempo de cualquier tipo el vuelo tiene que aterrizar en un puerto distinto al contratado, la aerolínea está obligada a llevarte hasta tu destino.



¿Se te fue el avión?

Si perdiste el vuelo por tu propia causa o necesitas cancelarlo, tener o no derecho a que se te dé el servicio en un vuelo posterior depende de los términos y condiciones del boleto que compraste; por ello es importante que conozcas esta información antes de adquirirlo. Y recuerda que las aerolíneas tienen prohibido permitir el abordaje a pasajeros en estado de intoxicación o que porten objetos o sustancias que pongan en riesgo a los demás viajeros.

Cada año, durante los tres periodos vacacionales (Semana Santa, verano y fin de año), **Profeco** instala módulos de atención al consumidor en ambas terminales del aeropuerto de la Ciudad de México y en los principales puertos aéreos del interior de la República. Si tienes algún problema acércate a ellos, escribe al correo turista@profeco.gob.mx o llama al Teléfono del Consumidor **5568 8722** en el DF, o al **01800 468 8722** en el resto del país.

Calor de hogar

Combustibles para sistemas de calefacción doméstica

Además de las fiestas, el frío es una de las características de la temporada decembrina. ¿Sabes qué sistema de calefacción es el más económico, seguro y eficiente? Aquí te explicamos cómo funcionan y rinden.



¿Quién dijo frío?

Elige el sistema de calefacción de acuerdo con tus necesidades. Toma en cuenta los siguientes consejos:

- La zona climática determinará el tipo de sistema de calefacción que requiere tu casa. Identifica si tu hogar está ubicado en una zona fría o cálida, eso te ayudará a determinar el tipo de sistema que más se adecue a tus necesidades.
- Toma en cuenta el espacio que estará disponible para la instalación del sistema y las necesidades de calentamiento, si es parcial o total, así como la frecuencia de uso de la instalación.
- La fuente de energía también es importante. Dependiendo del tipo de sistema elegido, por ejemplo, si se va a instalar una fuente de energía de suministro continuo, de preferencia hay que estar cerca de una red de distribución de energía. Si se trata de un sistema que requiera combustible a granel, como gas LP, deberás elegir un proveedor o servicio de reparto, con ello garantizas la accesibilidad y la frecuencia de la distribución.

Las bajas temperaturas que se presentan en algunas regiones del país obligan a los habitantes a idear formas de calentar sus hogares. Desde el descubrimiento del fuego, hace ya casi un par de millones de años, estas formas de generar calor en las viviendas se han sofisticado, por lo que actualmente existen diversos sistemas de calefacción doméstica. Aunque, claro, persiste la romántica chimenea.

Según cálculos de la Secretaría de Energía (Sener), el consumo de energía en México destinado a la calefacción es apenas de 1.2%. Si nos comparamos con otros países como, por ejemplo, España, en donde esta cifra es de 64%, según el Instituto para la Diversificación y Ahorro de Energía (IDEA), podemos inferir que la temporada invernal de este lado es mucho más llevadera. Sin embargo, aunque en mucho menor medida que en otros países, la calefacción es una necesidad doméstica real en el país que, como toda inversión, hay que planificar.

¿Cuál me conviene?

Para elegir el método que calentará tus noches invernales, dada la gran oferta que existe, hay que considerar varios factores: la región en la que habitas, la infraestructura de tu hogar y la disposición de las habitaciones, para saber si te conviene –y tu presupuesto te lo permite– invertir en un cierto sistema en particular.

Otro punto digno de tomarse en cuenta al elegir el sistema que utilizarás es el tipo de combustible que alimentará la fuente de calor, pues cada uno tiene sus pros y sus contras.

La mayoría de los sistemas de calefacción modernos, sobre todo los centrales o colectivos, depende de métodos de calentamiento de un líquido para proporcionar la energía necesaria que mantenga cálida una casa (gas, diésel, gasolina o energía eléctrica). No obstante, los combustibles “tradicionales”, como la leña, el carbón y los residuos animales, se siguen empleando tanto para calentar las viviendas como para cocinar; de hecho, quizá es una de las fuentes de energía más utilizadas en las zonas rurales de México.

De acuerdo con la Secretaría de Salud, en su informe “Salud México 2003. Información para la rendición de cuentas”, a nivel nacional casi 50% de la población utiliza energía de combustibles sólidos (también llamada “sucía”).



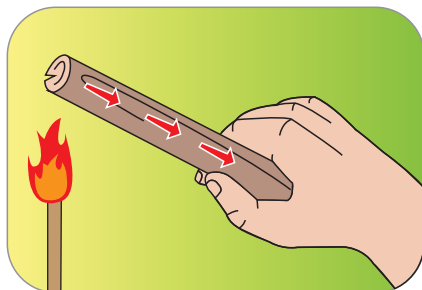
Para más información sobre los beneficios de este tipo de tecnologías llama a CFE, a la Comisión Nacional para el Uso Eficiente de la Energía (Conuee) o a la Asociación Nacional de Energía Solar (ANES). Descubre más sobre los créditos verdes que otorgan Infonavit y Fovissste.

Usos de combustibles en México

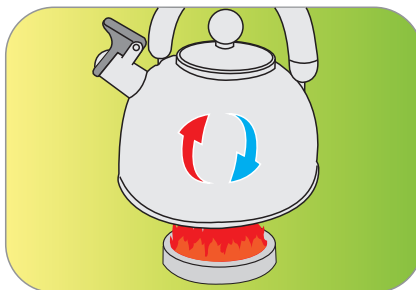
En la siguiente tabla mencionamos algunas características de los combustibles con los que funcionan algunos sistemas de calefacción individual (los sistemas colectivos son poco utilizados domésticamente en México), así como pros y contras de su empleo.

Difusión de calor	Gas	Electricidad	Leña y carbón	Parafina o queroseno	Agua y aceite
Ventajas	► Adecuado costo/beneficio (valor del gas vs. el calor producido). ► Poco contaminante.	► Es la energía más "limpia". ► La más segura. ► No presenta problemas de almacenamiento (siempre que el suministro sea permanente e inmediato).	► Alto rendimiento térmico. ► Muy económica.	► Bajo costo y alta eficiencia.	► Son fuentes calóricas limpias y eficientes. ► Son seguras.
Desventajas	► Dependencia al suministro y almacenamiento.	► Es la menos económica. ► Menos eficiente que el gas.	► Altamente contaminante. ► Dependencia al suministro y almacenamiento. ► Permanente rutina de limpieza de cenizas y hollín. ► Alto riesgo de intoxicación y emisión de chispas.	► Muy contaminante. ► Tóxico. ► Deja olor. ► Riesgo de derrame.	► Requieren, a su vez, gas o electricidad para funcionar. ► Alto costo de instalación y mantenimiento en caso de fuga.
Aparatos	► Estufas catalíticas, de llama abierta, infrarrojas, chimeneas, de suelo radiante.	► Calefactores de cuarzo, halógenos, oleoeléctricos, de fibra de carbono, termoventiladores, convectores eléctricos.	► Chimeneas, quemadores, estufas conocidas como "salamandras".	► Estufas a parafina.	► Calefacciones de caldera, radiadores de agua, calentadores de pared oleoeléctricos.

Los calefactores tradicionales y modernos emiten calor mediante estas tres formas, independientemente del combustible que empleen:



Conducción: el calor se transmite por contacto de un cuerpo con mayor temperatura al otro (colchas eléctricas, "calentapiés", bolsas de agua caliente).



Convección: el calor se transfiere por la recirculación del aire en un espacio determinado, es decir, por movimiento real de las moléculas de una sustancia (termoventiladores, calefactores oleoeléctricos, estufas de pared).



Radiación: la transmisión de calor es directa, mediante ondas radiantes, pero sin que exista contacto (estufas infrarrojas, halógenas, catalíticas, calefactores de leña, chimeneas).

Ni tanto que queme al santo...

Toda fuente de energía puede representar un peligro para la salud y para el medio ambiente cuando hay de por medio la quema de un combustible en condiciones inseguras. Recordemos que todo proceso de combustión libera agentes contaminantes como el monóxido de carbono, el cual representa un riesgo para el bienestar físico de las personas. Y es que el monóxido de carbono (CO) es un gas que no se puede ver ni oler, el cual puede causar la muerte en minutos cuando se respira en niveles elevados o por periodos prolongados. Se produce cuando se queman materiales combustibles como gas, gasolina, queroseno, carbón o madera, de manera que el uso de quemadores, calentones y fogatas a base de éstos materiales debe tomarse con mucha seriedad y responsabilidad.

Si no tienes calefacción o quieres usarla al mínimo, el sitio ecologista Veo Verde recomienda lo siguiente para sobrevivir el invierno en tu hogar:

1. Duermes en las habitaciones que estén expuestas al sol durante el día.
2. Vuelve tus paredes a prueba de frío: si son huecas, inyectales material aislante; si son macizas, revítelas con materiales como fibra de celulosa o periódicos viejos.
3. Envuelve con periódicos viejos las tuberías que están a la intemperie. Así el agua no tardará tanto en calentarse.
4. Aísla todos los vidrios. Si tu presupuesto no te permite poner vidrios dobles, usa el tradicional "plástico de burbujitas", y aplica pasta aislante por los costados para que no se cuele el aire frío.
5. Las cortinas térmicas te dan doble beneficio: en verano aíslan el calor, y en invierno, el frío. Sólo ábrelas por la tarde para que entre el sol.

Bibliografía:

- ARQHYS Arquitectura. "La calefacción". Recuperado el 8 de noviembre de 2012 de www.arqhys.com
- Calefacción en México. "Elegir el sistema de calefacción para el hogar u oficina". Recuperado el 11 de noviembre de 2012 de <http://www.calefaccionenmexico.com.mx/calefaccion-para-hogar-oficina.htm>
- Hágalos usted mismo. "¿Cómo elegir? Calefacción del hogar". Recuperado el 11 de noviembre de 2012 de http://www.hagaloustedmismo.cl/data/pdf/fichas/ai-ec02_elegir%20calefaccion.pdf
- Hermosilla, Karen. "¿Una locura? 8 consejos para calentar tu casa sin recurrir a calefacción". Veo Verde. Recuperado el 11 de noviembre de 2012 de <http://www.veoverde.com/2012/05/una-locura-8-consejos-para-calentar-tu-casa-sin-recurrir-a-calefaccion/>
- Secretaría de Salud. (2003). Salud México 2003. Información para la rendición de cuentas. / Factores de riesgo: Población expuesta a residuos de combustibles sólidos. Recuperado el 8 de noviembre de 2012 de <http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/documentos/DOCSAL7484.pdf>
- IPSE y Transenergía. (Junio de 2009). Análisis de mercado para la aplicación de tecnologías de energías renovables y eficiencia energética en hoteles en México, y mercado potencial para el sector financiero. Recuperado el 11 de noviembre de 2012 de http://www.energy-base.org/fileadmin/template/BASE/Reports/Estudio_de_Mercado_Mexico_-_Hoteles_y_EE.pdf

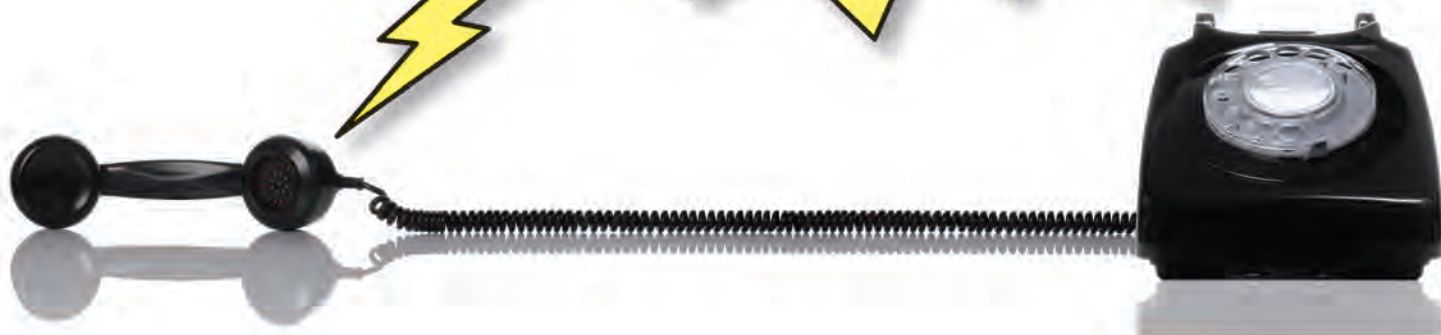
Registro Público para Evitar Publicidad



REGISTRO
PÚBLICO PARA
EVITAR
PUBLICIDAD

LA PRIVACIDAD ES TU DERECHO

Si no quieres recibir
llamadas publicitarias a tu
casa, celular u oficina, **inscribe**
tus números en **REPEP**



- ➔ Marca al **9628 0000** DF, zona metropolitana, Guadalajara y Monterrey o **01 800 962 8000** en el resto del país, las 24 horas, los 365 días del año.
- ➔ Si pasados 30 días de estar inscrito una empresa vuelve a llamarte, denúnciala al Teléfono del Consumidor: **5568 8722** DF y zona metropolitana o **01 800 468 87 22** en el resto del país.

Esta Navidad

Saca tus manteles largos sin alargar tu presupuesto



Satisfacer a tus invitados esta Nochebuena no tiene por qué dejar tus bolsillos vacíos. Echa a volar tu creatividad y lúcete con una cena deliciosa, saludable y económica.

Uno de los mayores desafíos al planear una fiesta es tratar de decidir cuánta comida vamos a servir, dependiendo del número de invitados y la cantidad que podemos gastar. Y aunque no hay una regla estricta que resuelva este dilema, con un poco de planeación y siguiendo estos sencillos consejos podremos diseñar un delicioso menú con un presupuesto razonable.

La chef Julie Massa recomienda elegir ingredientes de temporada como protagonistas de tu mesa. Aunque el pavo o la pierna suelen ser la elección, ¿por qué no usar ingredientes que no sean tan costosos ni requieran tanto tiempo para hornear? Un ejemplo podría ser un jugoso pollo rostizado a la sal servido con una ensalada de naranja y menta que estará listo en una hora, o un filete de cerdo a la parrilla con una ensalada de guayaba y espinaca; ingredientes sencillos y económicos que, combinados de forma atractiva, harán lucir al anfitrión.

Revisa esta lista de frutas y verduras de temporada y crea tus propias combinaciones. ¿Qué tal una pasta con salsa de calabaza? ¿O unas zanahorias cocidas en jugo de naranja y miel?

Frutas y verduras decembrinas



Aguacate	Limón	Betabel
Caña	Limón real	Camote
Chicozapote	Naranja	Calabaza
Chirimoya	Papaya	Col
Dátil	Plátano	Espinacas
Fresa	Tamarindo	Jitomate
Granada china	Tejocote	Lechuga
Guayaba	Toronja	Romeritos
Jícama	Zapote negro	Zanahoria
Lima	Acelga	

¡Haz tus cálculos para que todo el mundo quede satisfecho!

Botana o aperitivos que se comen de un solo bocado

- Para antes de servir la cena: **6 piezas** por persona.
- Si los bocadillos son la cena (por ejemplo, cuando es solamente un coctel navideño): de **4 a 6 bocadillos por persona** por hora (si tu fiesta tendrá una duración de tres horas y tienes 20 invitados, necesitarás entre 240 y 360 bocadillos).

Plato principal

- Pescado, carnes y aves: entre **170 y 225 g** por persona.

Guarniciones

- Arroz, frijol u otros granos: al menos **40 g** por persona.
- Papas: **140 g** por persona.
- Vegetales: **115 g** por persona.
- Pasta: **55 g** por persona.
- Ensalada: **30 g** por persona (sin el aderezo).

Postres

- Pastel o tarta: **1 rebanada** por persona (un pastel mediano generalmente tiene 12 rebanadas).
- Mousse: **115 g** por persona.
- Helado: **140 g** por persona
- Si vas a servir dos postres, reduce las cantidades a la **mitad**.



Julie Massa vive en la Ciudad de México y es chef Cordon Blue del California Culinary Academy de San Francisco, California. Para catering y clases de cocina escribe por correo electrónico a chefjuliemassa@gmail.com o en Facebook a Julieta Massa.



Cuida hasta el último detalle

- **No repitas** el ingrediente principal. Por ejemplo, si vas a servir espinaca en los bocadillos, no la incluyas en la ensalada.
- Considera los **colores** de la comida para darle vida a la presentación de tus platillos. Una ensalada de lechuga se verá espectacular con unas cuantas **fresas rebanadas** encima.
- Busca **combinar** comida fría y caliente y no olvides considerar las **texturas**.

Para que tus fiestas no sean en la sala de emergencias, mejor prevenir

Blanca, saludable y segura Navidad



Comienza el último mes del año y con él la jornada de festejos, compras, banquetes, desveladas y paseos vacacionales, que inevitablemente nos exponen a riesgos de sufrir accidentes o a enfermarnos. Por eso, más vale tomar precauciones para no terminar pidiendo posada... en el hospital.

Para la mayoría de nosotros diciembre es un mes atípico; si no repleto de actividades, sí de alteraciones en nuestros hábitos cotidianos, lo cual puede terminar por afectar nuestra salud e impedarnos disfrutar plenamente de las posadas, vacaciones, la compañía de nuestros seres queridos, o de un buen y merecido descanso.

Durante las festividades decembrinas la actividad en las salas de emergencia se incrementa considerablemente, tal como asegura Armando Iturbe, director de Urgencias del Hospital General Regional de la

zona no. 1 del IMSS, no sólo por el número de pacientes que acuden a solicitar atención médica, sino por la complejidad de los cuadros que presentan. Además, muchos de los servicios de consulta regular, tanto públicos como privados, permanecen cerrados en estas fechas, por lo que los servicios de emergencia deben atender pacientes cuyo caso no es urgente, pero que precisa atención.

Los factores de mayor riesgo en esta temporada los conocemos bien pero, en ocasiones, entre tanta fiesta, los pasamos por alto:



Los niños y los ancianos requieren de nuestra **vigilancia** y cuidados adicionales; **ellos** son más **vulnerables** a los cambios bruscos de **temperatura**, a los alimentos en **mal estado** o poco digeribles y a **accidentes** que pueden poner en riesgo su vida o su integridad física.

► El cambio climático

Los frentes fríos repentinos y la exposición a cambios bruscos de temperatura –por ejemplo, al salir desabrigado de una habitación climatizada hacia la intemperie– aumentan el riesgo de desarrollar enfermedades respiratorias como gripe, influenza, bronquitis, amigdalitis, neumonía, asma o alergias.



► Alimentos

Debido a que en las comilonas decembrinas suele haber alimentos y bebidas a los que no estamos acostumbrados, o que no solemos combinar entre sí, aumenta el riesgo de sufrir indigestión, o incluso una alergia alimentaria.

También hay que considerar que tanto en festejos como cuando estamos de viaje, comer fuera de casa eleva las posibilidades de ingerir alimentos contaminados, ya sea por su manipulación poco higiénica, cocción insuficiente, recalentamiento inadecuado, o falta de congelamiento o refrigeración.



► El abuso de bebidas alcohólicas y otras drogas

Durante estas fechas se dispara el consumo de bebidas embriagantes, y con ello, las intoxicaciones severas y los accidentes de tránsito. Además, beber en exceso repercute en el estado de ánimo y en la salud, si la persona no se toma un tiempo de descanso o no consume suficiente agua y alimentos para recuperarse.





Disfruta de una noche de paz, atendiendo a estos consejos:



- Abrígate bien y procura no salir cuando disminuya mucho la temperatura.
- Vacúnate contra los virus estacionales como la influenza.
- Come todo aquello que se te antoje, pero no te excedas ni mezcles demasiados platillos. Si estás satisfecho en un momento dado, espera al recalentado para retomar el banquete, o llévate una itacate para el día siguiente.
- Si bebes, no te excedas y evita conducir.
- Duerme bien. Los expertos recomiendan de 6 a 8 horas seguidas.
- Si tienes algún padecimiento ya diagnosticado o crónico, no suspendas tu tratamiento durante la temporada.
- Si te sientes solo o triste, busca el contacto con personas cercanas.
- Si vas a viajar, prepárate: lleva dinero para imprevistos, como quedarte una noche más o acudir al médico. Y nunca manejes cansado.
- Simplifica la Navidad, no estás obligado a gastar ni a asistir a todas las fiestas. Recuerda que se trata de compartir y de estar con los seres queridos.
- Si te enfermas y tu médico está de vacaciones, no te automediques ni te trates tú mismo, acude a un hospital.
- Aplica todas estas reglas con mayor rigor en niños y ancianos, y mantenlos siempre acompañados y vigilados. De eso se trata la Navidad, ¿no?

Recuerda que los centros de salud, los hospitales públicos y privados, y el IMSS y el ISSSTE, están preparados para recibir y dar atención médica oportuna y eficaz a todos, para que el saldo navideño sea blanco.

► La falta de sueño y descanso

Es bien sabido que conducir cansado es tan peligroso como hacerlo en estado de ebriedad. La falta de sueño reduce nuestros reflejos, y quien se queda dormido al volante puede provocar mucho daño tanto a sí mismo como a otros pasajeros o transeúntes.

Dormir menos de lo recomendado disminuye nuestra capacidad inmunológica, lo que nos vuelve vulnerables a contraer infecciones; también afecta las capacidades de memoria, aprendizaje y atención; y nos hace más propensos a padecer depresión y desórdenes emocionales.



► Depresión y estrés

La nostalgia, tan común en estas fechas por el recuerdo de quienes ya no están o por la soledad; la angustia generada por la falta de dinero y los gastos excesivos; o la sobrecarga de trabajo y actividades, pueden desembocar en estrés o, en casos más graves pero no poco comunes, en depresión. Si bien no es una emergencia en sí misma, esta última se refleja en el aumento de intentos de suicidio durante el mes en cuestión.

La "depresión decembrina" es más frecuente en los lugares cuyo invierno es muy frío, pues también está relacionada con la disminución en la producción de betaendorfinas, que se inhibe en algunos individuos mientras el cuerpo trabaja para mantener su temperatura elevada con el fin de combatir el frío, lo que intensifica los sentimientos negativos.

► Quemaduras y lesiones

Es común que por atender tantas actividades andemos más distraídos o descuidados. Muchos accidentes domésticos ocurren por haber dejado encendidos aparatos eléctricos o de combustión (revisa nuestras secciones Consumo Energético y Seguridad de Productos de este número), o por disminuir la vigilancia a niños pequeños y ancianos que pueden sufrir caídas o golpes, y que en el caso de los adultos mayores pueden tardar demasiado en sanar o no hacerlo nunca.

Los niños, incluso, pueden hacerse daño con objetos que no deberían estar a su alcance, como petardos y otros objetos pirotécnicos –cuyo uso y comercialización, de hecho, es ilegal–, armas o sustancias tóxicas; o sufrir quemaduras al dejar desatendidos la estufa o el horno.

Entrevista:

Armando Iturbe, director de Urgencias del Hospital General Regional de la zona no. 1 del IMSS.

Fuente:

Fresneda, Carlos. (30 de octubre de 2007). "La falta de sueño altera gravemente la parte 'emocional' del cerebro". *El Mundo*. Recuperado el 6 de noviembre de 2012 de <http://www.elmundo.es/elmundo/2007/10/26/ciencia/1193410444.html>





¡Que no se te queme en las manos!

6 formas de aprovechar tu aguinaldo

¿Ya te depositaron tu aguinaldo? No dejes que en unos minutos se esfume todo el trabajo de un año. Existen otras formas de invertir tu dinero y regalarte un poco de paz y bienestar a futuro. Aquí te compartimos seis ideas para lograrlo.



Para este mes de diciembre, según la Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo del Instituto Nacional de Geografía e Informática (INEGI), poco más de 19 millones de trabajadores recibirán su aguinaldo. Pero, ¿sabes en qué consiste?

El aguinaldo es una prestación que se detalla en el artículo 87 de la Ley Federal del Trabajo. En él se establece que “los trabajadores tendrán derecho a un aguinaldo anual que deberá pagarse antes del veinte de diciembre, equivalente a quince días de salario, por lo menos”.

Muchas personas esperan con ansia esta prestación para comprar regalos, juguetes, ropa, calzado y cuanto artículo les pongan enfrente, ignorando que existen otras formas de invertirla. ¡Y no pongas esa cara! No se trata de no gastar o de privarte de algunos gustos. Se trata de elegir bienes más duraderos o de quitarte pesos de encima. A continuación te compartimos seis ideas para darle un uso diferente a tu aguinaldo:

1

Un 2013 más ligero

Seguramente entre tus propósitos de Año Nuevo estará lucir una figura más esbelta o tener hábitos más saludables. ¿No se te antojaría, también, tener un año más ligero, económicamente hablando?

Vivimos en la era de los pagos chiquitos, los créditos y las temidas fechas de corte de la tarjeta de crédito. Si tienes una deuda pendiente que has venido arrastrando durante 2012, ¿por qué no darle un final feliz? **Utiliza tu aguinaldo para liquidarla o abonar a algún crédito, ahorrando en intereses.**

Uno de los grandes problemas de las ofertas a 12 meses, créditos y formas de pago similares, es que “olvidamos” que contrajimos una deuda a los pocos meses de disfrutar el bien o servicio que adquirimos. Empezar el nuevo año con un “borrón y cuenta nueva” financiero es un verdadero regalo. **Te lo mereces.**



2



Satisfacción que dura

No tienes deudas, las ofertas son meros cantos de sirena y llevas un buen manejo de tus finanzas gracias a que sigues un presupuesto. ¡Es tiempo de enloquecer un poco! Claro, responsablemente. Antes de darle rienda suelta a tus deseos, pregúntate si tienes alguna necesidad que satisfacer.

¿La lavadora ya no tiene garantía y el técnico ya se ha convertido en parte de la familia? ¿Tu computadora sigue corriendo en Windows 95? ¿La relación entre tu televisor y tú se ha teñido de violencia? Adquirir un bien duradero que te dará años de satisfacción y **mejorará tu vida, sin duda es una excelente opción para invertir tu aguinaldo**.

En el rubro de bienes duraderos incluye también ropa que te pueda servir para el trabajo (o mejor aún, para tocar puertas de puestos más altos), un tratamiento dental que blanquee tus dientes para sonreírle al futuro o una tableta que te permita mantenerte en contacto con el mundo. **Piensa en esos bienes que durarán más de una puesta**, una noche de sonrisas o un uso aislado en tu vida.

4

Cómprate un sueño

Quizá tu aguinaldo no te parezca demasiado dinero. Pero, con un poco de orden en tus finanzas, puede convertirse en unas vacaciones paradisiacas, el enganche para un coche o cualquier otra cosa que el dinero y el ahorro puedan comprar. **¡Se vale soñar!**

Si ya tienes la costumbre de ahorrar, puedes dedicar una parte de esta prestación a incrementar tus ahorros para cumplir de manera anticipada tu proyecto o para tener una reserva más sólida para las emergencias que se presenten a lo largo del 2013.

De hecho, sin importar por cuál de estas opciones te decantes, destinar una parte de este dinerito extra al ahorro siempre será una opción inteligente. **Ahorrar es la mejor forma de darle la bienvenida a los tiempos venideros.**

3

Tu casa, tu santuario

Hablando de bienes perdurables, ¿ya inspeccionaste el estado en que se encuentra tu casa? **Tu aguinaldo puede hacer la diferencia entre cuatro paredes y un verdadero santuario.** Pintar las paredes, mandar arreglar ese corto eléctrico o la fuga de agua en el baño son gastos que te devolverán la calma. **Y la tranquilidad no tiene precio.**

También considera cambiar el viejo sillón por uno nuevo, o quizá estrenar recámara. Los muebles ayudan a darnos el confort que las horas de tráfico, las sillas incómodas de la oficina y el estrés nos restan. Además, si compras algún electrodoméstico para el hogar, puedes adquirir uno que te ayude a ahorrar energía eléctrica. O incluso adoptar alguna ecotecnología, como un calentador solar de agua.

Recuerda: "El buen juez por su casa empieza".



5

Haz crecer tu dinero

En entregas anteriores te hemos contado sobre lo fácil que puede ser hacer crecer tu dinero, especialmente cuando tienes el hábito del ahorro tan sólido como el de lavarte los dientes después de comer. **Considera invertir tu dinero en una cuenta de ahorro, en CETES, en tu Afore, o en la adquisición de un seguro de vida, de gastos médicos, educación, o incluso para el retiro.**

Ahorrar tu dinero debajo del colchón quizá te permita dormir tranquilo todas las noches, sabiendo que, literalmente, tienes un colchoncito. Sin embargo, recuerda que hay opciones para que tus ahorros se vayan multiplicando. No importa que de entrada te parezca una ganancia mínima, icada centavo cuenta! Piensa que a finales de 2013 tendrás más dinero del que tenías cuando terminó 2012. **Así de fácil.**



El aguinaldo es una prestación que se detalla en el **artículo 87 de la Ley Federal del Trabajo**. En él se establece que “los trabajadores **tendrán derecho a un aguinaldo anual que deberá pagarse antes del veinte de diciembre, equivalente a quince días de salario, por lo menos**”



6

De cuesta a declive de enero

Haz memoria del –ahora tan lejano– principio de 2012. Era enero, hacía frío y ni el suéter más abrigador te hacía dejar de tiritar. ¿Por qué? Ni más ni menos que por los fantasmas de la Navidad pasada que vinieron a cobrar no sólo los excesos en el comer y beber, sino también en el gastar.

Si tienes familia, y especialmente si tienes hijos, sabes que diciembre y enero son meses de gastos fuertes. Muy fuertes. ¿Ya viste los precios de los juguetes de este año? **Más vale que les vayas echando un ojo y planees todos los gastos.**

Si no llevas un presupuesto familiar, éste es un buen momento para hacerlo. Llegar a enero sin deudas y que, más que cuesta, sea un mes que fluya como si fueras de bajada, es el mejor regalo que puedes darle a tu salud mental. Prevenir los excesos financieros, comparar precios y tomar las mejores decisiones te ayudarán a empezar 2013 sin maldiciones gratuitas.

Presupuestar la cena, los viajes para visitar a la familia o los gastos para entretener a las visitas te ayudarán a saber cuánto puedes gastar y poder disfrutar de estas fiestas sin pasarte de la raya. Tener que empeñar hasta al pobre perico para sobrevivir enero no es vida, **tenlo en mente.**



RECOMENDACIONES DE SUPERVIVENCIA



¿Crees que exageramos? Durante diciembre nunca faltan las ofertas, promociones y otras tantas gangas que pueden tentarnos a derrochar más dinero del que tenemos (y del que podríamos tener). Por eso, te damos las siguientes recomendaciones para que sobrevivas a este mes:

► **No te dejes llevar por la tentación.** Ten la cabeza fría y planea tus gastos. La alegría de este mes no le tienta el corazón a los bancos y otras instituciones financieras con las que tienes alguna deuda. Antes de dar el tarjetazo para aprovechar una promoción irrepetible, **calcula cuánto dinero tendrás que pagar este mes y cuánto el próximo.** No sólo de recalentado vive el hombre.

► **La tarjeta tiene vida propia.** Pensar en cuánta felicidad y sonrisas pueden provocar los obsequios que estamos comprando pueden hacernos perder el piso. Por ello, es conveniente que lleves un **registro de todo el dinero que estás gastando**, especialmente con las tarjetas de crédito. Parece una obviedad, pero muchas veces olvidamos que no es un "dinero extra", sino una deuda que tendremos que pagar en enero. Considera esto especialmente si tienes deudas anteriores.

► **Jerarquiza tus necesidades.** En la vida hay prioridades y deseos. ¿Con base en cuál de estas jerarquías organizas tus compras? Las necesidades son pocas y

puedes ponerlas en papel, pero los deseos son incontables e insaciables. **Evita los arrepentimientos de Año Nuevo.** Establece qué necesitas y qué deseas, para así saber en qué gastar y en qué no.

► **No olvides los imprevistos.** Vivir el momento no tiene nada de malo, pero vivir al día (financieramente hablando) puede ser una auténtica ruleta rusa. Tener un "colchón" para los imprevistos puede salvarnos el pellejo. **Un accidente, una operación de emergencia, o incluso un problema en la infraestructura de tu hogar pueden dejarte en la calle.** Antes de gastar todo, destina algo a un fondo de ahorro para estas situaciones.

► **Prefiere prevenir.** Diciembre no sólo es sinónimo de foquitos de colores y villancicos, también lo es de filas interminables, embotellamientos y estrés en las cocinas de todo el país. **Regálale un poco de paz en estas fechas y procura hacer tus compras con calma y con antelación.** No únicamente podrás librarte del estrés de las compras de pánico, también podrás presupuestarlas y considerar opciones para dar el mejor regalo.



¿Juguetes, computadoras, ingredientes para la cena de Navidad o de Año Nuevo? Tantos gastos y tan poco tiempo... Comparar precios es fundamental para realizar las mejores decisiones de compra; sin embargo, las carreras, las interminables filas y el tráfico muchas veces nos arrojan a los brazos de la desesperación.

Además de prever tus compras, consulta la información que te brinda el programa **Quién es Quién en los Pre-**

cios (QQP), donde encontrarás referencias de los precios de la canasta básica, medicamentos, electrodomésticos, y en esta temporada, un catálogo muy extenso de juguetes. Recuerda que, en el libre mercado, los proveedores son libres de fijar el precio según el servicio que te ofrecen, puedes encontrar entre uno y otro diferencias más que significativas.

Ahora, si tienes pensado comprar línea blanca y electrónica de contado o

a crédito, **Profeco** también cuenta con el programa **Quién es Quién en Crédito a Pagos Fijos**, con el que puedes comparar el costo financiero en compra a crédito que ofrecen los diferentes establecimientos para que elijas el que mejor se acomode a tu presupuesto. Entra al Portal del Consumidor (**consumidor.gob.mx**) para obtener más información sobre estos productos; incluso, puedes descargarlo en tu tableta o *smartphone*.

Apps: herramientas para la nueva era

Desde la que te ofrece un programa de ejercicios para bajar de peso, hasta la que detecta fantasmas en una habitación, o los casi indispensables juegos como Plants vs. Zombies, las aplicaciones o *apps* para dispositivos móviles son lo último en interactividad y tecnología. Pero, ¿de qué se trata este universo?

En los últimos años, el asombro sobre el avance tecnológico en computadoras ha pasado la estafeta al desarrollo de los dispositivos móviles; las especificaciones técnicas, su arquitectura, el creciente mercado y el alcance de los *smartphones* protagonizan hoy la agenda de las novedades tecnológicas.

Esto es así porque el *smartphone* —o teléfono inteligente—, las tabletas y los dispositivos de almacenamiento y reproducción de música y video ya no necesariamente son exclusivos de unos cuantos privilegiados, pues cada vez hay más oferta y posibilidades de adquirirlos y sus beneficios son tantos que, una vez que tienes uno, se convierte en una herramienta indispensable para la vida diaria.

¿Qué son las apps?

Los *smartphones*, tabletas y reproductores cuentan con ventajas similares a las de una computadora: sistema operativo, memoria y capacidad de almacenamiento. Con el fin de incrementar estas funciones, los desarrolladores de *software* han creado gran cantidad de programas o aplicaciones llamadas "*apps*", los cuales se descargan e instalan en tu dispositivo, aprovechando sus características ya sea para crear herramientas o potenciar las que ya tienes —como las funciones GPS—, o para fines de entretenimiento, como es el caso de los juegos.

Se espera que este año se descarguen 50 millones de apps; para el 2015 el estimado es de 183 millones —IDC

¿Por dónde empezar?

Basta con ingresar a la tienda de aplicaciones de tu dispositivo (Google Play, Ovi, Blackberry App World y la App Store) para descubrir algo útil —o absolutamente superfluo— que no sabías que necesitabas.

A primera vista, la cantidad y variedad de aplicaciones puede resultar abrumadora o confusa; por fortuna, las propias tiendas brindan orientación sobre cuáles son las indispensables, las nuevas y las más vendidas. ¿Ya elegiste la que deseas? Para hacerlo, sigue estos sencillos pasos:

- 1 Accede a la tienda de aplicaciones de tu teléfono inteligente, reproductor de música o tableta.
- 2 Crea una cuenta en la tienda de aplicaciones.
- 3 Define la forma en la que comprarás los contenidos; puede ser mediante tarjeta de prepago, descuento de tu saldo, o a través de una tarjeta bancaria.
- 4 Lee atentamente las condiciones de compra especificadas en el contrato de la tienda.
- 5 Verifica que los requerimientos técnicos de la aplicación sean compatibles con tu teléfono inteligente, reproductor o tableta.
- 6 Sigue los pasos que se te indiquen para descargar e instalar la *app*.





El éxito de una *app* está ligado, principalmente, a la facilidad de uso, si es gratis o de bajo costo, que tenga muy bien definida su función, que no demande muchos recursos del dispositivo, y que esté disponible para varias plataformas

Adquirir aplicaciones no tiene que ser costoso; dentro de las tiendas virtuales, la mayoría de las más populares es gratuita. Las hay muy buenas que tienen costos que van desde los 10 pesos en adelante; además, muchas cuentan con una versión de paga y otra gratuita. Por lo general, la gratuita contiene publicidad o funciones limitadas.

¿Y mi seguridad?

Las tiendas de *apps* –propiedad de la compañía que provee el sistema operativo– cuentan con ciertos criterios de seguridad para autorizar la venta de aplicaciones desarrolladas por terceros, los cuales puedes consultar en el apartado de “Términos y condiciones” de la tienda.

Ten en cuenta que, por su naturaleza, algunas *apps* necesitan acceder a tu lista de contactos, registro de llamadas, sistema de geolocalización, nombre de usuario y con-

traseña de redes sociales; a tus fotografías, a los datos transmitidos en internet, entre otras. Todas estas funciones son configurables y estás en tu derecho de autorizarlas o bloquearlas desde la misma aplicación o desde los ajustes del sistema operativo de tu aparato.

Sin embargo, es difícil saber qué información recopila cada *app* y qué hace con ella, si se usa para algún estudio de mercado o si es vendida. Por eso, te recomendamos:

- ▶ No reveles datos personales si no es necesario, y sólo adquiere tus *apps* en tiendas autorizadas (Google Play, Ovi, Blackberry App World y la App Store).
- ▶ Investiga acerca de la empresa que desarrolló la *app*.
- ▶ En la red están disponibles reseñas sobre la aplicación; léelas para que te des una idea de sus funciones, pros y contras.
- ▶ Reflexiona si las autorizaciones que solicita van de acuerdo con su función –si es una aplicación de mapas, tiene sentido que necesite acceder al sistema de geolocalización, no así a tus contactos.
- ▶ De ser posible, antes de comprar una aplicación prueba la versión gratuita.

Un universo ilimitado... y apenas empieza

La fiebre por las *apps* ha disparado la creatividad de los desarrolladores; igual aciertan con un adictivo juego que rompa todos los récords de descargas como Angry Birds, que con una comunidad de fotógrafos como Instagram. Existen aplicaciones muy útiles para identificar el nombre de la canción que estás escuchando o para conocer las características de los productos al capturar su código de barras; las hay también para llevar el calendario del ciclo menstrual, medir en decibelios el ruido que hay en el ambiente o para ahuyentar perros; hasta las rarezas, como Mina, la novia virtual, que manda mensajes de amor.

Hay otras que rayan en lo absurdo, como la que genera mensajes al azar para enviarlos a tus contactos cuando estás de fiesta, pasando por la del gato que repite todo lo que le digas con voz de maullido; otra que produce sonidos de flatulencias y la aplicación que solamente sirve para cronometrar cuánto puedes durar apretando un botón.

Puede ser que una vez que entres al mundo de las *apps* no pares hasta llenar la memoria de tu dispositivo, por eso es recomendable evaluar el desempeño de cada una, ya que algunas requieren mucho más espacio del que indica la información de la descarga. También es necesario cerrar todas las aplicaciones que no estés usando, pues consumen recursos, volviendo muy lento tu dispositivo.



Hablando de aplicaciones útiles...

Descarga nuestra *app* de la **Revista del Consumidor**, la cual está disponible a partir de este mes y en la que podrás consultar todos nuestros artículos, además de información adicional y contenidos multimedia. También te recomendamos nuestra *app* **Quien es Quien en los Precios (QQP)**, para que sepas qué proveedor te ofrece el mejor precio del producto que buscas. Y si quieres poner una denuncia contra un proveedor que crees que vulneró tus derechos, también puedes hacerlo mediante la nueva *app* **Quejas y denuncias**.



Las más populares en 2012: Whatsapp e Instagram.

Bibliografía:

·Alerta en línea. “Aplicaciones móviles: qué son y cómo funcionan”. Recuperado el 11 de noviembre de 2012 de <http://www.alertaenlinea.gov/articulos/s0018-aplicaciones-m%C3%B3viles-qu%C3%A9-son-y-c%C3%B3mo-funcionan>. BBC Mundo. (9 de abril de 2011). “Qué son las ‘apps’ y para qué sirven”. Recuperado el 11 de noviembre de 2012 de http://www.bbc.co.uk/mundo/noticias/2011/04/110408_1336_tecnologia_apps_negocios_celulares_telefonos_inteligentes_dc.shtml. Bradford, K. T. (21 de noviembre de 2011). “Top Ten Apps of 2011”. GottaBeMobile. Recuperado el 11 de noviembre de 2012 de <http://www.gottabemobile.com/2011/12/21/top-10-apps-of-2011-distimo/Oddde.4dejunio2011>. “10 Weirdest iPhone Apps”. Recuperado el 11 de noviembre de 2012 de http://www.oddee.com/item_97774.aspx.



Prende tus luces (de alerta) en diciembre

Las circunstancias de esta época son distintas a las del resto del año, debido a los juguetes y demás regalos que obsequiamos a nuestros seres queridos, o los adornos con que ponemos a tono nuestro hogar para la temporada navideña. Ninguno de estos objetos debería representar un riesgo si tomamos nuestras precauciones éste y todos los meses.

En época de festividades los hogares se llenan de luces, colores y regalos, principalmente para los niños que esperan la Navidad con ilusión. Pero no consideramos que, a veces, este espíritu navideño nos hace bajar la guardia y descuidar algunos aspectos de seguridad doméstica, sobre todo cuando se trata de llevar objetos nuevos a los hogares, y cuyo buen desempeño nos es desconocido.

Durante noviembre y diciembre, los hospitales atienden a un mayor número de personas que el resto del año, gran parte de las cuales son niños.

En esta época, las emergencias por descargas eléctricas y quemaduras provocadas por velas, series o figuras y demás artículos navideños eléctricos o electrónicos, están a la orden del día, así como incendios en viviendas que originan pérdidas patrimoniales y, lamentablemente, también humanas.

El Centro Nacional para la Prevención de Accidentes (Cenapra) señala a los accidentes como la principal causa de muerte entre los menores de 15 años. La mayoría ocurre en el hogar, en situaciones cotidianas. Los más frecuentes: asfixia por introducción de cuerpo extraño o inmersión, ingestión de productos tóxicos o de limpieza, quemaduras con químicos o con conexiones eléctricas, electrocución, caídas, lesiones o traumas¹.

¿Qué vas a regalarle a tus niños?

Todos quienes han sido padres han sentido lo intimidante que es la fragilidad de los bebés recién nacidos; la responsabilidad y la convicción de proteger lo mejor que se pueda esa nueva vida. Queremos lo mejor para nuestros hijos; no sólo vestirlos y alimentarlos, sino incentivarlos y protegerlos.

Si deseas que una unidad de verificación autorizada por la **Secretaría de Energía** inspeccione tu instalación eléctrica, entra a energia.gob.mx/webSener/portal/Default.aspx?id=1465 y consulta el catálogo de personas físicas y morales que puedes contratar en cada entidad federativa.

Lo cierto es que hay un instinto que nos guía acerca de los peligros que enfrentan los hijos conforme van creciendo: sabemos cuando están enfermos o tristes, qué alimentos les caen bien, pero también logramos entrever con qué muebles podrían golpearse, si son capaces de trepar por el barandal de la cuna, las botellas de productos tóxicos que les resultarán atractivas y otros peligros con los que se van encontrando en su propósito de descubrir el mundo.

Así, no dudamos en acondicionar el hogar para hacerlo “a prueba de niños”: aseguramos puertas, cubrimos las esquinas afiladas de los muebles y los enchufes, retiramos objetos de vidrio y punzantes, dejamos fuera del alcance los químicos e inflamables, cercamos las escaleras. La mayoría de las veces logramos evitar los percances y las incomodidades, e incluso hasta algunas reacciones o enfermedades. Pero, ¿qué sucede si por consentirlos o divertirlos los exponemos, sin saberlo, al peligro? ¿Cómo saber si un juguete o producto especialmente creado para ellos puede hacerles daño, por ejemplo, cuando no se cumple con los estándares de calidad y salubridad en una mercancía o cuando no se detallan los componentes de algún alimento?

Solemos confiar en los productos que encontramos en el mercado, dando por sentado que los beneficios que los empaques y la publicidad les atribuyen son ciertos. Sin embargo, a pesar de las mejores intenciones y de los recursos invertidos, es posible que en realidad estemos introduciendo en nuestros hogares artículos que, lejos de traer un beneficio para el desarrollo o el placer de los más pequeños, pueden lesionarlos u ocasionarles algún daño.

Algunos estudios² han relacionado la prevalencia de los accidentes de los menores con el uso de algunos productos de acuerdo con el rango de edad del infante. De esta forma, mientras las caídas desde muebles (escaleras, sillas,

sofás, etcétera) se presentan principalmente a los 4 años, a partir de esa edad son más comunes los accidentes relacionados con productos como juegos infantiles de jardín y bicicletas.

Otros de los artículos que también están frecuentemente involucrados en percances con niños son los cambiadores de pañal, las sillas altas para comer y las andaderas. De hecho, estas últimas han sido señaladas como el producto para niños más peligroso³.

La seguridad infantil no es solamente una preocupación de los padres, sino también de las legislaciones y las instituciones encargadas de la regulación y la protección de los consumidores. Con frecuencia han sido estos acontecimientos y las advertencias de productos para el consumo de los menores, las que han impulsado muchas de las acciones de las organizaciones de protección al consumidor y, en general, del movimiento por la seguridad de los productos.

Por ejemplo, en Estados Unidos, la Consumer Product Safety Commission (CPSC; Comisión para la Seguridad de los Productos de Consumo, por sus siglas en inglés) ha incluido numerosas regulaciones específicas relacionadas con los productos infantiles para proteger la seguridad de los menores, tales como sillas, andaderas y cunas. Incluso ha impulsado la normatividad de albercas y puertas de garaje por la frecuencia con la que se presentan accidentes infantiles con el uso de estos productos.

En México, **Profeco** da especial seguimiento a los productos que están vinculados con niños, al tiempo que las Normas Oficiales Mexicanas (NOM) establecen las características que deben de cumplir los artículos y alimentos, entre otros. Las NOM, junto con las instancias que vigilan y comprueban su cumplimiento, permiten que los consumidores tengan seguridad sobre lo que están utilizando y significan un apoyo en materia de prevención de accidentes.

Durante noviembre y diciembre, los hospitales atienden a un mayor número de personas que el resto del año, gran parte de las cuales son niños



Referencias:

¹Centro Nacional para la Prevención de Accidentes (Cenapra). (2011). Prevención de accidentes en el hogar. Guía para la población. México: Secretaría de Salud.

²European Home and Leisure Accident Surveillance System (EHLASS).

³Injury Control and Safety Promotion. (2003). *How Safe are Childcare Products, Toys and Playground Equipment? A Swedish Analysis of Mild Brain Injuries at Home and During Leisure Time 1998-1999*. 10(3): 139-144.

⁴Rodríguez Pimentel, L. y otros. (marzo-abril 2005). "Panorama epidemiológico de las intoxicaciones en México". Revista Medicina Interna de México. Volumen 21, Núm. 2. México.

Algunos de los productos con los que hay que tener especial precaución

Limpiadores y químicos de baño y cocina

En 1970, la Comisión de Seguridad de Productos de EU aprobó la Ley de Empaque para la Prevención de Envenenamientos con el fin de proteger a los niños de intoxicaciones, enfermedades o muerte por la incorrecta manipulación y posterior ingestión de sustancias peligrosas del hogar.

Aunque si se utilizaran correctamente y se guardaran lejos del alcance de los menores esta reglamentación resultaría innecesaria, lo cierto es que, en México, casi 14 mil personas acuden anualmente a recibir atención hospitalaria por intoxicaciones y envenenamientos. En 72% de los casos se trata de accidentes y, de éstos, 33% sucede en el hogar. En los niños, la mayor parte de las intoxicaciones accidentales (85%) ocurre en menores de 5 años y la primera causa es inhalación de tóxicos, seguida de ingestión de medicamentos y exposición a plaguicidas.⁴

Juguetes

Algunos aspectos a considerar antes de comprar o dar a los niños un juguete son:

- ▶ Que las piezas o el juguete en sí mismo –por ejemplo, los sonajeros– no quepa completamente en la boca de los pequeños. Si contiene piezas pequeñas debe cuidarse que no quepan en oídos o nariz, y revisar si es recomendado para la edad del niño.
- ▶ Otras partes pequeñas, como los ojos o nariz o accesorios de muñecos o animales de peluche, deben de estar asegurados y no desprenderse con facilidad.
- ▶ Si incluyen un cordón o un cable, éste debe tener una longitud menor a los 30 cm para que no implique un riesgo de estrangulamiento.
- ▶ En los juguetes elásticos para bebés, la longitud máxima del cordón debe ser de 50 cm relajado.
- ▶ Los juguetes operados por baterías deben de tener asegurado el contenedor de éstas, el cual debe abrirse por un adulto con una herramienta específica.
- ▶ En todos los juguetes debe revisarse que la pintura o las lacas no sean tóxicas.
- ▶ Los que son de madera deben ser suaves y con un buen terminado. Debe cuidarse que la madera no se desprenda en caso de ser masticados o que se le hagan bordes que puedan cortar o astillar.
- ▶ Si tienen imanes, los juguetes con estos aditamentos deben dejarse fuera del alcance de los niños o estar firmemente asegurados, pues, de inhalarse o ingerirse, pueden atraerse a través de las paredes intestinales, ocasionando graves problemas de salud y hasta la muerte.

Portabebés y cangureras

Algunos de los accidentes que se han presentado con estos artículos incluyen sofocación, asfixia y caídas cuando los bebés no están bien sujetos o las correas no se ajustan adecuadamente o se sueltan. El principal peligro en el caso de las cangureras es que el bebé se coloque en una posición en la que las vías respiratorias resulten obstruidas por encontrarse contra el cuerpo del adulto. Algunos modelos favorecen este tipo de posiciones de riesgo.



Andaderas

Prohibidas en Canadá, en Estados Unidos se ha propuesto implementar una medida similar sobre estos productos que, aunque cumplen con normas de calidad, están vinculados con numerosos accidentes. En México, estos productos están regulados por una NOM de cumplimiento obligatorio, a saber: la NOM-133/1-SCFI-1999. Productos infantiles – Funcionamiento de andaderas para la seguridad del infante – Especificaciones y métodos de prueba.

Cambiadores

Es común que los bebés sufran caídas desde estos aditamentos, por lo que se recomienda que tengan cuatro bordes que detengan al infante si se rueda o se mueve mientras el cuidador acerca la ropa. También se recomienda que contengan correas para sujetar a los niños.

Cunas y camas literas

En las primeras se presentan zonas de atención: en muchos modelos hay un barandal removible que debe asegurarse para que no se deslice involuntariamente, atrapando al pequeño, asfixiándolo o prensándolo. Además, aunque la función de los protectores de tela sea evitar que los bebés se golpeen con los barrotes, instituciones de protección al consumidor no recomiendan su uso, porque han sido relacionados con casos de asfixia y de muerte de cuna. Situación similar ocurre con los cojines posicionadores, pues el bebé puede rodarse y poner su cara contra él.

Carriolas

Los accidentes más comunes con estos productos son ocasionados por orillas filosas que sobresalen, anclajes del asiento poco firmes o que se separan de su punto de unión, haciendo que el bebé caiga; por estructuras poco resistentes, o telas usadas en la fabricación sin tratamiento ignífugo, es decir, que no retarden el fuego. De ahí que la NOM-133/2-SCFI-1999. Productos infantiles – Funcionamiento de carriolas para la seguridad del infante – Especificaciones y métodos de prueba, busque garantizar el cumplimiento de las medidas de seguridad necesarias.



Aguas con la “chispa navideña”

Los artículos decorativos con motivo de la temporada navideña, tales como velas, árboles eléctricos, figuras y series de luces navideñas, entre otros, alientan nuestro ánimo festivo; pero cuando no los usamos adecuadamente o no cumplen con los requisitos de seguridad establecidos por la normatividad –aunque los hayamos comprado en establecimientos formales–, pueden llegar a representar un grave riesgo para nuestra economía, seguridad, salud, e incluso la vida.

Por los graves riesgos que series navideñas y figuras iluminadas, entre otros artículos aparentemente inofensivos, pueden acarrear, **Profeco** realiza año tras año una intensa campaña de verificación de estos productos.

Por medio de la Red de Alertas Rápidas y como resultado de estas campañas, desde 2009 se difunden por internet las alertas de los modelos potencialmente peligrosos para los consumidores: por ejemplo, en 2009 se reportaron 20 modelos riesgosos, y en 2010, sólo 5 (vale la pena añadir que la cifra en 2002 fue de 210 modelos peligrosos de cerca de 300 evaluados).

Desde 2008, la Dirección General de Aduanas (DGA), a solicitud de **Profeco**, muestrea el 100% de los contenedores que se importan legalmente al país, a fin de evitar riesgos para la vida, la salud y la seguridad de los consumidores, cuyos resultados se pueden apreciar con las cifras anteriores. Además, el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor y algunos laboratorios privados se unen a este esfuerzo poniendo a prueba los productos, con el fin de constatar que cumplan con la información comercial y las especificaciones de seguridad establecidas por la normatividad.

En 2011, la DGA reportó un incumplimiento de cerca del 18% de las muestras evaluadas; es importante subrayar que ninguno de estos modelos llegó al mercado nacional. Las principales fallas que se presentaron fueron cables conductores de electricidad más delgados que lo requerido por la norma de seguridad NOM-003-SCFI, así como falta de fusibles cortacorriente, sobrecalentamiento, fallas en etiquetado y mayor consumo de corriente de lo declarado, entre otras deficiencias.

No obstante todas estas acciones, es recomendable que al adquirir, instalar o usar productos navideños, no se deje de lado cualquier advertencia o medida de seguridad que evite un posible daño a tu persona y tus bienes. Para ello, procura comprar en comercios establecidos que te entreguen comprobante de compra para cualquier reclamación. Además, considera los siguientes consejos:

Árboles de Navidad

- ▶ Si adquieres un árbol natural, verifica que sea fresco y sus ramas no se quiebren al doblarlas. Mantenlo siempre con agua para reducir el riesgo de que prenda fuego fácilmente.
- ▶ Instálalo alejado de calefactores y en un lugar donde no obstruya el paso.
- ▶ Utiliza adornos no combustibles o resistentes al fuego. Opta por luces y adornos de plástico o de metales no tóxicos.
- ▶ Si hay niños en tu familia, evita decoraciones que presenten puntas, filos o que puedan romperse, así como aquellas con piezas pequeñas removibles que pudieran ser tragadas.
- ▶ Evita adornos que simulen golosinas u otros alimentos, ya que los niños podrían sentirse tentados a ingerirlos.

Luces y figuras

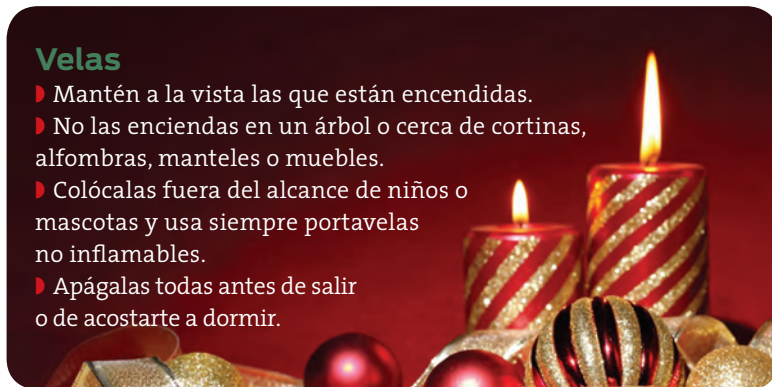
- ▶ Coloca únicamente luces que presenten la etiqueta NOM. Estas siglas indican que los productos han sido evaluados en aspectos de seguridad.
- ▶ Verifica que todo lo que conectes a la corriente eléctrica –como series de luces navideñas o adornos luminosos, nuevos o usados– no tenga enchufes rotos, cables desgastados o pelados, o conexiones sueltas.
- ▶ Nunca utilices series eléctricas en un árbol metálico, pues si hubiera algún defecto en las luces, podrían cargar el árbol de corriente y causar la electrocución de quien lo toque.
- ▶ Para decorar fachadas y jardines, utiliza únicamente luces certificadas para uso exterior.
- ▶ Apaga todas las luces navideñas antes de acostarte o al salir de tu casa.
- ▶ Respeta siempre las recomendaciones de conexión de las series de luces que se indican en los instructivos, en especial el máximo de series a conectar una con otra –no más de tres.

Velas

- ▶ Mantén a la vista las que están encendidas.
- ▶ No las enciendas en un árbol o cerca de cortinas, alfombras, manteles o muebles.
- ▶ Colócalas fuera del alcance de niños o mascotas y usa siempre portavelas no inflamables.
- ▶ Apágalas todas antes de salir o de acostarte a dormir.



Reducir los accidentes es una tarea conjunta de consumidores e instituciones. El objetivo de todos estos datos y recomendaciones es crear conciencia sobre los peligros que pueden representar estos productos, tanto navideños como infantiles, para asegurarse de revisar, antes de adquirirlos, que cumplan con las normas y para verificar que se les esté dando el uso correcto.





Red de Alerta Rápida

www.alertas.gob.mx

Profeco informa sobre el llamado a revisión por parte del proveedor, a todos los consumidores que hayan adquirido los siguientes productos:

➔ **Cámaras digitales modelo Rebel T4i**, de la empresa Canon Mexicana, S. de R.L. de C.V., debido a que un producto químico utilizado en el recubrimiento de la goma puede provocar irritación en la piel.



➔ **Motocicletas Italika modelo ATV 150 Sport año 2012**, de la empresa Comercializadora de Motocicletas, S.A. de C.V., ya que puede presentar fallas en los birlos del tambor del freno delantero y en la base de la rueda trasera, lo que puede provocar juego en las ruedas o desgaste en los rines.

➔ **Automóvil Chrysler 300 y Dodge Charger modelos 2011 y 2012**, de la empresa Chrysler Group LLC en Estados Unidos de Norteamérica. El sistema de freno antibloqueo y el sistema electrónico de estabilidad pueden fallar debido a un sobrecalentamiento en el suministro eléctrico. Chrysler de México señaló no tener una queja formal por parte del consumidor, sin embargo, no aclaró si esta problemática se presenta en México.

➔ **Automóvil Seat Ibiza modelos 2010 a 2012**, de la empresa Volkswagen de México, S.A. de C.V., por la posibilidad de que la palanca de apertura del cofre no alcance la posición adecuada que permita el cierre.

➔ **Camioneta Toyota RAV 4 modelos 2006 a 2011**, de la empresa Toyota Motor Sales de México, S. de R.L. de C.V., debido a que, si la alineación trasera no se ajusta de manera adecuada, puede formarse óxido en la suspensión, generando falta de maniobrabilidad.

➔ **Camioneta Ford Escape SUV modelos 2001 a 2004**, de la empresa Ford Motor Company, S.A. de C.V., ya que la pieza denominada "mariposa" podría trabarse cuando el pedal del acelerador está totalmente apretado por parte del conductor.

➔ **Automóvil Honda Acura ILX 2013 y Honda CR-V 2012**, ambos de la empresa Honda de México, S.A. de C.V., para reemplazar los pestillos de puertas delanteras y, posiblemente, manijas interiores, pues la falla puede ocasionar que la puerta se abra de improviso.

Si eres propietario de cualquiera de estos productos, llama al Teléfono del Consumidor **5568 8722** para el DF y Área Metropolitana, o al **01 800 468 8722** y te diremos cómo proceder ante los proveedores.

Alerta sanitaria de cigarros ilegales

La Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (Cofepris) alerta sobre cigarros que son importados y comercializados de forma ilegal. Algunas de las marcas ilegales detectadas son: **Sheriff, LG Premium, Modern, Goal, Single Stick, Soberano, Euro, Farstar Menthol, Marshal, Jaisalmer, Bill, Blitz, Blue River, D&Y, Pitbull, Pride, El Capo, San Marino, XO, Elite, D&J, Palermo, Goldman, Farstar, Valentine, Platinum, Dark, Ruby, Modem, Evidence.**

Los cigarros ilegales no cumplen con la legislación y normatividad sanitaria aplicable, por lo que representan un riesgo para la salud de la población, ya que puede tratarse de productos falsificados, adulterados, o incluso ser elaborados con ingredientes desconocidos.



Para más información sobre ésta y otras alertas, consulta el sitio web alertas.gob.mx, o entra desde el Portal del Consumidor, consumidor.gob.mx.



Gráficos: Mored

¡Navega seguro!

No te ahogues en ciberengaños

Al igual que en otros medios, la publicidad engañosa en internet puede tomarnos el pelo. Aquí te damos algunas recomendaciones para hacer de tu experiencia de compra en línea una más placentera de principio a fin, y evitar “ciberdecepciones”.

Al incrementarse el uso de internet, la comunicación entre las personas ha alcanzado niveles antes inconcebibles, ventaja que han sabido aprovechar las empresas para hacer llegar su publicidad a los cibernautas. Basta pensar en todas las veces que, al estar navegando, nos ha sorprendido alguna ventana emergente que nos invita a conocer un producto o servicio. Pero ¡mucho ojo! Al igual que en otros medios de comunicación, la publicidad en la web puede persuadirnos con engaños.

Comercio electrónico: usuarios, riesgos y oportunidades

El crecimiento del *e-commerce* es planetario. Se estima que en México hay 40.6 millones de internautas, de los cuales 35% ha realizado al menos una compra por internet. De acuerdo con el Estudio de comercio electrónico en México, realizado por la Asociación Mexicana de Internet (AMIPCI) y Visa, a finales de 2012 las transacciones de este tipo en nuestro país estarán rondando los 79.6 miles de millones de pesos; cifra que

representa un crecimiento estimado del 46% respecto del 2011.

¿Te sorprende? Actualmente todo lo que podamos imaginar se encuentra a unos cuantos clics de distancia. Y no sólo en portales mexicanos, sino de todo el mundo, amén de sitios especializados en ventas entre particulares y otros que ofrecen cupones de descuento. Pero la magia del comercio electrónico no se acaba frente a una computadora, pues la publicidad también está al alcance de nuestros pulgares por medio de los teléfonos inteligentes y las tabletas.

Por eso es importante saber que en este espacio de comercio virtual también estamos propensos a la publicidad engañosa. Por ley, en nuestro país la información o publicidad difundida por cualquier medio debe ser veraz, comprobable y sin textos, diálogos, imágenes u otros elementos que puedan prestarse a confusión. Así, hay factores a valorar antes de tomar una decisión de consumo en línea:

- **Cerciórate de la veracidad de la descripción o características de los productos o servicios que proporcionan.** Si no conoces el producto, tienes derecho a comunicarte con el proveedor y pedirle detalles de su tamaño, peso, color, materiales, etcétera.
- **Revisa que el portal sea de confianza.** Antes de ingresar tu información, verifica las políticas de privacidad del sitio web y la vigencia de su certificado de seguridad. Esto lo puedes hacer dando clic en el icono del candado o llave que aparece en la barra del navegador.
- **Fíjate que el sitio o proveedor que se anuncia proporcione por lo menos un domicilio físico completo, un teléfono y un correo electrónico para atención a clientes, aclaraciones y quejas.**
 - **Cuida tu bolsillo.** Tienes derecho a conocer el precio total del producto y, si la página es mexicana, debe estar en moneda nacional.
 - **Ten cuidado con las prácticas abusivas,** usualmente se esconden en letras chiquitas. Revisa



con detenimiento si hay costos adicionales, cargos ocultos o contratación automática de servicios agregados que no desees. Infórmate acerca de los términos de la compra, garantías, formas de pago y envío, así como de las condiciones de cancelación, reembolso o devolución.

- **Antes de comprar o proporcionar tu información personal, corrobora que los datos de identificación del proveedor estén completos y sean auténticos.**

Con estas recomendaciones reducirás el riesgo de caer en publicidad engañosa y de que tus datos personales sean utilizados para fines no deseados.

En la red, tu protección no es virtual

Desde 2005, **Profeco** realiza monitoreos de sitios de internet para verificar que cumplan con lo estipulado en el artículo 76 bis de la Ley Federal de Protección al Consumidor (LFPC), es decir: que muestren de forma visible la identidad del proveedor, detallen la transacción de bienes o servicios (costo total desglosado, condiciones y tiempo de entrega, información sobre cancelaciones y opciones de pago), indiquen las políticas de privacidad y confidencialidad de datos, y cuenten con un sistema de seguridad de datos personales y financieros. Con base en estos parámetros, se clasifica a los sitios de la siguiente manera:

- **Confiables.** Cumplen con los criterios que la LFPC establece.
- **No confiables.** No cuentan con seguridad para datos financieros o no identifican al proveedor.
- **Poco confiables.** Si bien cuentan con seguridad en datos financieros, no protegen datos personales u omiten información al consumidor.

Puedes encontrar los resultados en la página web de **Profeco**, en Educación y divulgación, en la sección Monitoreo de tiendas virtuales.

Por otra parte, al detectar posibles engaños publicitarios, **Profeco** también lleva a cabo acciones para que los proveedores comprueben que su publicidad es cierta y, en caso de que no lo hagan, podrán ser sancionados hasta por millones de pesos.

En este artículo incluimos los resultados de un monitoreo realizado durante octubre a cinco proveedores de cupones de descuento en línea, y detectamos que entre los posibles engaños en los que podrían caer los consumidores se encuentran los siguientes:

- **Omiten información sobre las condiciones aplicables para hacerlos válidos.**
- **La publicidad no hace mención de la existencia de restricciones a las que están sujetos los descuentos.**
- **Algunas leyendas se muestran con tipografía de menor tamaño, lo cual ocasiona una apariencia borrosa e ilegible.**
- **Para conocer en su totalidad las restricciones que aplican al descuento es**

DECÁLOGO DE LOS DERECHOS MÍNIMOS DE LOS CONSUMIDORES EN LAS TRANSACCIONES EFECTUADAS A TRAVÉS DEL USO DE MEDIOS ELECTRÓNICOS

1. A ser informado y que sean respetados los términos y condiciones que el proveedor hubiera ofrecido o convenido con el consumidor para la entrega del bien o servicio.
2. A que la información se utilice de manera confidencial y exclusivamente para el cumplimiento de los fines establecidos.
3. A que el proveedor cuente con los elementos técnicos disponibles para garantizar la seguridad del consumidor.
4. A que el proveedor proporcione datos de los medios a los que pueda acudir el consumidor para presentar reclamaciones o solicitar aclaraciones.
5. A que la información o publicidad que se difunda sea veraz, comprobable y exenta de descripciones que induzcan o puedan inducir a error o confusión por ser engañosas o abusivas.
6. A que previo a la contratación, el proveedor dé a conocer el contenido del contrato de adhesión, en caso de que se trate de un sector obligado.
7. El proveedor no podrá negar ni condicionar al consumidor la venta, adquisición, renta o suministro de bienes o servicios, cuando éstos se anuncien como disponibles.
8. A que las leyendas que restrinjan o limiten el uso del bien o servicio se presenten en forma clara, veraz y sin ambigüedades.
9. A que al consumidor no le sean prestados servicios adicionales a los originalmente contratados y que no hubieren sido solicitados o aceptados expresamente por éste.
10. A que los consumidores tengan acceso a mecanismos de conciliación con el proveedor, ágiles y gratuitos.

necesario buscar información sobre el cupón en específico y, además, consultar los términos y condiciones de todas las ofertas.

Convenio con AMIPCI

Para garantizar mayores condiciones de seguridad jurídica a los consumidores del comercio electrónico y facilitar su acceso a medios de controversia en línea, el pasado 25 de septiembre **Profeco** y AMIPCI firmaron un convenio de colaboración que incluye a sus más de 50 socios. Con él se busca brindar a los consumidores un ambiente seguro para llevar a cabo sus adquisiciones electrónicas, al tiempo que contribuyen con el desarrollo de la innovación y la protección del derecho a la información mediante campañas didácticas sobre lo que es el comercio electrónico.

Los afiliados a la AMIPCI suscribirán de forma voluntaria sus contratos de adhesión ante **Profeco**,

garantizando que sus cláusulas se apeguen a lo establecido en la Ley Federal de Protección al Consumidor. Además, se sumarán al sistema de conciliación en línea, Concilianet, para asegurar a los consumidores el acceso a mecanismos de conciliación y defensa ágiles, fáciles y gratuitos por medio de internet. Así, estos proveedores de productos, bienes y servicios a través de comercio electrónico brindarán seguridad jurídica a los consumidores.

Profeco te respalda

Toma tus precauciones antes de dar clic. Si detectas algún caso que pueda ser publicidad engañosa, puedes denunciarlo ante **Profeco** para que se inicien los procedimientos necesarios y, de proceder, se impongan las sanciones correspondientes. Puedes hacerlo por medio del correo electrónico publicidadengano-sa@profeco.gob.mx. Si compraste

un producto en línea o contrataste un servicio por el mismo medio y resultó que no te entregaron lo pactado, puedes presentar una queja ante **Profeco** en el Teléfono del Consumidor **5568 8722** en el DF y Área Metropolitana, o al **01800 468 8722** desde el resto del país. Tienes hasta un año para hacerlo. De esta forma, la institución citará a los proveedores e iniciará un procedimiento mediante el cual buscará encontrar una solución satisfactoria a tu inconformidad.

En caso de que tengas problemas con los cargos realizados a tus tarjetas de crédito o por otros medios al realizar una compra en línea, dirígete a la Comisión Nacional para la Protección y Defensa de los Usuarios de Servicios Financieros (Condusef), que es la instancia que se encarga de vigilar a las empresas que están autorizadas como financieras. Hazlo a los teléfonos **5340 0999, 5448 7000**, o lada sin costo al **01800 999 8080**.

¡QUE NO LE DIGAN, QUE NO LE CUENTEN!

Celu-paquetazos

¿Cansado de las burlas porque eres el único de tus amigos que no tiene un *smartphone*? ¡No sufras más! Celu-paquetazos tiene una promoción perfecta para ti. En la adquisición de nuestro paquete Celularazo podrás tener hasta 800 mensajes, llamadas ilimitadas y miles de megas a un precio chiquitito. Por si esto no fuera suficiente, ¡también te regalamos un *smartphone*! Tenemos los mejores equipos, los más nuevos y sensacionales para que te los llesves con el paquete Celularazo.

¡Aprovecha esta oferta! Serás la envidia

de tus amigos, se te acercarán las chavas más guapas y hasta te dará gusto contárselo a tu suegra. En Celu-paquetazos tenemos las mejores opciones para que siempre estés comunicado con tus amigos, tu oficina y tu familia. Recuerda, nadie te ofrece tantos mensajes, llamadas y megas por tan poco y con equipo incluido. ¿Qué esperas? ¡Ven ya por él!



Realidad

Recuerda que, previo a la contratación de un servicio, es recomendable comparar entre la diversidad de opciones que te ofrecen los proveedores, con la finalidad de localizar el que mejor se adapte a tus necesidades específicas. Además, debes verificar los términos y condiciones bajo los cuales el proveedor presta dichos servicios, entre los cuales se encuentran las tarifas, plazos forzosos y servicios adicionales; si lo haces, obtendrás el servicio que requieres y reducirás las posibilidades de problemas posteriores.

El 24 de agosto fue publicada, en el Diario Oficial de la Federación, la **Norma Oficial Mexicana NOM-184-SCFI-2012. Prácticas comerciales – Elementos normativos para la comercialización y/o prestación de los servicios de telecomunicaciones cuando utilicen una red pública de telecomunicaciones**, mediante la cual los proveedores están

obligados, entre otras cosas, a poner a disposición de los consumidores, por medio de su portal de internet, información fundamental en relación con la contratación de los servicios correspondientes, como el horario de atención, los precios, el hipervínculo para consultar las tarifas registradas ante la autoridad competente, las formas de pago, descripción, características y/o contenidos de los planes o paquetes de los servicios de telecomunicaciones y el modelo de contrato de adhesión registrado ante **Profeco**. No olvides que un proveedor debe prestar los servicios de telecomunicaciones de acuerdo con los términos y condiciones conforme a los cuales se hubiera ofrecido, obligado o convenido con el consumidor, o como se encuentren implícitos en la publicidad o información empleada y/o publicada por éste, salvo convenio en contrario con el consumidor. Entre más informado te encuentres, mejor será tu decisión de compra.

Velas decorativas de molde

⌚ Tiempo de preparación: 2 horas ⚠ Caducidad: 1 año 📦 5 piezas medianas

Para
iluminar tu
Nochebuena

INGREDIENTES



400 g
de parafina*



Colorante
para velas**



1 cucharadita
de esencia
del aroma
que prefieras
(*) (**)



200 g de cera
de abeja (blanca)*



1 cucharada de
cera de carnaúba*

UTENSILIOS



5 moldes para velas
de plástico, medianos**



45 cm de pabilo **



Palitos de madera (para
paletas, abatелenguas
o bandera,
recortados)***



Un tazón de vidrio



Cinta adhesiva

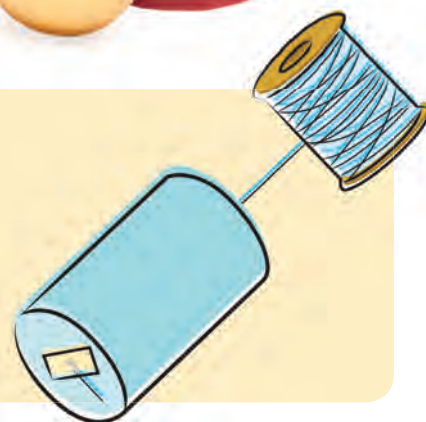


Papel celofán

¿Quieres saber más Tecnologías Domésticas
Profeco? Visita nuestro canal en YouTube:
[youtube.com/profecotv](https://www.youtube.com/profecotv)

1

Los moldes de plástico tienen, generalmente, un orificio en su base. Pasa el pabilo a través de él y fíjalo por fuera con un poco de cinta adhesiva, procurando que sobresalga al menos 1 cm. De esta forma el pabilo quedará fijo y el orificio perfectamente cerrado para que no haya escurrimientos.

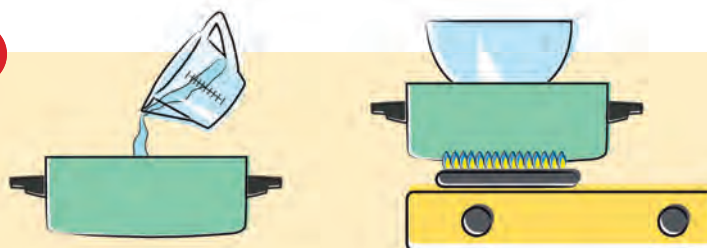


2



Recorta el extremo del pabilo que queda libre de tal modo que sobresalga aproximadamente 4 cm del borde del molde. Con cinta adhesiva, fija este extremo a un palito de madera y dale tantas vueltas como sean necesarias para que quede tenso y fijo al centro del molde.

3



Pon al fuego una cacerola con 3 tazas de agua y coloca dentro un tazón para realizar un baño maría.

* Se puede adquirir en droguerías.
** Se consigue en tiendas de manualidades.
*** Los encuentras en papelerías.

En todas las Tecnologías Domésticas
Profeco se consideran las siguientes
equivalencias:

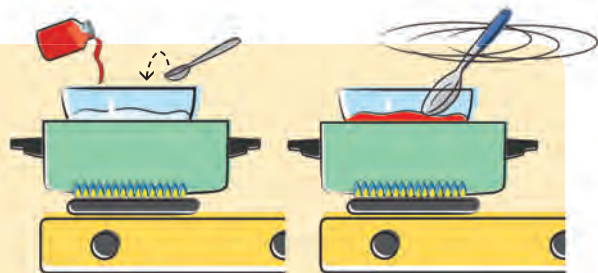
- 1 cucharada (TBS: tablespoon) = 15 ml
- 1 cucharadita (teaspoon) = 5 ml
- 1 taza = 250 ml

4

Cuando comience a hervir el agua, coloca en el tazón la parafina y las ceras. Es recomendable agitar suavemente con el fin de facilitar el fundido.



5



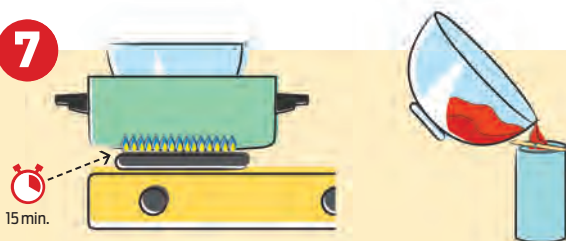
Cuando se haya fundido la mezcla, agrega el colorante y la esencia mientras agitas, para distribuirlos por todo el volumen.

6



Retira el tazón del baño maría y, después de secarlo para evitar que gotee agua, comienza a llenar los moldes.

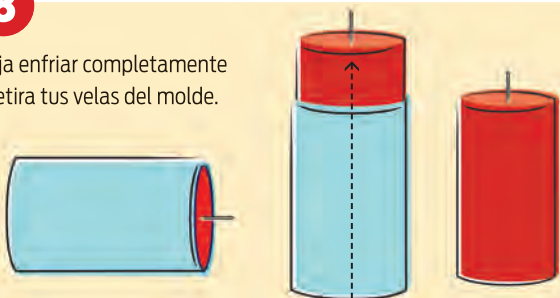
7



Reserva 2 cucharadas de cera fundida por molde y regrésela al baño maría para que se mantenga fundida. Transcurridos 15 minutos, vuelve a llenar los moldes porque la cera se habrá compactado un poco.

8

Deja enfriar completamente y retira tus velas del molde.



CONSERVACIÓN

Envuelve las velas con papel celofán o plástico para alimentos, de esta manera evitarás que pierdan su aroma.

CADUCIDAD

No son un producto perecedero, sin embargo, el aroma puede perderse tras un largo almacenamiento. Es aconsejable que las uses antes de un año.

RECOMENDACIONES

- Varía la combinación de ceras dependiendo de la textura que te agrade. La cera de carnaúba le dará brillo y firmeza; no obstante, es cara.
- Incorpora esencia de citronela para tener un efecto repelente contra mosquitos.
- Aunque la parafina es barata, si elaboras velas exclusivamente utilizando este material quedarán frágiles y quebradizas.
- Prueba elaborarlas únicamente con cera. De esta forma serán más duras, inclusive tendrán mayor duración y serán de mejor calidad. Sin embargo, el costo será más elevado.
- En lugar de pabito puedes utilizar hilaza de algodón o hilo de cáñamo, aunque el pabito será más delgado y proporcionará menos iluminación.

CITRONELA, AROMÁTICA Y LETAL (para los mosquitos)



¿Has escuchado hablar de las bondades de la citronela? Se trata de una planta originaria de India que posee propiedades antibacteriales, antisépticas y desodorantes. Aunque se le conoce –y utiliza– desde tiempos inmemoriales, el aceite que se extrae de esta planta actualmente se usa en la industria para producir cosméticos y repelentes de insectos.

Quizá la mayor de sus bondades sea su bajo nivel de toxicidad. No en balde la Agencia de Alimentos y Medicamentos (FDA) y la Agencia de Protección Ambiental de Estados Unidos la han reconocido como un biopesticida seguro. Añade unas gotas de este producto durante la elaboración de tus velas para que, además de estéticas, sean útiles.



Te invitamos a ver **Tecnología Doméstica Profeco**, un programa de televisión que se transmite todas las semanas en Revista del Consumidor TV, donde podrás descubrir secretos y consejos para elaborar productos útiles. Consulta la programación de televisión en tu localidad.



Del “chaca-chaca” a la “tecnología de punta” en el lavado

Blancos que harían palidecer a la nieve,
tecnología microscópica que remueve cualquier mancha,
aromas que florecen como en primavera,
o incluso tiempo libre suficiente para una segunda vida...
La publicidad de detergentes en polvo te promete de todo.
Sin embargo, ¿sabes qué marcas cumplen con lo que declaran?



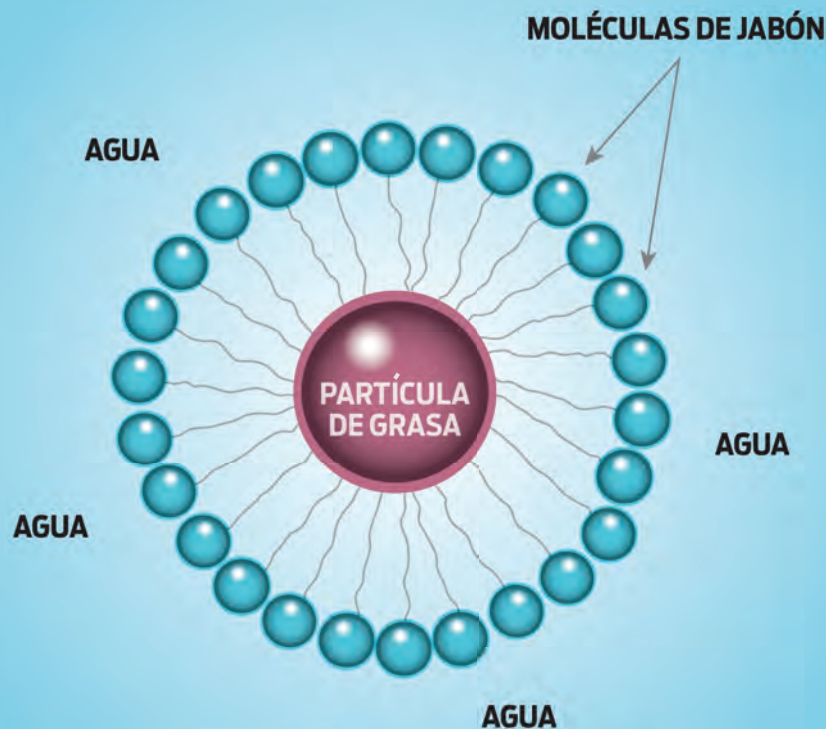


Si como reza el tango, “las nieves del tiempo han plateado tu sien”, seguramente sabrás a qué nos referimos con aquello del “chaca-chaca”.

A finales de la década de 1960, y a la par de las primeras lavadoras, la publicidad de detergentes en polvo arribó a los hogares mexicanos a través de la televisión. Las primeras promesas de una limpieza más profunda con menos esfuerzo, de prendas blanquísimas y más “tiempo libre” para las consumidoras fueron echadas al aire.

Desde entonces, esta fórmula publicitaria se ha mantenido casi intacta; todo lo contrario a sus fórmulas químicas que, con el paso de los años, se han ido superando en aras de ser más competitivas, ofreciendo una innumerable cantidad de “atributos” y “extras” que vuelvan a estos productos más eficientes.

Sin embargo, ¿te has preguntado cuál es la ciencia detrás de estos productos y si en realidad actúan como lo muestran las animaciones de los comerciales?



La ciencia del detergente

Cuando tus profesores se ufanaban diciéndote que “la química está en todas partes”, no se equivocaban. Incluso en las acciones más simples y cotidianas –como lavar la ropa– podemos encontrarla.

Si pudiéramos darle *zoom* al detergente en polvo, nos encontraríamos con un tipo de molécula bastante curioso. Como recordarás de tus tiempos de bachiller, las moléculas son una estructura microscópica conformada por la unión de al menos dos átomos. Se trata de la parte más pequeña de una sustancia que, a pesar de su tamaño, aún guarda las propiedades químicas del todo. Según el número y tipo de átomos que la conforman, variará su tamaño, peso y posibilidades de reacción.

Todo lo que vemos –y mucho de lo que no– está hecho de moléculas. Hasta el detergente. Lo curioso de su tipo de moléculas radica en que una parte de ellas es afín al agua o hidrofílica (de *hidros*, agua; y *filia*, amor o afinidad; es decir, atracción por el agua), y la otra parte es hidrofóbica (de *fobos*, miedo; por lo tanto, que repele el agua). ¡Vaya pareja dispareja! Pero, más allá de ser un problema, es precisamente lo que más valoramos en un detergente.

Las moléculas de esta sustancia, al entrar en contacto con el líquido, crean una estructura circular llamada “micela”, en la que la cara externa está formada por la parte que atrae el agua y la interna por la que la repele. Y hablando de esta otra parte, ¿sabes qué es lo que atrae? Ni más ni menos que a la grasa, el principal contenido químico de las manchas que se adhieren a nuestra ropa.

Como de seguro has experimentado, la mayoría de las “manchas difíciles” no “salen” utilizando sólo agua. Esto es así porque la grasa no es hidrosoluble; es decir, no se disuelve en agua. Si en un vaso lleno de este líquido pones aceite, verás cómo ni siquiera se mezclan, quedándose separadas.

El detergente ayuda a mediar entre ambos compuestos. Por un lado, las cabezas hidrofílicas (que son de forma redonda) se “aferran” a las de agua, mientras que las hidrofóbicas se adhieren a la mugre (las que son alargadas), jalándola hacia el interior de la micela y formando “bolitas” de suciedad que permanecen flotando hasta que vaciamos la lavadora, sin que vuelvan a pegarse a la ropa. Al hecho de que dos sustancias que por sí solas no se disuelven entre ellas se mezclen, se le llama emulsión, pues el agua de la lavadora se mezcla con la grasa de las manchas debido a la acción del detergente.

Gracias al desarrollo de la tecnología y al avance de la ciencia aplicada a nuestra vida cotidiana, ahora los detergentes te ofrecen más valores agregados, como no maltratar tu ropa, blanquear la ropa clara sin afectar la de color, combatir el percutido, o incluso proteger tu ropa negra, entre muchas otras. Esto se debe a la adición de otras sustancias, como los tensoactivos y los agentes coadyuvantes y auxiliares.

Los detergentes contienen compuestos activos, entre ellos los tensoactivos, que ayudan al agua a “mojar mejor”, facilitándole al jabón la posibilidad de separar la suciedad de los tejidos y evitando que, una vez atrapada en la micela, vuelva a adherirse a la tela. Los agentes coadyuvantes, como su nombre lo sugiere, colaboran con los tensoactivos a ablandar el agua (es decir, “desactivar” el exceso de magnesio y calcio que en ocasiones contiene el agua de la llave).

Los agentes auxiliares, por su parte, pueden darle un color o aroma al detergente, además de cumplir otras funciones como evitar que la ropa se ponga amarilla, gracias a la acción de sustancias fluorescentes, o la remoción de manchas a través del rompimiento de moléculas de restos orgánicos como la leche, la sangre o las grasas, mediante el uso de enzimas.

Como puedes ver, actualmente los detergentes cuentan con “tecnología de punta” que va más allá del viejo “chaca-chaca”. Sin embargo, ¿tu detergente cumple con todo lo que promete?

EL ESTUDIO

Para conocer la calidad de los principales detergentes en polvo, el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor sometió a 44 marcas de este producto a las siguientes pruebas:



DESEMPEÑO

El Laboratorio realizó las pruebas que se enlistan más abajo. En cada una se utilizó la cantidad de detergente recomendada en el etiquetado de cada producto. Si éste no contenía alguna indicación (tal es el caso de un multiusos), se empleó la cantidad que recomienda la mayoría de los fabricantes: dos tazas de 250 ml cada una.

En las pruebas se utilizaron lavadoras automáticas estandarizadas de la misma marca y modelo, con ciclos de lavado de 14 minutos y una carga de ropa de 4.5 kg. Para el lavado se utilizó agua estandarizada a una temperatura de 20 °C (± 3) y dureza (es decir, la cantidad de sales –principalmente de calcio y magnesio–) de 206 mg/l.

Las pruebas que conformaron las características de desempeño de cada uno de los detergentes en polvo fueron:

► **Eficiencia de lavado.** Se evaluó la capacidad de remover partículas de mugre y manchas sobre telas 100% algodón y poliéster-algodón 70-30 durante un solo ciclo de lavado (esto debido a que algunas manchas, por sus características, resisten el ataque del detergente, adhiriéndose con fuerza a las fibras del tejido). Para tener mayor control sobre la prueba, se añadió una serie de manchas creadas en el laboratorio.

Tipo de mancha	¿Qué nos dice de la eficiencia del detergente?
Espinaca	Eficiencia de enzimas y tensoactivos para eliminar manchas con proteínas.
Salsa picante roja	Eficiencia de tensoactivos para remover manchas con grasas y colorantes.
Salsa de tomate para espagueti	Eficiencia de tensoactivos y blanqueadores sobre manchas con grasas y colorantes.
Café	Eficiencia de los blanqueadores sobre manchas con colorantes.
Mugre extrema	Se trata de una mancha normalizada de sebo sobre sustrato de algodón. Con ella se mide la eficiencia de los tensoactivos.
Mugre extrema (mancha de tierra)	Es otra mancha normalizada para medir la eficiencia de los tensoactivos y los agentes secuestrantes de la tierra.

► **Efecto sobre las telas de color (desteñido).** Para saber cómo afecta, se midió el efecto de los detergentes en telas de color estandarizadas de color negro, verde, rosa y azul después de 15 lavadas. En la evaluación fue considerado el efecto mecánico de la lavadora y el desteñido natural de la tela.

► **Acción contra el percudido.** Se lavaron telas blancas de algodón en agua sucia preparada (hollín y grasa vegetal). El resultado se evaluó después de 15 ciclos de lavado y se verificó el poder de cada detergente para evitar que la mugre separada se redepositara en la ropa.

► **Desgaste de la tela.** Para determinar este rubro, se evaluó el desgaste de prendas sometidas a 30 ciclos de lavado, utilizando agua estandarizada con dureza de 206 mg/l. En la evaluación fue considerado el desgaste mecánico que puede provocar la máquina de lavado; dicho desgaste fue verificado midiendo la resistencia de la tela al rasgado.



INFORMACIÓN AL CONSUMIDOR

Se verificó que los detergentes incluyeran instrucciones de uso e información sobre contenido neto, denominación, país de origen, marca, lote, razón social, nombre y domicilio del fabricante o comercializador. Se revisó, de igual forma, que la información que ofrecen fuera veraz y no se prestara a la confusión.

► **Costo.** Aunque no fue un parámetro a evaluar, calculamos el costo de cada producto para lavar 4.5 kg de ropa de acuerdo con las instrucciones de uso que contienen sus etiquetas. Al igual que en puntos anteriores, cuando no ostentaban alguna indicación se calculó con la dosis recomendada por la mayoría de los fabricantes, de dos tazas de 250 ml cada una.



→ DETERGENTE EN POLVO PARA ROPA



		ARIEL Doble Poder Detergente en polvo para lavar ropa blanca y de color con microesferas México / 1 kg	Ace Blancos Diamante Detergente en polvo para lavar ropa blanca y de color, biodegradable México / 1 kg	ARIEL Doble Poder Baja Espuma Matic Detergente en polvo para lavar ropa blanca y de color con microesferas México / 1 kg	ARIEL Doble Poder Un toque de Downy Detergente en polvo para lavar ropa blanca y de color con microesferas México / 1 kg	ULTREX Detergente con espuma tesoactiva activado por oxígeno para ropa blanca y de color México / 1 kg	ULTREX Colores Radiantes Detergente con espuma controlada para ropa de color México / 900 g
Desempeño	En manchas críticas en algodón	Espinaca	R	B	MB	MB	MB
		Café	R	P	R	R	R
		Salsa de tomate para espagueti	E	E	B	MB	E
		Salsa picante	E	E	MB	MB	E
		Tierra	E	MB	MB	B	B
		Sebo	MB	E	E	MB	MB
	Contra el percudido (después de 15 lavadas)		MB	MB	MB	MB	MB
	Contra el desteñido de la tela (después de 15 lavadas)		Destiñe ligeramente el color azul.	Destiñe ligeramente el color azul.	Destiñe ligeramente el color negro y el azul.	Destiñe ligeramente el color azul.	No destiñe.
Desgaste de la tela (después de 30 lavadas)		Sin desgaste.	Sin desgaste.	Sin desgaste.	Sin desgaste.	Muy ligero.	Muy ligero.
Costo para lavar 4.5 kg de ropa (\$)		7.15	6.05	6.30	7.15	2.60	2.90
Etiquetado y leyendas exageradas		—	—	—	—	—	—
Evaluación global de calidad		92	92	90	90	89	89

REGLAS DE ETIQUETA

¿Qué tan cortés eres con tu ropa? Antes de meterla a la lavadora, revisa los símbolos en la etiqueta para saber cómo puedes limpiarla sin hacerle daño.

DE LAVADO

Los fabricantes utilizan el símbolo de un cubo con agua para indicar si la prenda puede o no lavarse "a máquina", en qué tipo de ciclo y a hasta qué temperatura puede estar el agua.



IMG: Cubo de agua con "40". Generalmente se acompaña el icono con un número en su interior. Éste indica la temperatura máxima del agua para el lavado.



IMG: Cubo sin y con una y dos líneas —dos versiones. Las rayas que aparecen debajo del símbolo indican el tipo de

ciclo de lavado que puede soportar la prenda. Cuando no aparecen, significa que la prenda puede ser sometida a un ciclo normal; si hay una, debe emplearse un ciclo moderado; al ser dos debe optarse por uno delicado.



IMG: Cubo de agua con una mano y una "x". Si una mano aparece en el cubo, significa que la prenda debe lavarse a mano. Cuando el símbolo está cruzado con un tache, no se puede utilizar la lavadora para limpiar esta prenda.

Simbología E = Excelente MB = Muy bueno B = Bueno R = Regular P = Pobre



ULTREX Intensa Blanca Detergente con espuma controlada México / 900 g	ARIEL Doble Poder Ultrablanqueador Detergente en polvo para lavar ropa blanca y de color con microesferas México / 900 g	Ace Naturals Frescura Sábila Manzanilla Biodegradable Detergente en polvo para lavar ropa blanca y de color México / 900 g	Ace Blancos Diamante Downy Floral Detergente en polvo para lavar ropa blanca y de color, biodegradable México / 1 kg	Bold 2 en 1 Frescura Primavera Detergente con suavizante para ropa blanca y de color, biodegradable México / 900 g	LIRIO Detergente biológico con aloe vera México / 1 kg	FOCA Detergente biológico, biodegradable México / 1 kg	Maestro Limpio Detergente en polvo multiusos, biodegradable México / 950 g	PINOL Blancura Intensa Detergente multiusos con un toque de Cloralex, biodegradable México / 950 g
E	MB	R	B	R	E	P	R	P
R	R	R	R	R	R	R	R	R
MB	B	B	B	B	MB	MB	B	E
MB	MB	B	MB	B	MB	E	B	E
B	B	MB	E	B	MB	B	MB	B
E	MB	MB	MB	MB	E	B	MB	R
B	MB	MB	B	MB	MB	MB	B	B
No destiñe.	Destiñe ligeramente el color azul.	Destiñe ligeramente el color azul.	Destiñe ligeramente el color azul.	Destiñe ligeramente el color azul.	Destiñe el color azul.	No destiñe.	No destiñe.	No destiñe.
Sin desgaste.	Sin desgaste.	Sin desgaste.	Sin desgaste.	Sin desgaste.	Ligero.	Muy ligero.	Sin desgaste.	Sin desgaste.
2.90	7.90	5.60	6.20	5.05	8.50	2.10	6.10	1.90
-	-	-	-	-	Dice "Cuida tu ropa consentida", pero los resultados muestran desgaste ligero en tela y destiñe el color azul.	-	-	-
89	89	87	86	86	84	84	84	84

DE CLORADO

Todo lo relacionado con el uso del cloro (también llamado lejía en algunas partes de Latinoamérica) es representado con un triángulo.



IMG: Triángulo blanco. Cuando no presenta ninguna otra señal, este símbolo significa que puedes utilizar cloro en caso de ser necesario.



IMG: Triángulo con diagonales. En este caso indica que se puede utilizar blanqueador con oxígeno, pero no con cloro.



IMG: Triángulo tachado. Si tiene un tache, este triángulo señala que no se debe utilizar blanqueador de ningún tipo.

NORMATIVIDAD

La **NOM-002-SCFI-1993**. Productos preenvasados. Contenido neto – Tolerancias y métodos de verificación, fue cancelada por la **NOM-002-SCFI-2011**, la cual no había entrado en vigor durante el periodo de muestreo, pero ya había sido publicada. Por otro lado, la **NOM-189-SSA1/SCFI-2002**. Productos y servicios. Etiquetado y envasado para productos de aseo doméstico, establece los requisitos mínimos de información comercial que debe contener el etiquetado de estos productos.

→ DETERGENTE EN POLVO PARA ROPA

(CONTINUACIÓN)



		CHEDRAUI D'Calidad Aroma floral cítrico Detergente en polvo multiusos, biodegradable, libre de fosfatos México / 900 g	Tide with Bleach Fragancia Original Detergente en polvo para ropa EUA / 737 g	ULTRA Tide Detergente en polvo para ropa EUA / 1.58 kg	Ruth Detergente multiusos, biodegradable México / 1kg	AUDAX Detergente en polvo para ropa blanca y de color México / 900 g	PINOL Floral Detergente multiusos en polvo desmanchado poderoso, biodegradable México / 950 g	
Desempeño	En manchas críticas en algodón	Espinaca	R	B	B	E	P	P
		Café	R	R	R	R	R	R
		Salsa de tomate para espagueti	MB	E	E	E	B	R
		Salsa picante	MB	E	E	E	R	B
		Tierra	MB	B	B	MB	R	B
		Sebo	MB	MB	B	B	MB	R
	Contra el percudido (después de 15 lavadas)		B	E	E	B	B	B
	Contra el desteñido de la tela (después de 15 lavadas)		No destiñe.	Destiñe ligeramente los colores verde y azul.	Destiñe ligeramente el color azul.	Destiñe ligeramente el color azul.	No destiñe.	No destiñe.
	Desgaste de la tela (después de 30 lavadas)		Muy ligero.	Ligero.	Ligero.	Ligero.	Sin desgaste.	Sin desgaste.
Costo para lavar 4.5 kg de ropa (\$)		5.80	11.85	8.20	6.40	3.60	1.70	
Etiquetado y leyendas exageradas		–	–	–	–	–	Dice "Desmanchado poderoso", pero su desempeño no lo demuestra.	
Evaluación global de calidad		82	82	82	81	80	79	



Recibe mensualmente en tu correo electrónico la Tecnología Doméstica, el Platillo Sabio, nuestros estudios de calidad y los precios del gas. Comunícate al **Teléfono del Consumidor** para suscribirte sin costo alguno. Llama al **5568 8722** desde el DF y área metropolitana, o al **01 800 468 8722** desde el resto del país.

Simbología E = Excelente MB = Muy bueno B = Bueno R = Regular P = Pobre



ROMA Detergente biodegradable México / 1kg	Blanca Nieves Detergente biodegradable México / 1kg	Great Value Aroma floral Detergente en polvo biodegradable, multiusos, libre de fosfatos México / 900 g	Persil Detergente en polvo para ropa blanca y de color México / 1kg	1-2-3 Fresca blancura Detergente en polvo para ropa blanca y de color con cristales blanqueadores México / 900 g	GOLDEN HILLS Detergente en polvo multiusos, biodegradable México / 500 g	SORIANA Aroma floral Detergente en polvo multiusos, biodegradable, libre de fosfatos México / 900 g	ULTRA Dreft Detergente en polvo para ropa EUA / 1.5 kg	Ultra Tide Aroma de montaña Detergente en polvo para ropa EUA / 1.6 kg
P	P	B	B	R	P	P	R	R
R	R	R	R	R	R	R	P	R
B	B	MB	E	E	MB	MB	MB	MB
MB	MB	MB	E	E	MB	B	B	MB
B	B	B	E	E	R	R	B	R
MB	B	E	B	B	R	B	B	B
E	MB	B	B	B	B	B	E	E
No destiñe.	No destiñe.	Destiñe ligeramente el color verde.	Destiñe ligeramente los colores negro, verde y azul.	Destiñe ligeramente los colores verde y azul.	No destiñe.	No destiñe.	Destiñe ligeramente el color azul.	Destiñe ligeramente los colores verde y azul.
Ligero.	Ligero.	Ligero.	Ligero.	Ligero.	Muy ligero.	Muy ligero.	Ligero.	Ligero.
1.95	1.65	4.50	3.55	2.65	3.90	2.15	11.45	9.40
-	-	-	-	-	-	-	-	-
79	78	78	78	78	77	77	77	77

FICHA TÉCNICA

PERIODO DEL ESTUDIO
26 de julio
al 29 de octubre de 2012

MARCAS ANALIZADAS
44

PERIODO DEL MUESTREO
26 de julio al 31 julio
y 29 al 31 de agosto de 2012

PRUEBAS REALIZADAS
7820



DETERGENTE EN POLVO PARA ROPA

(CONTINUACIÓN)



		Arcoiris Detergente en polvo multiusos, biodegradable, libre de fosfatos México / 900 g	AUDAX Con suavizante Detergente en polvo para ropa blanca y de color México / 900 g	1-2-3 Consuavizante y jazmín Detergente en polvo para ropa blanca y de color con cristales blanqueadores México / 900 g	AUDAX Detergente en polvo multiusos, biodegradable México / 900 g	Viva Lavomatic Detergente en polvo para ropa blanca y de color México / 900 g	Ke! Precio Detergente en polvo para ropa, biodegradable México / 900 g	
Desempeño	En manchas críticas en algodón	Espinaca	R	P	R	P	R	R
		Café	R	R	P	R	P	R
		Salsa de tomate para espagueti	MB	B	E	B	MB	R
		Salsa picante	B	R	E	R	MB	B
		Tierra	R	B	B	R	B	B
		Sebo	E	B	B	B	MB	E
	Contra el percudido (después de 15 lavadas)		B	B	B	B	B	B
	Contra el desteñido de la tela (después de 15 lavadas)		No destiñe.	No destiñe.	Destiñe ligeramente el color azul.	No destiñe.	Destiñe ligeramente el color azul.	Destiñe ligeramente el color verde.
	Desgaste de la tela (después de 30 lavadas)		Ligero.	Muy ligero.	Ligero.	Muy ligero.	Ligero.	Ligero.
Costo para lavar 4.5 kg de ropa (\$)		7.10	3.20	2.65	2.30	3.55	4.90	
Etiquetado y leyendas exageradas		-	-	-	-	-	-	
Evaluación global de calidad		76	76	76	75	75	74	

Gracias al desarrollo de la tecnología y al avance de la ciencia aplicada a nuestra vida cotidiana, ahora los detergentes te ofrecen más valores agregados

Los estudios de calidad e investigaciones realizados por **Profeco** pueden ser reproducidos por terceros siempre que lo sean en su totalidad y sin fines publicitarios o comerciales.

Simbología **E** = Excelente **MB** = Muy bueno **B** = Bueno **R** = Regular **P** = Pobre



útil Detergente multiusos, biodegradable, libre de fosfatos México / 1kg	Viva Con poder de barra Detergente en polvo para ropa blanca y de color, biodegradable México / 900 g	AMERICA FRESH Detergente tensoactivos biodegradables China / 500 g	Great Value Detergente para ropa en polvo Nueva Fórmula libre de fosfatos México / 900 g	Ke! Precio Detergente en polvo multiusos, biodegradable México / 900 g	Ke! Precio Aroma Naturaleza Detergente en polvo para ropa, biodegradable México / 900 g	Aurrerá Detergente multiusos en polvo México / 900 g	Viva Blancura antibacterial Detergente en polvo para ropa blanca y de color México / 900 g
P	P	P	P	R	P	R	P
R	R	R	P	R	R	R	P
MB	E	B	R	R	R	R	R
B	E	B	MB	B	B	B	B
R	E	R	MB	B	R	B	B
MB	B	B	R	MB	MB	E	MB
B	R	R	B	R	R	B	R
No destiñe.	Destiñe ligeramente los colores negro y azul.	No destiñe.	No destiñe.	Destiñe ligeramente el color azul.	Destiñe ligeramente el color azul.	No destiñe.	Destiñe ligeramente los colores negro, verde y azul.
Ligero.	Ligero.	Muy ligero.	Ligero.	Ligero.	Ligero.	Ligero.	Ligero.
5.35	3.10	1.60	2.20	4.15	4.90	4.05	3.15
En su etiquetado no incluye instrucciones de uso.	–	Dice "Limpieza eficaz y de alto desempeño", pero su desempeño no lo demuestra.	–	–	–	Se encontró producto hasta con 98 g menos de la cantidad declarada.	–
74	73	72	72	69	67	65	65



No te pierdas en nuestro próximo número los **estudios de jamón y aspiradoras**. Búscalo en los puntos de venta.

\$8.20
Ultra Tide

\$9.40
Ultra Tide
Aroma de Montaña

\$11.45
Ultra Dreet

\$11.85
Tide with bleach
Fragancia Original

\$1.95
Roma

\$6.30
Ariel
Doble Poder
con microesferas
baja espuma matic

\$2.10
Foca

\$7.90
Ariel
Doble Poder
con microesferas
ultrablanqueador

\$8.50
Lirio
con aloe vera

\$5.05
Bold 2 en 1
Frescura Primavera
con suavizante

\$1.65
Blanca Nieves

\$5.60
Ace Naturals
Frescura
Sábila
Manzanilla

\$7.15
Ariel Doble Poder
con microesferas
con un toque
de Downy

\$5.60
Ace Naturals
Frescura
Sábila
Manzanilla

\$7.13
Ariel
Doble Poder
con microesferas

\$2.90
Ultrax
Colores radiantes

\$2.60
Ultrax con espuma
tensoactiva activado
por oxígeno para
ropa blanca
y de color

\$6.05
Ace
Blancos
Diamante

\$2.20
Great Value
Nueva Fórmula
libre de
fosfatos

\$2.15
Soriana
Aroma floral

\$5.80
Chedraui D'Calidad
Aroma floral
cítrico

\$6.20
ACE
Blancos Diamante
con un toque
de Downy Floral

\$2.30
Audax

\$4.05
Aurrera
Detergente
multisusos

\$3.55
Persil
Ropa blanca
y color

\$6.40
Ruht
Detergente
multisusos

\$3.55
Viva Lavomatic
Ropa blanca
y color

\$2.65
1-2-3
Con suavizante
y jazmín

\$2.90
Ultrax
Intensa
Blancura

\$4.50
Great Value
multisusos libre
de fosfatos
aroma floral

\$3.60
Audax
Ropa blanca
y color

\$3.20
Audax
con suavizante

\$3.90
Golden Hills

Desempeño contra el perdido

Detergente /
costo promedio para
una carga de ropa
de **4.5 kg**

\$1.90

Pinol
Blancura
Intensa

\$7.10

Arcoiris
Detergente
multiusos

\$6.10

Maestro Limpio
Detergente
multiusos

\$5.35

Util
Detergente
multiusos

\$2.65

1-2-3
Fresca
Blancura

\$1.70

Pinol
Floral
desmanchado
poderoso

\$1.60

America Fresh
Detergente
tensoactivos

\$3.15

Viva
Blancura
Antibacterial

\$3.10

Viva
con Poder
de Barra

\$4.15

Kel Precio
Detergente
multiusos

\$4.90

Kel Precio
Aroma
Naturaleza



En esta gráfica te mostramos el comparativo del desempeño contra el percudido de los distintos detergentes en polvo que analizó el Laboratorio Profeco. **Entre más arriba aparece la burbuja, mejor fue su desempeño en la prueba.** Acompañando a la marca del producto encontrarás su costo promedio para una carga de ropa de 4.5 kilos, como mera referencia.

SIMBOLOGÍA

- \$** Excelente
- \$** Muy bien
- \$** Bien
- \$** Regular



RECOMENDACIONES DE COMPRA

- ▶ Antes de meter el paquete a tu carrito, revisa la etiqueta y compara la dosificación recomendada. Entre los detergentes disponibles en el mercado, ésta varía de 0.5 a 2.5 tazas. Recuerda que el costo de cada ciclo de lavado se ve afectado por el costo del detergente y por la cantidad de detergente que usas. Apégate a las recomendaciones del fabricante.
- ▶ Si ya tienes una marca preferida, no olvides revisar la etiqueta. Una misma marca comercializa diferentes tipos de productos y pueden ofrecerte “extras” que tú tal vez no quieras o necesites.
- ▶ Revisa que el empaque no muestre señales de haber sido abierto o roto. Por poquito que el empaque esté abierto, puede haber pérdida de contenido.



Revisa las instrucciones de tu lavadora. Existen equipos que no están diseñados para funcionar con detergente en polvo



RECOMENDACIONES DE USO

- ▶ Para garantizar su desempeño los fabricantes recomiendan cierta dosificación a emplear. Lo más adecuado es seguirla al pie de la letra si quieres que tu lavado dé buenos resultados.
- ▶ No olvides separar la ropa por el grado de suciedad. Si mezclas ropa más o menos limpia con la que está muy sucia, la mugre puede volver a depositarse sobre los tejidos y perjudicar la ropa.
- ▶ Para evitar que la ropa blanca se pinte con alguna que pueda desteñirse, lava por separado la ropa blanca de la de color.
- ▶ Prefiere disolver en agua la cantidad de detergente en polvo a emplear en el ciclo de lavado. Evitará que alguno de los ingredientes se deposite en alguna prenda en particular, dejando residuos.
- ▶ Recuerda que algunos aditivos ya están incorporados al detergente –como los agentes blanqueadores en algunas presentaciones. Por eso, es importante leer la etiqueta para no sumar más aditivos.
- ▶ No olvides seguir las instrucciones de lavado de la etiqueta de la ropa.

CONCLUSIONES

- ▶ Para la mayoría de los detergentes, eliminar las manchas de las telas de algodón es todo un reto. Esto debido a que sus fibras son más absorbentes. Caso contrario al de las prendas de poliéster-algodón. Por ello, en las tablas de resultados únicamente mostramos los resultados en telas de algodón.
- ▶ El desempeño de los productos para combatir el percudido fue variable. Sin embargo, los mejor calificados en esta prueba fueron **Roma, Ultra Tide, Tide White Bleach Fragancia Original, Ultra Dreft y Ultra Tide Aroma de Montaña**.
- ▶ Las manchas de café fueron las más difíciles. La calificación que obtuvieron las distintas marcas fue de Pobre a Regular. En el resto de las manchas que se aplicaron en laboratorio, los resultados fueron heterogéneos, variando según la fórmula y dosificación de los productos.
- ▶ Los detergentes deben respetar los colores de las prendas; no obstante, encontramos que, en general, después de 15 lavadas el tono azul es el que sufre mayor afectación.



- ▶ En contenido neto, una muestra del detergente multiusos en polvo marca **Aurrera** tuvo hasta 10.8% menos de la cantidad declarada.
- ▶ El detergente de marca **Útil** no indica instrucciones de lavado.
- ▶ En cuanto a la veracidad de las leyendas utilizadas, las declaradas por los **detergentes biológicos con aloe vera marca Lirio, multiusos marca Pinol floral y América Fresh** no fueron demostradas con el desempeño del detergente. ©

Bibliografía:
 · Ciencianet. (2000). "¿Qué contiene un detergente?". Recuperado el 25 de octubre de 2012 de <http://ciencianet.com/detergente.html>
 · Los átomos de Demócrito. (4 de agosto de 2007). "¿Cómo funciona un detergente?". Recuperado el 24 de octubre de 2012 de <http://labquimica.wordpress.com>

Impresoras y equipos



multifuncionales de inyección de tinta

La gran virtud de nuestras computadoras, ya sea de escritorio, portátiles, tabletas, e incluso *smartphones*, radica en que son tanto una herramienta de trabajo como un medio para el disfrute, pero, ¿te imaginas si no pudieses plasmar en un papel tus ideas, proyectos y recuerdos familiares? ¡Nosotros tampoco!

La importancia de nuestros queridos *gadgets* va de la mano de dispositivos periféricos imprescindibles como lo son las impresoras y equipos multifuncionales que hacen posible imprimir, digitalizar (escanear), copiar documentos y, últimamente, en algunos casos permiten no sólo que imprimas desde tu tableta o *smartphone* preferido, sino hacerlo aunque te encuentres muy lejos de tu impresora con ayuda de “la nube”.

Ciertamente, hoy en día es común ver más equipos multifuncionales que impresoras en las tiendas de cómputo, y esto tiene que ver con el hecho de que los primeros –con un precio mayor, pero razonable–, te ofrecen múltiples funciones que requerirían la compra por separado de varios aparatos, y todo ello con una calidad bastante buena. Créelo, si ya tienes una impresora y deseas comprar una nueva, tal vez un equipo multifuncional sea tu mejor opción; sin embargo, en el mercado encontrarás una importante diferencia en precios, debido principalmente a las funciones y características de diseño que ofrecen los distintos modelos de multifuncionales. No te preocupes, en nuestro estudio te informamos al respecto, además –claro está– de la calidad y nivel de desempeño de las impresoras y equipos multifuncionales de inyección de tinta de las marcas con mayor presencia en nuestro mercado.

El estudio

El Laboratorio Profeco analizó 12 modelos de equipos multifuncionales de inyección de tinta y dos de impresoras, disponibles en tiendas especializadas y departamentales en todo el país. Para el caso de los primeros, cada modelo se sometió a 11 pruebas cuyos resultados de desempeño se engloban en las tres funciones esenciales: escaneo, impresión y copiado. En el caso de las dos impresoras, sólo se revisó el desempeño en impresión.

En qué nos fijamos

Calidad y velocidad de escaneo

Se midió la velocidad para digitalizar documentos de texto y con gráficos. Se buscó la presencia de defectos en la imagen y en el texto; la fidelidad de digitalización de los colores y, en los equipos que lo ofrecen, se evaluó el desempeño del *software* de OCR (Reconocimiento Óptico de Caracteres) mediante la contabilización de errores sobre una hoja de texto.

Calidad y velocidad de impresión

Se midió la velocidad con la que se imprime texto en calidad normal y gráfico en calidad mejorada; y sobre ambas impresiones se analizó la presencia o ausencia de defectos en la gráfica y caracteres de la tabla.

Calidad y velocidad de copiado

Se midió la velocidad con la que el aparato copia una hoja de texto negro con calidad normal, y una hoja con texto y gráficos a color con calidad mejorada. Al igual que en las pruebas anteriores, se analizó la presencia o ausencia de defectos de impresión.

Información al consumidor

Se verificó que en cada caso se especificara el tipo de producto, la marca, el modelo y las características de alimentación eléctrica, además de incluir un instructivo de uso. Asimismo, que las garantías estuvieran en español e indicaran cobertura y restricciones. En este rubro todos los modelos cumplieron.



Equipos multifuncionales de inyección de tinta



Simbología:

E= Excelente
MB= Muy bueno
B= Bueno
R= Regular

* Este costo por hoja impresa (tamaño carta) es sólo una referencia; no incluye el costo del papel, sólo la tinta, y representa un costo promedio que puede variar debido a factores tales como:
 a) ofertas en el precio de los cartuchos,
 b) el tipo de documentos que suelen imprimirse (sólo texto o documentos a color),
 c) cantidad de veces que haya sido necesario limpiar los cabezales de impresión, y
 d) la cantidad de elementos a color que integren la hoja impresa (por ejemplo: gráficas y tablas).

Notas generales:

- (1) La velocidad en todos los casos está expresada como páginas por minuto o ppm. Este valor es sólo una referencia, ya que depende del tipo de documento a imprimir, escanear o copiar, y de las opciones de impresión seleccionadas.
- (2) Todos los modelos se pueden instalar en computadoras con Windows XP/Vista/7 y Mac OS X. Todas incluyen puerto USB.
- (3) Todos los modelos –excepto los que se indican– pueden, como máximo, imprimir en papel carta y A4 o menores (postal y sobres), lo mismo aplica para el escaneo.

Notas de las tablas:

- (4) Puedes adquirir por separado un software OCR mejorado, no importa la marca del multifuncional.
- (5) Impresión automática por ambos lados de la hoja de papel.
- (6) Ampliable a 2 años de manera gratuita registrando el aparato en el sitio de Epson en internet.

		Canon	Canon
Marca / modelo País de origen Garantía (años)		Pixma MG6210 Tailandia / 1 año	Pixma MG3110 Vietnam / 1 año
Resolución máxima declarada (ppp) Impresión / escaneo		9600x2400 / 4800x4800 (óptico) 19200x19200 (interpolado)	4800x1200 / 1200x2400 (óptico) 19200x19200 (interpolado)
Desempeño en IMPRESIÓN	Gráficas y texto a color	Velocidad (ppm)	0.4
		Calidad	E
		Costo por hoja*	\$1.99
	Texto en negro	Velocidad (ppm)	2.8
		Calidad	E
		Costo por hoja*	\$1.11
Desempeño en ESCANEO	Imágenes, gráficas y texto a color	Velocidad (ppm)	4.8
		Calidad	E
	Texto para OCR	Velocidad (ppm)	6.7
		Número de errores en OCR (4)	12
Desempeño en COPIADO	Gráficas y texto a color	Velocidad (ppm)	0.7
		Calidad	MB
	Texto	Velocidad (ppm)	3.8
		Calidad	B
Atributos	Wi-Fi		Sí
	Ranuras para memorias		MS Duo SD CF
	Conexión de red Ethernet		Sí
	Puerto PictBridge		Sí
	Impresión dúplex (5)		Sí
	Resaltamos		Pantalla a color con panel de control tipo touch.
			Sencillo, carece de pantalla.



Hewlett Packard	Canon	Hewlett Packard	Hewlett Packard
Deskjet Ink Advantage 4625 China / 1 año	Pixma MX511 Vietnam / 1 año	Deskjet Ink Advantage 5525 China / 1 año	Envy 114 China / 1 año
600x600 (negro) 4800x1200 (color) / 1200x2400	4800x1200 / 1200x2400 (óptico) 19200x19200 (interpolado)	1200x1200 (negro) 4800x1200 (color) / 1200x2400 (óptico) 2400x2400 mejorada (software)	1200x1200 (negro) 4800x1200 (color) / 1200x2400 (óptico) 19200 ppp mejorada (software)
0.6	0.3	0.6	0.5
E	MB	MB	MB
\$2.02	\$1.99	\$2.02	\$2.02
5.8	2.7	6.2	4.3
MB	E	E	E
\$0.51	\$1.11	\$0.51	\$0.51
2	2.2	2.6	2.3
E	E	E	E
3.8	4.3	5	4.1
No incluye software OCR.	11	0	No incluye software OCR.
1.5	0.5	0.8	0.7
MB	MB	MB	MB
1.6	3.3	4.5	3.2
MB	MB	B	B
Sí	Sí	Sí	Sí
	MS Duo SD	MS Duo SD MMC	MS Duo SD MMC
Sí	Sí		
	Sí		
Cuenta con función defax y alimentador automático de papel.	Cuenta con función de fax, pantalla a color y alimentador automático de papel.	Pantalla a color con botones tipo touch.	Estilizado, con pantalla touch a color con acceso directo a sus funciones.

Equipos multifuncionales de inyección de tinta (continuación)



Simbología:

E= Excelente
MB= Muy bueno
B= Bueno
R= Regular

* Este costo por hoja impresa (tamaño carta) es sólo una referencia; no incluye el costo del papel, sólo la tinta, y representa un costo promedio que puede variar debido a factores tales como:
 a) ofertas en el precio de los cartuchos,
 b) el tipo de documentos que suelen imprimirse (sólo texto o documentos a color),
 c) cantidad de veces que haya sido necesario limpiar los cabezales de impresión, y
 d) la cantidad de elementos a color que integren la hoja impresa (por ejemplo: gráficas y tablas).

Notas generales:

- (1) La velocidad en todos los casos está expresada como páginas por minuto o ppm. Este valor es sólo una referencia, ya que depende del tipo de documento a imprimir, escanear o copiar, y de las opciones de impresión seleccionadas.
- (2) Todos los modelos se pueden instalar en computadoras con Windows XP/Vista/7 y Mac OS X. Todas incluyen puerto USB.
- (3) Todos los modelos –excepto los que se indican– pueden, como máximo, imprimir en papel carta y A4 o menores (postal y sobres), lo mismo aplica para el escaneo.

Notas de las tablas:

- (4) Puedes adquirir por separado un software OCR mejorado, no importa la marca del multifuncional.
- (5) Impresión automática por ambos lados de la hoja de papel.
- (6) Ampliable a 2 años de manera gratuita registrando el aparato en el sitio de Epson en internet.

		Canon	Canon
Marca / modelo País de origen Garantía (años)		Pixma MG4110 Tailandia / 1 año	Pixma MG5310 Tailandia / 1 año
Resolución máxima declarada (ppp) Impresión / escaneo		4800x1200 / 1200x1400 (óptico) 19200x19200 (interpolado)	9600x2400 / 2400x4800 (óptico) 19200x19200 (interpolado)
Desempeño en IMPRESIÓN	Gráficas y texto a color	Velocidad (ppm)	0.7
		Calidad	MB
		Costo por hoja*	\$1.99
	Texto en negro	Velocidad (ppm)	2.7
		Calidad	MB
		Costo por hoja*	\$1.11
Desempeño en ESCANEO	Imágenes, gráficas y texto a color	Velocidad (ppm)	2.9
		Calidad	E
	Texto para OCR	Velocidad (ppm)	5.5
		Número de errores en OCR (4)	12
Desempeño en COPIADO	Gráficas y texto a color	Velocidad (ppm)	0.5
		Calidad	MB
	Texto	Velocidad (ppm)	3.2
		Calidad	MB
Atributos	Wi-Fi		Sí
	Ranuras para memorias		MS Duo SD
	Conexión de red Ethernet		
	Puerto PictBridge		Sí
	Impresión duplex (5)		Sí
	Resaltamos		Pantalla a color.



Epson	Epson	Brother	Brother
Expression XP-401 China / 1 año, ampliable a 2 años (6)	Expression XP-201 China / 1 año, ampliable a 2 años (6)	MFC-J625DW China / 1 año	MFC-J280W China / 1 año
5760x1440 / 1200x2400 (óptico) 9600x9600 (interpolado)	5760x1440 / 1200x2400 (óptico) 9600x9600 (interpolado)	1200x6000 / 1200x2400 (óptico) 19200x19200 (interpolado)	1200x6000 / 1200x2400 (óptico) 19200x19200 (interpolado)
0.4	0.4	0.6	0.6
MB	MB	E	E
		\$1.47	\$1.47
5.2	3.8	8.3	6.3
MB	MB	B	B
		\$ 0.51	\$ 0.51
1.9	1.8	3.8	3.8
MB	MB	MB	MB
3.9	3.9	6.5	6.3
No incluye software OCR.	No incluye software OCR.	58	51
1.7	1.1	0.8	0.8
B	MB	MB	MB
5.6	4.1	3	3.4
MB	B	R	B
Sí	Sí	Sí	Sí
MS Duo SD MMC		MS Duo SD	
	Sí	Sí	
Pantalla a color con botones tipo membrana.	Sencillo, carece de pantalla.	Cuenta con función de fax, alimentador automático de papel y pantalla a color.	Cuenta con función de fax y pantalla a color.

Impresoras de inyección de tinta



Simbología:

E= Excelente

MB= Muy bueno

B= Bueno

R= Regular

* Este costo por hoja impresa (tamaño carta) es sólo una referencia; no incluye el costo del papel, sólo la tinta, y representa un costo promedio que puede variar debido a factores tales como:
a) ofertas en el precio de los cartuchos,
b) el tipo de documentos que suelen imprimirse (sólo texto o documentos a color),
c) cantidad de veces que haya sido necesario limpiar los cabezales de impresión, y
d) la cantidad de elementos a color que integren la hoja impresa (por ejemplo: gráficas y tablas).

Notas generales:

- (1) La velocidad en todos los casos está expresada como páginas por minuto o ppm. Este valor es sólo una referencia, ya que depende del tipo de documento a imprimir, escanear o copiar, y de las opciones de impresión seleccionadas.
- (2) Todos los modelos se pueden instalar en computadoras con Windows XP/Vista/7 y Mac OS X. Todas incluyen puerto USB.
- (3) Todos los modelos –excepto los que se indican– pueden, como máximo, imprimir en papel carta y A4 o menores (postal y sobres), lo mismo aplica para el escaneo.

Notas de las tablas:

- (4) Puedes adquirir por separado un software OCR mejorado, no importa la marca del multifuncional.
- (5) Impresión automática por ambos lados de la hoja de papel.
- (6) Ampliable a 2 años de manera gratuita registrando el aparato en el sitio de Epson en internet.

		Canon	Hewlett Packard	
		Pixma iX6510 Tailandia / 1 año	OfficeJet Pro 8100 China / 1 año	
		600x600 (negro) 4800x1200 (color)	9600x2400	
Desempeño en IMPRESIÓN	Gráficas y texto a color	Velocidad (ppm)	0.7	1.4
		Calidad	E	MB
		Costo por hoja*	\$1.99	\$2.02
	Texto en negro	Velocidad (ppm)	2.9	11.5
		Calidad	MB	MB
		Costo por hoja*	\$1.11	\$0.51
	Atributos	Wi-Fi		Sí
		Ranuras para memorias		
		Conexión de red Ethernet		Sí
		Puerto PictBridge		
Impresión duplex (5)			Sí	
Resaltamos		Impresora de gran formato para papeles de gran tamaño, como doble carta y A3+ (13" x 19").	Cuenta con bandejas para 250 hojas de papel.	

Ficha técnica

Realización del estudio
27 de agosto al 15 de octubre del 2012

Periodo del muestreo
6 al 19 de septiembre del 2012

Marcas / modelos analizados
4/14

Total de pruebas / ensayos
154/1652



Normatividad

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

NOM-019-SCFI-1998. Seguridad de equipo de procesamiento de datos.

NOM-008-SCFI-2002. Sistema General de Unidades de Medida.

Conclusiones y recomendaciones generales

► La tecnología ya permite imprimir directamente desde tu tableta o *smartphone* de manera inalámbrica. Existen diferencias de tipo funcional dependiendo de la marca de impresora o equipo multifuncional y del tipo de dispositivo que uses, ya que en algunos casos solamente podrás mandar a imprimir fotografías. Para ayudarte a entender las diferencias, lee nuestras precisiones al respecto en el recuadro “Impresión inalámbrica”. Pero no te alarmes, si instalas tu impresora o equipo multifuncional en una computadora de escritorio o portátil mediante la comunicación inalámbrica Wi-Fi, tendrás la misma funcionalidad que si la conectaras con un cable USB.

► Todas las impresoras y equipos multifuncionales analizados pueden imprimir desde una resolución de 200 ppp (puntos por pulgadas) en modo rápido (borrador) o de 600 ppp (modo normal), hasta valores promedio de 4800 ppp en papel fotográfico. La impresión de alta calidad en papel de alta resolución –adecuado para presentaciones o trabajos escolares a color– se lleva a cabo, por lo general, a 1200 ppp. No obstante, si no estás muy familiarizado con este tipo de datos técnicos, te darás cuenta de que, al imprimir un documento o foto, el programa de impresión (mejor conocido como *driver* o controlador) usa términos más coloquiales como “alta calidad”, “borrador”, “papel presentación”, “papel fotográfico glossy”, etcétera, que te facilitarán la vida.

► Todos los equipos multifuncionales pueden escanear a color o en escala de grises con una resolución real promedio de 1200 ppp x 2400 ppp, más que suficiente para la mayoría de los trabajos de digitalización. El archivo resultante es almacenado en la computadora como una imagen JPEG o un archivo PDF.

► Como estos aparatos imprimen con tinta líquida, requieren preferentemente de un papel especial: para impresiones normales puedes adquirir papel bond para inyección de tinta, que no es caro y evitará que tus trabajos presenten defectos de impresión, y ayudará a que te rinda más la tinta. Si necesitas imprimir un trabajo final o una presentación con gráficos en alta calidad, deberás emplear un papel de alta resolución, que es más costoso pero te permitirá lograr de buenas a excelentes impresiones.

► Siempre que imprimas algo que no requiera de mucha calidad de presentación hazlo en modo “borrador”, que corresponde a la menor resolución de impresión, así lograrás un mayor rendimiento de tus cartuchos de tinta.

► Aunque los aparatos analizados no son impresoras fotográficas, las impresiones son bastante aceptables, siempre que las fotos sean de buena calidad y tengan una resolución mínima de 5 megapíxeles.

► Para sacar fotocopias con cualquier equipo multifuncional, no requieres la computadora.

► La función de OCR sí necesita el apoyo de una computadora con el fin de que puedas convertir la mayoría de artículos de texto impresos en archivos de texto editables en el ordenador.

► Todos los equipos multifuncionales cuentan con controladores (*drivers*) para conectar el equipo a computadoras con sistema operativo Microsoft Windows Vista, Windows 7 y Apple Mac OS X.

► Todos los equipos multifuncionales analizados se pueden conectar a una computadora a través de un cable USB, o bien, mediante una conexión inalámbrica por Wi-Fi 802.11b/g/n.

Sobre la evaluación de los equipos multifuncionales

A continuación te damos una guía para que interpretes correctamente los resultados que encontramos:

Escanéo. “Excelente” significa que el texto no pierde definición, los colores son fieles a los del documento original, lo gran disminuir aceptablemente el tramado presente en las fotos de revistas y, en general, la imagen escaneada no se percibe muy brillante o muy oscura. “Muy bueno” significa que el texto pierde un poco de definición; se percibe un poco de ruido en los colores oscuros de las imágenes escaneadas y los colores pueden variar ligeramente respecto de los colores originales, sin llegar a ser grave.

Impresión y copiado. En la evaluación de la impresión y el copiado de gráficas, tablas y texto, “Excelente” implica que el bandeo –franja oscura y clara sobre el fondo de la gráfica– es mínimo o inexistente; los caracteres se imprimen correctamente, inclusive los de un tamaño pequeño; y la apariencia de la gráfica es suave (el grano o píxeles impresos dan una apariencia homogénea). “Muy bueno” significa un bandeo moderado; los caracteres en la tabla se imprimen con un contorno suave, pero un texto pequeño presenta deformaciones. “Bueno” señala que los caracteres y gráficos se imprimen con defectos más notorios, como bandeo muy visible, gotas de tinta alrededor de los caracteres de texto, sombreados con un grano grueso o no homogéneo, pero se considera aceptable para la mayoría de las aplicaciones. En el caso de un copiado regular de texto, los defectos de corrimiento de tinta alrededor de los caracteres es muy evidente.

OCR. Te informamos sobre el número de errores al escanear un texto con 1322 caracteres –alteraciones respecto del texto original– que equivale a un artículo de una hoja de un folleto. Como no todos los equipos te ofrecen esta característica y dado el hecho de que si lo deseas tú puedes adquirir un *software* OCR más profesional por separado, no calificamos este resultado, sólo te lo informamos como una referencia.

Velocidad (de impresión, copiado y escaneo). Se proporciona la velocidad de impresión y copiado en páginas por minuto (ppm) para los tipos de documentos señalados (texto y tabla con gráficos). Para el escaneo se digitalizaron documentos tamaño carta (texto y carta de prueba con degradados a color). Todos los valores indicados son sólo una referencia y pueden variar dependiendo del tipo de documento que imprimas, así como la configuración de impresión o escaneo seleccionado.

Lo que resaltamos

Aunque todos los modelos de equipos multifuncionales significan un ahorro de espacio –en comparación con varios equipos por separado–, algunos destacan por su reducido tamaño: **Pixma MG4110 y Pixma MG3110 de Canon**, **XP201 y XP401 de Epson**, y el estilizado **Ink Advantage 4625 de Hewlett Packard**; sólo ten en cuenta que con éstas no podrás imprimir en papeles de gran formato y que soportan una cantidad menor de papel.

Los modelos **Pixma MX511 de Canon** e **Ink Advantage 4625 de Hewlett Packard** cuentan con alimentador automático de papel, por lo que pueden escanear/copiar documentos en tamaño oficio (legal); el archivo o copia resultante lo reducirán a tamaño carta. El resto de los modelos de multifuncionales analizados sólo te permiten digitalizar documentos con un tamaño máximo de A4 (que es ligeramente más largo que el tamaño carta).

Hay modelos más grandes con charolas de salida con mayor capacidad de papel y mecanismo para escaneo o copiado automático de varias hojas –alimentador automático–, como el ofrecido por los modelos **Pixma MX511 de Canon**, el **Ink Advantage 4625 de Hewlett Packard** y el **MFC-J625DW de Brother**. Si acostumbras escanear y/o copiar seguido una importante cantidad de documentos, estos equipos son tu solución, de lo contrario tendrás que hacer esta actividad hoja por hoja.

Los modelos con entradas para memorias flash tipo SD y MS Duo te permiten imprimir directamente fotos almacenadas en ellas; considéralas indispensables si quieres imprimir de manera rápida y sencilla desde tu cámara digital. No todos las ofrecen porque es una tendencia imprimir fotos directamente desde tabletas o *smartphones* o desde servicios en “la nube”, como Instagram o Pinterest.

Si sólo necesitas impresora, el modelo **iX6510 de Canon** es de gran formato, sencilla y muy adecuada para impresiones en papeles especiales grandes como el papel tamaño doble carta o el enorme A3+ de 13”x19”, pero carece de conexión Wi-Fi. La de **Hewlett Packard**, en cambio, no es de gran formato, pero tiene bandeja para 250 hojas y conectividad Wi-Fi.

Si tu multifuncional no cuenta con *software* para OCR o te genera gran cantidad de errores –como es el caso de los modelos de Brother–, puedes adquirir un *software* OCR por separado (todos son compatibles con cualquier marca de multifuncional), como el Abbyy FineReader o I.R.I.S. Readiris, que además ofrecen diversas funciones mejoradas de reconocimiento óptico de caracteres.

Recomendaciones de uso

Sigue al pie de la letra y en el orden señalado las instrucciones de instalación del fabricante, tanto para el *software* y los cartuchos como para el papel. Por cierto, si tú ya cuentas con Windows 8, tal vez tengas que actualizar los controladores (*drivers*) de tu equipo para corregir posibles fallos o comportamientos erráticos del *software* de impresión y escaneo; visita el sitio del fabricante de tu impresora o multifuncional para descargar los nuevos controladores.

No rellenes los cartuchos de tinta, éstos han sido diseñados por cada fabricante para emplearse una sola vez, y su reuso implica el riesgo de que se derramen, dañando el cabezal o el sistema de tracción, anulando automáticamente la garantía. Tampoco adquieras los que no sean originales de la marca de tu impresora, ya que con los genéricos –aunque más baratos– no obtendrás la misma calidad de impresión, y hasta podrían ser rellenos.



 Dale mantenimiento preventivo periódicamente a tu impresora o multifuncional, atendiendo a las recomendaciones que vienen en su instructivo.

 No dejes pasar mucho tiempo sin usarla, imprime un documento o foto a color por lo menos una vez a la semana y, si notas fallas, limpia sus cabezales desde el programa que controla tu equipo (algunos modelos te permiten hacerlo directamente en su menú en pantalla sin el uso de una computadora).

 Si tu equipo usa cartuchos individuales y se le agota uno o varios colores, reemplázalos cuanto antes para evitar que el cabezal sufra daños por falta de tinta.

No rellenes los cartuchos de tinta, éstos han sido diseñados por cada fabricante para emplearse una sola vez, y su reuso implica el riesgo de que se derramen, dañando el cabezal o el sistema de tracción, anulando automáticamente la garantía

 No uses papel en mal estado o muy doblado, ya que puedes dañar el cabezal. Si reutilizas papel, asegúrate de haberle quitado los clips y grapas.

 Limpia el cristal de la cama del escáner –donde se colocan los documentos– con una tela especial para limpiar anteojos o lentes de cámaras ligeramente humedecida sin jabón, y evita que se raye con grapas o clips.

 No presiones mucho contra el cristal o la tapa del escáner –sobre todo cuando estás copiando libros o revistas.

 Coloca el equipo en una superficie horizontal y estable, libre de polvo y humedad, y evita que le dé luz solar directamente.

IMPRESIÓN INALÁMBRICA

Ya mencionamos que todos los equipos que cuentan con conectividad inalámbrica Wi-Fi te permiten instalarlos en una computadora de escritorio o portátil con sistema operativo Windows o Mac OS X y utilizar todas sus funciones; pero, ¿qué puedes esperar si cuentas con una tableta o *smartphone* con alguno de los sistemas operativos más ampliamente usados, como lo es Google Android y Apple iOS? A continuación te informamos sobre las distintas opciones que ofrecen las cuatro marcas analizadas en el estudio.

Hewlett Packard

Con su servicio HP ePrint podrás enviar a imprimir a tu impresora por internet desde cualquier parte del mundo. Si algún amigo tiene dada de alta una impresora como éstas, también podrás imprimir en ella siempre y cuando te la comparta en línea. Es posible usar estos servicios en tu propia red inalámbrica como lo hacen el resto de las marcas.

Canon, Epson y Brother

Para imprimir, el equipo multifuncional y la computadora, *smartphone* o tableta deben estar conectados a la misma red inalámbrica, es decir, a un mismo módem.

● En cualquier caso, no tendrás el mismo nivel de control que desde una computadora de escritorio o portátil, debido a que no podrás seleccionar algunas opciones –como tipo de papel.

● En ocasiones, cuando el *smartphone* está conectado a la red 3G de telefonía celular falla al mandar imprimir; si esto ocurre, apaga la conexión 3G y conéctate por Wi-Fi mientras imprimes.

En el tiempo en que realizamos el presente estudio aún no salían equipos de cómputo con Windows Phone 8 y Windows 8, por lo que puedes esperar mejoras en la funcionalidad de impresoras y multifuncionales, pero no necesariamente de manera inmediata. El futuro, podemos imaginar, se torna más interesante.

Precios mínimos y máximos de impresoras y multifuncionales de inyección de tinta en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Guadalajara y Monterrey

Precios levantados del 22 al 31 de octubre de 2012

Marca / Modelo	Ciudad de México y Zona Metropolitana				
	Precio mínimo o único	Tienda	Precio máximo	Tienda	Tienda
Equipos multifuncionales de inyección de tinta					
Canon / Pixma MG6210 / Tailandia / 1 año	\$ 3,050	Supermulticomputadoras			Sinapsis
Canon / Pixma MG3110 / Vietnam / 1 año	\$ 950	Supermulticomputadoras	\$ 1,099	Hiperlumen (Satélite) / Lumen (Villa Coapa) / Office Depot (Acoxpa 610 / Del Valle / Ejército Nacional / Lindavista / Miramontes) / Office Max (Homero 125 / Satélite) / Walmart (Acoxpa)	Lap y PC
Hewlett Packard / Deskjet Ink Advantage 4625 / China / 1 año	\$ 1,599	Costco (Coapa / Polanco)	\$ 1,879	El Palacio de Hierro (Centro)	Sinapsis
Canon / Pixma MX511 / Vietnam / 1 año	\$ 1,890	Supermulticomputadoras			Sinapsis
Hewlett Packard / Deskjet Ink Advantage 5525 / China / 1 año	\$ 1,672	Chedraui (Coapa / Polanco)	\$ 2,499	Coppel (Arboledas)	Informática Orfo
Hewlett Packard / Envy 114 / China / 1 año	\$ 2,699	Sears (Galerías Coapa / Perisur / Plaza Lindavista / Satélite / Universidad)	\$ 2,999	Soriana (Ejército Nacional)	Lap y PC
Canon / Pixma MG4110 / Tailandia / 1 año	\$ 1,349	Office Depot (Acoxpa 610 / Del Valle / Lindavista)	\$ 2,199	Liverpool (Lindavista / Polanco)	Lap y PC
Canon / Pixma MG5310 / Tailandia / 1 año	\$ 2,300	Supermulticomputadoras	\$ 2,499	Liverpool (Galerías Coapa / Lindavista / Polanco / Satélite)	Computer Land
Epson / Expression XP-401 / China / 1 año, ampliable a 2 años (6)	\$ 1,700	Suministros Esparta	\$ 1,750	Supermulticomputadoras	Lap y PC
Epson / Expression XP-201 / China / 1 año, ampliable a 2 años (6)	\$ 1,150	Suministros Esparta	\$ 1,250	Supermulticomputadoras	Informática Orfo
Brother / MFC-J625DW / China / 1 año	\$ 2,100	Compucity	\$ 2,400	Inkcorporated	Computer Land
Brother / MFC-J280W / China / 1 año	\$ 1,499	Compucity	\$ 2,050	Inkcorporated	Sinapsis
Impresoras de inyección de tinta					
Canon / Pixma iX6510 / Tailandia / 1 año	\$ 2,850	Supermulticomputadoras			Computer Land
Hewlett Packard / OfficeJet Pro 8100 / China / 1 año	\$ 950	Suministros Esparta	\$ 1,599	Liverpool (Centro / Galerías Coapa / Perisur / Polanco)	Lap y PC

Nota: Las direcciones de los establecimientos que se muestran en el cuadro, las puedes solicitar en el teléfono **5625 6700** ext. **1621** o en el correo **quienesquien@profeco.gob.mx**.

Guadalajara			Monterrey			
Precio mínimo o único	Tienda	Precio máximo	Precio mínimo o único	Tienda	Precio máximo	Tienda
\$ 2,400	Lapy PC	\$ 2,460	\$ 2,860	Cad Toner		
\$ 865	Hiperlumen / Office Depot / Office Max	\$ 1,099	\$ 836	Microplus	\$ 1,276	Pcredcom.com
\$ 1,595	Hiperlumen	\$ 1,699	\$ 1,599	Costco	\$ 1,879	El Palacio de Hierro
\$ 1,660						
\$ 1,640	Sears (Gran Plaza)	\$ 2,329	\$ 1,742	Microplus	\$ 2,499	Coppel
\$ 2,380	Office Max (Av. México)	\$ 2,779	\$ 2,347	Microplus	\$ 2,999	Pcel / Soriana (San Nicolás)
\$ 1,230	Liverpool	\$ 1,999	\$ 1,240	Microplus	\$ 1,999	Liverpool Galerías
\$ 1,800	Liverpool / Fábricas de Francia	\$ 2,499	\$ 2,220	Cad Toner	\$ 2,499	Liverpool Galerías
\$ 1,460	Sinapsis	\$ 1,590	\$ 1,700	Cad Toner	\$ 1,856	Pcredcom.com
\$ 970	Sinapsis	\$ 1,095	\$ 958	Microplus	\$ 1,396	Pcredcom.com
\$ 1,900	Sinapsis	\$ 1,950	\$ 1,999	Cad Toner	\$ 2,199	Pcel
\$ 1,450			\$ 1,599	Office Max (Gonzalitos)	\$ 1,899	El Palacio de Hierro
\$ 2,200	Sinapsis	\$ 2,565	\$ 2,400	Cad Toner	\$ 2,655	Componentes Electrónicos del Norte
\$ 1,290	Fábricas de Francia	\$ 1,599	\$ 990	Cad Toner	\$ 1,999	Hp Store





tú

¿revisas las etiquetas de los productos que compras?

En un mundo de libre mercado se entiende que todos podemos ir a las tiendas y decidir lo que queremos comprar según nuestra elección. Pero, ¿sabes qué hay detrás de un producto? La libertad de compra sólo es posible cuando sabes qué es lo que estás llevando realmente a casa. El primer medio disponible para saberlo es su etiqueta.

Descubre qué debe decir.

Las etiquetas de los productos que compramos son la herramienta que los consumidores tenemos más a la mano para ejercer nuestro derecho a la información y, junto con él, la libertad de elegir aquello que más nos convenga.

Las actividades comerciales están reguladas por una serie de leyes y normas que contemplan, entre otras cosas, los derechos del consumidor y los de todos los involucrados en ese proceso de intercambio. Por medio del etiquetado se articulan los intereses de los diversos actores que están detrás del acto de consumo. Cuando un producto ostenta una etiqueta que cumple con todas las especificaciones y

requisitos de información que dictan las Normas Oficiales Mexicanas (NOM) que han sido elaboradas para ello, sabemos que existe un control sobre ese producto, y que, de no cumplir o en caso de que su información sea falsa o se preste a la confusión o engaño, el proveedor puede ser sujeto a sanciones sanitarias y/o de protección al consumidor.

Todos los productos –salvo excepciones que claramente contemplan la normas– deben venderse em-pacados o envasados y etiquetados en cumplimiento de las Normas Oficiales Mexicanas que emite tanto la Secretaría de Salud (SSA) como otras dependencias competentes, tales como la Secretaría de Economía, cuya instancia verificadora es **Profeco**.

¿Qué es una etiqueta?

Etiqueta es cualquier rótulo, marbete, inscripción, imagen u otra materia descriptiva o gráfica, escrita, impresa, estarcida, marcada, grabada en alto o bajo relieve, adherida, sobrepuesta o fijada al producto, a su envase, o cuando no sea posible por las características del producto o su envase, al embalaje.

En la etiqueta tú puedes conocer la información comercial de dicho producto, de manera que debe estar colocada en la superficie más visible de su empaque. La NOM-050-SCFI-2004 establece la información comercial que deben presentar al consumidor los productos de fabricación nacional e importados, siempre que se expendan en territorio nacional, y precisa las características de dicha información. Esta norma se aplica de manera general a todo tipo de productos, con excepción de aquellos que estén sujetos a otras Normas Oficiales Mexicanas (NOM) específicas. Tampoco aplica a productos que se vendan a granel, animales vivos, libros, publicaciones periódicas, discos compactos, etcétera.

Todo muy clarito y libre de manipulaciones

Una de las reglas más importantes y delicadas que contempla la NOM es que la información que presenten las etiquetas debe ser veraz y describirse y presentarse de tal manera que no induzca a los consumidores al error o confusión. Además, deberá estar en español, sin importar si también se presenta en algún otro idioma.

Ésta es la información mínima que debe presentar la etiqueta de cualquier producto. Pero está claro que no se etiqueta igual un par de calcetines que una sopa de verduras enlatada o una pantalla LCD. Siendo tan diverso el mercado, existen muchos artículos que por su naturaleza y constitución se requiere que proporcionen más detalles propios de la industria a la que pertenecen y el fin para el que están destinados, tomando en cuenta cuestiones de seguridad, toxicidad, contaminación ambiental, salud, entre otros. Para estos casos se han elaborado normas específicas de etiquetado; por ejemplo, para productos textiles, prendas de vestir y sus accesorios y ropa de casa; productos electrónicos, bebidas alcohólicas, productos de aseo y limpieza, productos de perfumería y belleza, medicamentos, juguetes, alimentos y bebidas no alcohólicas, y muchos más.

¿Qué debe decir?

Toda etiqueta debe incluir, obligatoriamente, por lo menos la siguiente información comercial:

¿Qué debe decir, una etiqueta?



Cantidad o contenido en la unidad de medida que corresponda (peso, capacidad, longitud, etcétera)¹, a menos que esta cantidad sea identificable a simple vista por el consumidor.

* Si se trata de un empaque colectivo cuyo contenido no se pueda identificar a simple vista, también deberá especificar la cantidad de envases que guarda en su interior.

INSTRUCCIONES DE USO



Instrucciones, cuando el uso, manejo o conservación del producto las requieran. En caso de que dicha información se encuentre en instructivo o manual de operación por separado, esto debe indicarse en la etiqueta con la leyenda "Véase instructivo anexo".

¹De acuerdo con la NOM-030-SCFI-2006. Información comercial – Declaración de cantidad en la etiqueta – Especificaciones.

Del empaque a tu organismo

Sin duda, uno de los elementos más importantes y que más preocupa a los consumidores es la información comercial de los alimentos, pues tiene una repercusión directa en la salud. Esta información se rige por lo estipulado en la NOM-051-SCFI/SSA1-2010, que compete tanto a la Secretaría de Economía como a la de Salud.

En estudios realizados a los consumidores en México se observó que para casi todos (aproximadamente 90%) el sabor es un factor considerado como “muy importante” al seleccionar un alimento. Mientras que 75% considera que, para comprar un producto, es “muy importante” la nu-

trición, el precio y la seguridad (en términos de salud) del alimento.²

Como ambos casos son la mayoría, queda claro que para tomar la decisión de comprar un producto alimenticio primero nos debe gustar, debe ser bueno para nosotros y, evidentemente, costeable.

Así, la etiqueta de un alimento es la herramienta que te dice qué tan “bueno” es para ti, pero es preciso saber descifrarla. También es importante conocer, independientemente de la información de ese producto, cuáles son los requerimientos alimentarios de cada persona, pues no todos somos iguales.

¡Desenmáscáralos!

➡ Cuando revises una etiqueta, analiza si la imagen que presenta va de acuerdo con el texto. Ya lo hemos dicho: “producto lácteo” no es lo mismo que leche, y no puede presentarse con vacas; tampoco una “golosina sabor chocolate” es lo mismo que una barra de chocolate, ni una “bebida sabor naranja”, aunque muestre naranjas en su etiqueta, es jugo de esa fruta.

➡ Es muy importante que recuerdes si se toma como referencia una ingesta diaria de 2000 calorías. Este valor no es universal ni aplica para todas las personas en todos los países; de hecho, en México esto no está estandarizado. Lo mejor es que consultes a tu médico para que sepas cuál es tu ingesta diaria recomendada, si lo que quieres es llevar un buen conteo en tu dieta.

➡ Fijate bien en las porciones que se toman como referencia para proporcionarte la información nutricional. Puede ser que se te esté dando el porcentaje nutricional de una porción menor al contenido del envase que estás comprando, y que seguro consumirás de golpe.

➡ Usa la información. Si sientes que la etiqueta miente o es engañosa, o si el producto que compraste presenta algún defecto, los datos del proveedor están en la etiqueta para que puedas reclamarle directamente, o puedes acudir a la tienda donde lo compraste o denunciarlo a las autoridades correspondientes, como **Profeco** o **Cofepris**.

➡ Siempre compra en negocios establecidos y conserva tu comprobante.



Uno de los elementos más importantes y que más preocupa a la mayoría de los consumidores es la información comercial de los alimentos

Referencias

² “Etiquetado de alimentos”. Recuperado el 12 de noviembre de <http://www.facmed.unam.mx/deptos/salud/censenanza/spi/unidad2/etiquetado.pdf>

³ Sagarpa. Recuperado el 12 de noviembre de <http://www.sagarpa.gob.mx/desarrolloRural/AsistenciaCapacitacion/Documents/boletin/b68/resenas/resenal.htm>

Para que sepas qué te estás llevando a la boca

Las etiquetas nutricionales deben aparecer en la mayoría de los alimentos, excepto en productos a granel o los que proveen pocos nutrientes (como el café, el té, la sal, el vinagre o las especias). Además de toda la información ya mencionada, las etiquetas de alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasadas deben presentar:

Leyenda de conservación

Información nutricional. Debe declarar, obligatoriamente, contenido energético y cantidad de proteínas, carbohidratos (indicando azúcares), grasas (especificando la cantidad de grasas saturadas), fibra dietética y sodio; además de otros nutrientes acerca de los cuales se haga declaración de propiedades o que se consideren importantes y estén regulados por otras NOM.

Coadyuvantes y aditivos. Se trata de sustancias no alimenticias que se utilizan con fines tecnológicos durante la elaboración, y de aquellas que se incluyan en la fórmula de producto para favorecer la estabilidad, apariencia o conservación (como colorantes, conservadores, etcétera).

Ingredientes. Se enlistan en orden decreciente según la cantidad de cada uno que contiene el producto. Se puede omitir cuando se trata de productos de un solo componente, como el agua, por ejemplo.

Fecha de caducidad o consumo preferente que indique:

- ▶ Día y mes, para productos de duración máxima de tres meses.
- ▶ Mes y año, para productos de duración superior a tres meses.

Nombre o denominación del producto

Marca

Nombre, denominación o razón, social y domicilio fiscal.

País de origen

Contenido neto. En todos los casos se debe indicar la cantidad de producto que contenga, y cuando el producto alimenticio esté compuesto de partes líquida y sólida se deberá declarar, también, **masa drenada**.

Identificación del lote, marcada de forma indeleble y permanente.



Alimentos normados

Algunos alimentos cuentan con NOM propia que regula su industria y comercialización por motivos sanitarios, ambientales o de protección a la economía, cuyo cumplimiento es obligatorio. En nuestro país son:

- ▶ Productos de atún y bonita preenvasados.
- ▶ Uva de mesa.
- ▶ Aguacate.
- ▶ Mango.
- ▶ Extracto natural de vainilla, derivados y sustitutos.
- ▶ Vainilla de Papantla, extractos y derivados.
- ▶ Miel en sus diferentes presentaciones.
- ▶ Café de Veracruz.
- ▶ Café de Chiapas.
- ▶ Leche.
- ▶ Producto lácteo y producto lácteo combinado.
- ▶ Mezcla de leche con grasa vegetal.
- ▶ Jamón.
- ▶ Jugos de fruta preenvasados.
- ▶ Yogur.
- ▶ Cacao, chocolate y derivados.
- ▶ Masa, tortillas, tostadas y harinas preparadas para su elaboración.

La información complementaria debe sujetarse a esta tabla de valores nutrimentales de referencia para la población mexicana (VNR), divididos en ingestión diaria recomendada (IDR) e ingestión diaria sugerida (IDS):

Nutrimento Unidad de medida	VNR	
	IDR	IDS
Proteína g/kg de peso corporal	1	
Fibra dietética g	30	
Vitamina A µg (equivalentes de retinol)		568
Vitamina B1 µg (tiamina)		800
Vitamina B2 µg (riboflavina)		840
Vitamina B6 µg (piridoxina)		930
Niacina mg (equivalente a ácido nicotínico)		11
Acido fólico µg (folacina)		380
Vitamina B12 µg (cobalamina)		2,1
Vitamina C mg (ácido ascórbico)	60	
Vitamina D µg (como colecalciferol)		5,6
Vitamina E mg (equivalente a tocoferol)		11
Vitamina K µg		78
Ácido pantoténico mg		4,0
Calcio mg		900
Cobre µg		650
Cromo µg		22
Flúor mg		2,2
Fósforo mg	664	
Hierro mg		17
Magnesio mg		248
Selenio µg		41
Yodo µg		99
Zinc mg		10

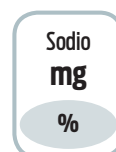
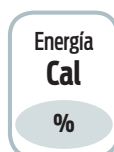
* Los requerimientos nutricionales varían de persona a persona de acuerdo con sus características, tales como edad, sexo, estado fisiológico, masa corporal, estado de salud, entre otros. Los requerimientos recomendados (IDR) se basan en los valores nutricionales de una población sacados estadísticamente, de forma que la cantidad definida cubrirá las necesidades del 97,5% de la población; mientras que los requerimientos sugeridos (IDS) se utilizan cuando la información es insuficiente para establecer un IDR.

Tú decides

Puede incluirse opcionalmente otro tipo de información, siempre que no viole lo establecido en la norma. Tal vez te hayas topado con estas leyendas en los productos alimenticios que compras últimamente.

Se trata de información nutricional adicional, presentada voluntariamente por algunas empresas que se han sumado a la campaña “Checa y elige” desde 2011. Esta información no está regulada por las

leyes mexicanas, sin embargo, está dentro de la norma y da un porcentaje del valor nutricional, tomando como referencia una ingesta de 2000 calorías diarias. Cabe mencionar que es un tema de debate permanente entre las autoridades sanitarias, especialistas, organizaciones de consumidores y la industria, por lo que es muy importante que como consumidor seas proactivo e identifiques tus necesidades.



Declaración de propiedades

Como es muy importante que las afirmaciones sobre salud se expresen de manera que no sea engañosa –por ejemplo, no puede implicar que el producto alimentario por sí mismo ayuda a prevenir la enfermedad o que te hará adelgazar–, las afirmaciones sobre salud tendrán que ser comprobables y sólo se permiten bajo ciertas condiciones y utilizando ciertos términos:

► **Adicionado** significa que se han añadido nutrimentos contenidos o no normalmente en el producto.

► Cuando se añaden una o varias vitaminas, minerales o proteínas, se le llama **“enriquecido”** cuando es en concentraciones superiores a las que tiene el producto en forma natural, y **“fortificado”** cuando el producto normalmente no contiene estos componentes.

► “Alimento orgánico” o “cultivado orgánicamente” deberán comprobar que cumplen con lo establecido en la Ley de

Productos Orgánicos de la Secretaría de Agricultura, Ganadería, Desarrollo Rural, Pesca y Alimentación (Sagarpa).³

► **Declaración de propiedades** sobre una función fisiológica normal del organismo, por ejemplo: relacionar calcio y osteoporosis; grasa saturada y colesterol con coronariopatías; ácido fólico y embarazo.

► El producto tiene características especiales cuando todos los alimentos de ese tipo las posean. Por ejemplo, las ciruelas pasa ayudan a la digestión, no la marca que las contiene.

MODIFICACIONES EN LA COMPOSICIÓN:

Producto reducido en ____	Libre o sin	Muy bajo	Bajo	Reducido
Sodio	<5mg/porción	< ó =35mg/ porción	< ó =140 mg/porción	-25% que el alimento original
Grasa	<0,5g/porción	-	< ó =3g/porción*	-25% que el alimento original
Grasa saturada	-	-	< ó =1g/porción*, **	-25% que el alimento original
Colesterol	<2g/porción	-	< ó =20g/porción*	-25% que el alimento original
Calorías	<5cal/ porción	< ó =40cal/ porción*	< ó =40cal/ porción*	-25% que el alimento original
Azúcar	<0,5g/porción	-	-	-25% que el alimento original

Fuente: NOM-086-SSA1-1994. Bienes y servicios. Alimentos y bebidas no alcohólicas con modificaciones en su composición – Especificaciones nutrimentales.

* En porciones de menos de 30 g, este valor debe aplicarse sobre 50 g de producto.

** Que no exceda el 15% de energía proveniente de grasa saturada.

Juegos en línea

Una historia de niveles infinitos

bwin.party

Las tardes jugando “maquinitas” después de la escuela son ahora sólo un recuerdo. Aquellos días en que los videojuegos eran considerados pérdidas de tiempo son cosa del pasado. Actualmente, la evolución de la industria se abre camino en línea y llega a cotizar en la bolsa y, también, a probar sus beneficios en la educación: una evolución digna de leerse.



Seguramente, si naciste en la década de 1980, en algún momento cruzó por tu mente consagrar tu vida a los videojuegos; a jugarlos, probarlos, reseñarlos o hasta diseñarlos. Quizá, como la mayoría de los jugadores de *arcade* (o “maquinitas”, como muchos las conocimos), lo descartaste apenas unos años después y decidiste encaminar tu vida hacia un destino más tradicional. O quizá no, y ahora eres un multimillonario de la costa este de Estados Unidos.

Los videojuegos, contrario a lo que nuestras madres pensaban al vernos enganchados a las consolas, resultaron ser más que un juguete que se abandona de la mano de las primeras citas, el primer trabajo, o incluso el nacimiento de tu primogénito. Con el paso de las décadas y la implacable innovación tecnológica, se han convertido en parte de nuestro día a día. No en balde las compañías desarrolladoras de este tipo de entretenimiento compiten codo a codo en Wall Street con otras empresas más tradicionales, como las del cine, las publicaciones o la televisión.

Y cuando hablamos de videojuegos no pienses en consolas, discos y cartuchos. No, piensa en algo todavía más cercano al ciudadano promedio. Gracias al auge de las redes sociales –y, especialmente, de Facebook– es posible que tu madre haya tenido su propia granja en FarmVille, o que tu jefe haya bombardeado tu “muro” con invitaciones para que te unas a su pandilla en Mafia Wars. Es más, puede que las plataformas de juegos en línea masivos, como World of Warcraft o Second Life, te hayan llevado a conocer a tu media naranja y ahora lleves un agitado matrimonio que se debate entre hacer el súper o completar una misión.

¿Quién hubiera pensado que un “juguete” terminaría volviéndose una de las formas de ocio a la que más recurriríamos durante nuestra vida adulta? De acuerdo con el informe de 2011 de ESA (Entertainment Software Association), 53% de los jugadores de videojuegos (sea de consola, en línea o en dispositivos móviles, como los *smartphones*) tiene entre 18 y 49 años de edad, seguido por el 29%, que representa a los mayores de 50 años. ¡Y apenas el 18% corresponde a menores de 18 años! Es más, según este informe anual, la edad promedio del *gamer* es de 37 años.

Pero esta tendencia no es nueva; al contrario, ha ido afirmándose año tras año. La sorpresa radica en el crecimiento inesperado que ha sufrido la industria dedicada únicamente a los juegos en línea. Su desarrollo ha sido exponencial y actualmente atraviesa cambios importantes, poniendo una sana distancia con los tradicionales juegos para consolas como el Wii o el Xbox. Los juegos en línea se han convertido en una tendencia de consumo que está afectando nuestra vida, aprendizaje y economía, a veces sin que nos demos cuenta.

Y a todo esto, ¿qué es un videojuego en línea?

Como su nombre lo sugiere, son aquellos que funcionan gracias a la magia del internet, ya sea mediante la ventana de tu explorador en tu computadora, una consola o a través de una plataforma (un programa que bajas o instalas en tu computadora, tableta o teléfono). Pueden estar diseñados para un solo jugador, varios jugadores (de manera simultánea o por turnos), o incluso para operar de manera cooperativa (el famoso “social network gaming”).

Los juegos en línea son nietos de las primeras *arcades* y consolas, como el NES de Nintendo. Sin embargo, debido a que están en la red ofrecen alternativas que no tienen los videojuegos tradicionales, como la interacción con otras personas en tiempo real o la constante actualización (y por ende, la prolongación del juego, su completa transformación o hasta el aumento de dificultad).

La forma más sencilla de entender este fenómeno lúdico y tecnológico es tomar lo mejor de cada uno y unirlos: la interactividad que ofrece un videojuego tradicional y las ventajas propias de internet, como la interconectividad. Resulta una adición sencilla, pero que promete resultados sorprendentes; no sólo en la experiencia del usuario, sino también en la forma en que las compañías recuperan sus ganancias.

Tal es el caso de un nuevo modelo de negocio llamado *freemium* (o semigratis), en el que los usuarios deciden si quieren o no pagar. Un sistema arriesgado y muy atacado, pero que parece estar haciendo lo suyo.

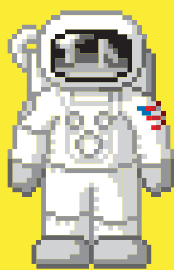


37
años
la edad
promedio
del gamer

Un modelo de internet para internet

Todos hemos escuchado las quejas constantes de la industria del entretenimiento tras el advenimiento de internet. Las famosas descargas ilegales y la posibilidad de copiar un contenido íntegro han puesto en jaque el viejo modelo de negocios, donde uno, al comprar una película o un disco, pagaba por los derechos de autor de la obra. Pero, ¿quién quiere comprar un disco si lo puede obtener gratis?

Las tiendas en línea ofrecen venderte los archivos en vez del soporte físico, como el disco o el libro, y han logrado un avance en esta disputa. Sin embargo, las compañías dedicadas al entretenimiento están inconformes con estos resultados que no logran frenar sus pérdidas multimillonarias, y buscan seguir ganando dinero “a la antigua”.



No obstante, la industria del videojuego, una de las que también se han visto afectadas por este fenómeno de consumo (especialmente el ala dedicada a juegos para computadora), se ha sumado a nuevas estrategias para hacer frente a la situación.

En el modelo *freemium*, los usuarios tienen acceso a una parte del contenido o servicio gratis, pero conservando la opción de pagar cantidades modestas para obtener el juego completo, items especiales, o para avanzar más rápido en los niveles. Este modelo, en el que el usuario tiene la libertad de pagar según la “profundidad” de la experiencia que desea en el uso del producto, le ha funcionado a muchas empresas, como Zynga, responsable de éxitos comerciales como FarmVille, YoVille o Mafia Wars.

Ahora, este modelo no es exclusivo de los videojuegos. Empresas y productos como DropBox, LinkedIn o Badoo lo han sabido aprovechar; y, para muchos analistas financieros y expertos de la web, éste es el modelo de negocios que imperará en la red del futuro. El caso de Zynga es paradigmático en este sentido.

Tras haber sido fundada en 2007, esta empresa estadounidense lanzó, en junio de 2009, su creación más reconocida: FarmVille. Para agosto de ese mismo año era el juego más jugado en Facebook

con más de 10 millones de usuarios activos “cuidando” su granja todos los días. Esta cifra se incrementó en octubre, cuando alcanzó los 20 millones. Y es muy probable que tú hayas sido uno de ellos.

Sin embargo, aunque FarmVille fue uno de los juegos más conocidos en nuestro país, no fue el que más jugadores (y ganancias) le ha valido a Zynga. CityVille, operando bajo este mismo modelo, alcanzó en diciembre de 2010 los 61 millones de usuarios activos mensualmente, volviéndose el mayor éxito de esta empresa. Tan sólo en 2011, sus ganancias fueron de 1.6 miles de millones. ¿Comienzas a arrepentirte de no haber consagrado tu vida a los videojuegos?

Los juegos en línea apuestan al futuro

Cotizar en Wall Street es el sueño de toda *startup*. Sin embargo, para el titán de los juegos en línea ha sido una pesadilla. Desde su entrada a la bolsa en diciembre de 2011, Zynga ha recibido más de un gancho al hígado; desde una *class-action* (acción colectiva iniciada por consumidores) en su contra, hasta fricciones con las políticas de publicación en Facebook y demandas por plagio.

Sin embargo, quizá el golpe que podría calificarse como un verdadero nocaut sea la pérdida masiva de usuarios que ha tenido debido a estas turbulencias y a la pérdida de interés que todos, tarde o temprano, experimentamos cuando la motivación inicial ha terminado. ¿O tú aún conservas tu granja?

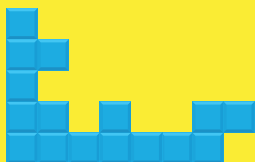
Este acumulado de problemas le ha hecho perder cifras astronómicas y tener que despedir a parte de su personal. Pero, a pesar de la tormenta, parece haber luz al final del túnel. Durante octubre pasado, el nuevo hijo pródigo

(que ya no prodigio) del Valle de Silicio se asoció formalmente con Bwin.Party Digital Entertainment, una empresa especializada en sitios de apuestas en internet.

¿El motivo de su unión? Zynga piensa que es hora de jugar con fuego; o mejor dicho, con dinero de

verdad. La firma de este matrimonio arreglado ha sido aplaudida por diversos analistas financieros que apuestan por el uso de “dinero real” en los juegos en línea, en vez del modelo de créditos de Facebook con el que venía funcionando la empresa.

Actualmente, Bwin.Party sólo tiene presencia en Reino Unido y otros países del mundo donde la legislación vigente permite su funcionamiento.



No obstante, Estados Unidos y otras potencias europeas parecen reticentes a abrirle las puertas a los juegos de azar en línea. Una reticencia que los directivos de Zynga predicen irá cediendo con el tiempo.

Ambas empresas han comenzado a planear una serie de estrategias para unir sus mercados y multiplicar sus ganancias. Pero queda abierto el espacio para la pregunta: ¿en verdad éste es el único futuro rentable para los juegos en línea?

La diversión no está peleada con la educación

Los juegos en línea han abierto un mundo de posibilidades más allá de los negocios. Una de ellas es en el campo de la educación. Desde hace un buen tiempo, la filosofía de aprender jugando se ha convertido en una opción seductora tanto para maestros como para padres y alumnos. Sin embargo, no ha logrado aterrizar en la educación formal del día a día.

Hasta ahora han sido pocos los videojuegos educativos que han logrado ser tan populares como sus pares dedicados únicamente al entretenimiento, consiguiendo aburrir a los alumnos acostumbrados a gráficas sorprendentes, tramas cautivantes y retos que prácticamente los obliguen a no despegarse del juego.

La brecha digital entre maestros y alumnos también ha surtido su efecto nocivo en este campo, donde los primeros muestran reticencia a permitir la entrada del internet en el aula, más por prejuicios que por algún mal que pudiera ocasionar al proceso de aprendizaje. No obstante, la familiarización que estamos experimentando con los juegos en línea puede comenzar a darle la vuelta al plato, tanto para alumnos como para profesores.



Para empezar, desde hace muchos años los videojuegos se han ido diversificando, ofreciendo historias más complejas, retando la inteligencia del jugador, e incluso su condición física o su coordinación motriz. También han demostrado ser una excelente forma de promoción de conductas pro sociales, es decir, de comportamientos que benefician a la colectividad.

Por ejemplo, en los juegos de Zynga en los que se necesita de los otros para poder seguir avanzando, la conducta pro social (como regar las plantas del vecino, enviarle regalos o ítems para completar una misión) son premiadas, favoreciéndolas en detrimento de las conductas competitivas que pueden devenir en la agresión.

Trip Hawkins, fundador de Electronic Arts, refirió durante la feria GameLab 2011 que los videojuegos están acercando a las personas, ayudándoles a mantener interacciones reales. Esta senda, para el ahora directivo de Extreme Reality, debe ser explorada aún más para que los juegos también “enseñen algo”, pues mediante el *social gaming* en línea los jugadores trabajan en equipo por una meta común, se organizan y ponen en práctica numerosas habilidades que los profesores en las aulas no han logrado pulir con rotafolios y plumones.

El futuro de los juegos en línea continúa escribiéndose. No obstante, cada día es más común que pasen de ser una actividad “para perder el tiempo” a un fin en sí mismo. Es decir, que dejemos de acceder a los juegos mientras esperamos a que dé la hora de salida del trabajo para convertirnos en una actividad a la que designemos tiempo y, sobre todo, dinero.



Referencias

¹También conocida como *social network gaming*, esta variante de juegos en línea se basa en la interacción social para poder avanzar en el juego. Ejemplo de ello son los juegos hospedados en Facebook o G+, donde se requiere la “ayuda” de otros usuarios o “amigos” en la red social para poder ganar puntos o pasar de nivel, pues sin ellos el juego avanza muy lento o no puede continuar.

²El término “*startup*” cada día es más común en la lengua de Cervantes. Se trata de compañías de creación reciente, generalmente enfocadas a la innovación tecnológica y con un perfil de alto riesgo (tanto de pérdida como de ganancia) para los inversionistas. Ejemplos de startups exitosas son Instagram, Pinterest y Airbnb.

Bibliografía

· Arlotta, C.J. (24 de diciembre de 2011). CityVille Dethrones FarmVille as Biggest Game on Facebook: What's Next for Zynga. Social Times. Recuperado el 15 de noviembre de 2012 de http://socialtimes.com/cityville-dethrones-farmville-as-biggest-game-on-facebook-whats-next-for-zynga_b32698

· Bederman, Uriel. (s/a). “Videojuegos en la escuela: la faceta educativa del entretenimiento digital”. Recuperado el 15 de noviembre de 2012 de http://www.lacapital.com.ar/canales/tecnologia/contenidos/2012/11/07/Noticia_0001.html

· Helft, Miguel. (24 de julio de 2012). “Will Zynga Become the Google of Games?”. The New York Times. Recuperado el 14 de noviembre de 2012 de http://www.nytimes.com/2010/07/25/business/25zynga.html?pagewanted=all&_r=0

· Maltz, Jules; Barney, Daniel. (4 de noviembre de 2012). “Should Your Startup Go Freemium?”. Tech Crunch. Recuperado el 15 de noviembre de 2012 de <http://techcrunch.com/2012/11/04/should-your-startup-go-freemium/>

· Taylor, Coleen. (24 de octubre de 2012). “Zynga Makes Its First Move Into ‘Real Money’ Games, Partners With Casino Gaming Giant Bwin Party”. Tech Crunch. Recuperado el 14 de noviembre de 2012 de <http://techcrunch.com/2012/10/24/zynga-makes-its-first-move-into-real-money-games-partners-with-casino-gaming-giant-bwin-party/>



Ecotecnologías Fovissste

El pasado 26 de septiembre de 2012 se publicaron, en el Diario Oficial de la Federación, las Reglas para el Otorgamiento de Créditos del Fondo de la Vivienda del Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado. Estas reglas rigen la forma como operan los créditos que otorga esta institución. En la Sección Novena del apartado "De las características de la vivienda", en la regla vigésima quinta, se establece que: "Las viviendas nuevas que pretendan adquirirse o construirse... con créditos **Fovissste**... deberán estar diseñadas desde una perspectiva de sustentabilidad, contando con elementos que permitan el uso eficiente de los recursos naturales, particularmente de agua y energía".

En este sentido, **Fovissste** ha incursionado de lleno en el fomento de vivienda más sustentable el cual te permita a ti, trabajador, contar con ahorros considerables en su operación, lo que a su vez redundará en una mejor calidad de vida.

Al adquirir tu vivienda nueva con un crédito **Fovissste**, fíjate que cumpla con esto y que al menos tenga tecnologías que te ayuden a ahorrar agua, luz y gas.

Para que puedas tener ahorros en agua, **Fovissste** ha solicitado que a todas las viviendas nuevas se les incluyan inodoros con descargas de máximo 5 litros, regaderas compensadoras de flujo grado ecológico, llaves (válvulas) con dispositivo ahorrador de agua en el fregadero de la cocina y en los lavabos de los baños, y válvulas de seccionamiento para alimentación en lavabos, inodoros, fregadero, calentador de agua, tinaco y cisterna.

Adicionalmente, tu vivienda deberá contar con un medidor de flujo de agua, el cual debe ser instalado por el organismo operador de agua de tu localidad, así como contar con toma domiciliaria.

En cuanto al ahorro eléctrico, fíjate que tu vivienda nueva cuente con lámparas fluorescentes compactas autobalastadas (focos ahorradores), o bien, una combinación de estos focos con lámparas led tipo bombilla. Si vives en una zona donde hace mucho calor, es conveniente que el techo de tu casa esté aislado para evitar que se caliente con el sol. También es recomendable que tengas un acabado reflectivo en el techo (pintura reflejante), y que al menos la pared que reciba mayor insolación esté protegida con aislante térmico. De esta manera podrás reducir el uso del aire acondicionado y ventiladores y, con ello, tu cuenta de electricidad.

Para que ahorres gas, **Fovissste** ha previsto que las viviendas que se financien con nuestros créditos tengan calentadores de paso, que únicamente operan y consumen gas cuando tú lo necesitas; y en aquellas regiones indicadas, hemos previsto que las viviendas cuenten con calentador solar.

Para que puedas disponer adecuadamente de los residuos sólidos, fíjate que cuando recibas tu casa cuente con botes de basura diferenciados para residuos orgánicos e inorgánicos, y que el conjunto donde vivas también tenga contenedores diferenciados para que puedas disponer adecuadamente de tus residuos.

"Las viviendas nuevas que pretendan adquirirse o construirse... con créditos Fovissste... deberán estar diseñadas desde una perspectiva de sustentabilidad"

Por último, te aconsejamos que solicites a tu proveedor lo siguiente:

- **Capacitación básica** sobre el uso y mantenimiento de las ecotecnias instaladas en tu vivienda.
- **Las garantías** correspondientes (de calidad, funcionamiento e instalación de cada ecotecnología) con fecha de vigencia, y dirección y/o teléfonos de las ventanillas de atención y servicio para hacer efectivas dichas garantías.
- **El manual de mantenimiento** preventivo y correctivo, impreso y de ser posible electrónico de cada ecotecnia.

FOVISSSTE
cada vez más cerca de ti.





Localiza tu delegación o subdelegación en el Portal del Consumidor.
Visítalo, es tuyo: www.consumidor.gob.mx



Directorio de delegaciones

OFICINAS CENTRALES

Av. José Vasconcelos 208, colonia Condesa, delegación Cuauhtémoc, México DF.

Centro de Documentación Profeco (Cedoc)

Consulta o compra la **Revista del Consumidor**, adquiere los libros publicados por **Profeco** y accede a una biblioteca especializada en consumo. Lunes a viernes de 9:00 a 18:00.

DELEGACIONES PROFECO

AGUASCALIENTES

Juan de Montoro #103, col. Centro, CP 20000, Aguascalientes. Tel. 916 2969

BAJA CALIFORNIA

Guadalupe Victoria #9440, edificio Daroca, a espaldas de Plaza Fiesta, col. Zona del Río, CP 22320, Tijuana. Tel. 684 8916

Subdelegación: Av. Pioneros #1005, Palacio Federal, colonia Centro Cívico, CP 21000, Mexicali. Tel. 557 3084

BAJA CALIFORNIA SUR

Jalisco s/n, esq. Francisco I. Madero, col. Pueblo Nuevo, CP 23060, La Paz. Tel. 122 8077

CAMPECHE

Av. 16 de Septiembre s/n, Palacio Federal, primer piso, col. Centro, CP 24000, Campeche. Tel. 811 0672

COAHUILA

Bldv. Venustiano Carranza #2879 (a un lado del SAT), col. La Salle, CP 25240, Saltillo. Tel. 416 5445

Subdelegación: Av. Matamoros #1285 Poniente, col. Centro, CP 27000, Torreón. Tel. 712 6406

COLIMA

José Antonio Torres #402, esq. Av. Rey Colimán, col. Centro, CP 28000, Colima. Tel. 314 6949

Subdelegación: Balbino Dávalos #54, esq. Carrillo Puerto, col. Centro, CP 28200, Manzanillo. Tel. 332 9180

CHIAPAS

Circunvalación Tapachula #844, col. Moctezuma, CP 29030, Tuxtla Gutiérrez. Tel. 602 5938

Subdelegación: Octava Avenida Sur #46, entre 2ª y 4ª Poniente, col. Centro, CP 30700, Tapachula de Córdoba. Tel. 626 7501

CHIHUAHUA

Av. Benjamín Franklin #3220, interior 7, col. Margaritas. CP 32315, Cd. Juárez. Tel. 613 5087

Subdelegación: Ramírez #2007, esq. Calle 22, col. Pacífico, CP 31030, Chihuahua. Tel. 410 0778

DISTRITO FEDERAL

Centro (Benito Juárez, Gustavo A. Madero, Cuauhtémoc, Azcapotzalco): Dr. Carmona y Valle #11, 4º y 5º piso, col. Doctores, CP 06720. Tel. 5578 0412
Oriente (delegaciones políticas: Iztacalco, Iztapalapa y Venustiano Carranza): Azafrán #181º piso, col. Granjas, CP 08400. Tel. 5686 1900

Poniente (delegaciones políticas: Álvaro Obregón, Cuajimalpa, Magdalena Contreras, Miguel Hidalgo):

Toltecas #23, esq. Calle 10, col. San Pedro de los Pinos, CP 01180. Tel. 5272 5056

Sur (Milpa Alta, Tláhuac, Tlalpan, Coyoacán y Xochimilco): Periférico #5323, col. Isidro Fabela, CP 14030. Tel. 5528 7419

DURANGO

Zaragoza #110 Sur, col. Zona Centro, CP 34000, Victoria de Durango. Tel. 825 3327

ESTADO DE MÉXICO

Naucalpan: Avenida 3 #47, entre Avenida de las Torres y Blvd. Toluca, col. Fraccionamiento Industrial Naucalpan, CP 53370. Tel. 5576 6059

Nezahualcóyotl: Cucaracha #293, esq. Gustavo Baz, col. Benito Juárez, CP 57000. Tel. 5743 5746

Tlalnepantla: Mario Colín #56, col. Centro, CP 54000. Tel. 5390 7539

Toluca: Santos Degollado #103 (enfrente del Cosmovital), col. Centro, CP 50000. Tel. 215 7070

Ecatepec: Av. Hank González #50, Mza. 44, pasillo 29 (Center Plaza Ecatepec), col. Valle de Anáhuac, CP 55210. Tel. 5774 5006

GUANAJUATO

5 de Mayo #341, col. Obregón, CP 37320, León de los Aldama. Tel. 716 6044

Subdelegación: Av. Guerrero #1385, esq. Fco. Sarabia (a una cuadra del estadio), col. Moderna, CP 36690, Irapuato. Tel. 635 2414

GUERRERO

Av. Costera Miguel Alemán #304, col. Centro, CP 39300, Acapulco de Juárez. Tel. 483 1558

Subdelegación: Av. Vicente Guerrero #112, col. Centro, CP 40000, Iguala de la Independencia. Tel. 332 7450

HIDALGO

Cuauhtémoc esq. pasaje a la iglesia La Villita #700, col. Revolución, CP 42060, Pachuca. Tel. 714 0636

JALISCO

Marsella #49, 2º piso, Sector Juárez, col. Americana, CP 44160, Guadalajara. Tel. 3615 7383

MICHOACÁN

Bldv. García de León #1908, col. 5 de Diciembre, CP 58280, Morelia. Tel. 315 6150

MORELOS

Av. Atlacomulco #76, antes 202, col. Acapantzingo, CP 62440, Cuernavaca. Tel. 314 5918

NAYARIT

Av. México #142 Sur, col. Centro, CP 63000, Tepic. Tel. 212 3457

NUEVO LEÓN

Av. Profesor Moisés Sáenz #602, col. Mitras Centro, CP 64460, Monterrey. Tel. 8347 4849

OAXACA

Heroico Colegio Militar #1109, planta alta, col. Reforma, CP 68050, Oaxaca. Tel. 513 4141

PUEBLA

19 Sur #506, desp. 103, col. La Paz, CP 72160, Heroica Puebla de Zaragoza. Tel. 232 6700

QUERÉTARO

Av. Constituyentes #102, Oriente, planta baja, col. Quintas del Márquez, CP 76047, Santiago de Querétaro. Tel. 223 5722

QUINTANA ROO

Av. Coba #9 y 11, Supermanzana 22 (frente al Seguro Social), col. Centro, CP 77500, Cancún. Tel. 884 2634

Subdelegación: Av. Juárez por 45 Sur, local #7 (interior Plaza Papagallos), col. Centro, CP 77710, Playa del Carmen. Tel. 803 1261

SAN LUIS POTOSÍ

Librado Rivera #215, col. Del Valle, CP 78200, San Luis Potosí. Tel. 841 2500

SINALOA

Bldv. Francisco I. Madero #744 Poniente, col. Centro, CP 80000, Culiacán de Rosales. Tel. 712 5848

SONORA

Oaxaca #150 Poniente, esq. Escobedo, Edificio San Enrique, col. Centro, CP 83000, Hermosillo. Tel. 213 8620

Subdelegación: Chihuahua #169 Sur, entre Guerrero e Hidalgo, col. Centro, CP 85000, Ciudad Obregón. Tel. 415 2588

TABASCO

Carmen Cadena de Buendía #133, col. Nueva Villahermosa, CP 86070, Villahermosa. Tel. 312 3795

TAMAULIPAS

Juan B. Tijerina #925, col. Centro, CP 87000, Ciudad Victoria. Tel. 312 9471

Subdelegación: Blvd. Morelos #475 esq. República de Argentina, col. Anzaldúas, CP 88630, Reynosa. Tel. 922 7769

Subdelegación: Av. Hidalgo #5004, primer piso, local 1, col. Sierra Morena, CP 89210, Tampico. Tel. 213 2432

TLAXCALA

Calle 33 #203, col. Loma Xicohténcatl, CP 90070, Tlaxcala de Xicohténcatl. Tel. 462 7835

VERACRUZ

Av. Salvador Díaz Mirón #2880, esq. Salubridad, col. Fraccionamiento Moderno, CP 91918, Veracruz. Tel. 100 3894

Subdelegación: Cánovas #2, col. Centro, CP 91000, Xalapa. Tel. 812 4382

YUCATÁN

Calle 49 #479-A, entre calles 54 y 56, col. Centro, CP 97000, Mérida. Tel. 928 5966

ZACATECAS

Fernando Villalpando #214, col. Centro, CP 98000, Zacatecas. Tel. 922 0460

NO QUIERO ORO NI QUIERO PLATA, LO QUE QUIERO ES HACER UNA PIÑATA

¡Por fin llegó diciembre! Y con él las tradicionales posadas. Además del ponche, los peregrinos y los aguinaldos, las piñatas son una parte imprescindible de estas celebraciones. ¿Sabes cuál es su historia, cómo puedes hacer una y por qué las rompemos? Sigue leyendo para enterarte.



Quizá no lo sepas, pero su origen se remonta a la antigua China. Para celebrar el Año Nuevo, el mandarín —el máximo gobernante— rompía una figura en forma de vaca llena de semillas y forrada con papel de colores. Los chinos creían que así obtendrían cosechas abundantes todo el año. Sin embargo, en esos tiempos era muy difícil llegar a China.

Ni siquiera aparecía en los mapas, pues todavía no era descubierta por los europeos! Fue hasta el siglo XIII que un viajante de nombre Marco Polo logró llegar hasta allá y trajo consigo algunos de los inventos más geniales, como los fuegos artificiales, el papel y las piñatas! Con el tiempo, todos estos inventos se volvieron muy populares en Europa, y de ahí dieron el salto a muchos rincones del mundo. Entre ellos, México.



¿POR QUÉ
LAS ROMPEMOS
SI SON TAN
BONITAS?



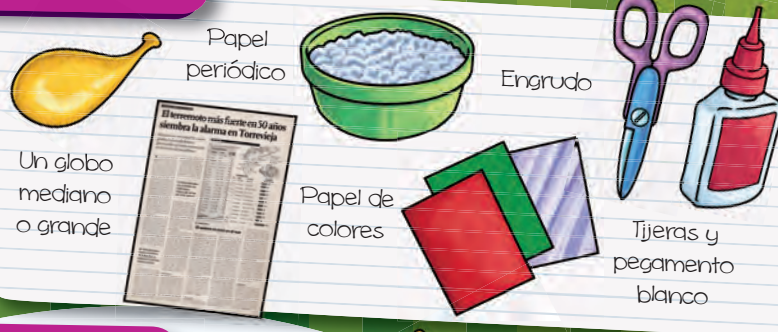
Como habrás escuchado, las piñatas tradicionales son las que, además de tener forma de estrella, poseen siete picos. Cada uno de ellos representa alguno de los siete pecados capitales de la religión católica. ¿Los conoces? Son: avaricia, envidia, gula, ira, lujuria, pereza y soberbia.

Así, se rompe la piñata porque es una forma de representar la lucha del bien contra el mal. Todo lo que cae de ella cuando la rompemos es la recompensa que obtenemos por haber luchado contra todo lo malo.

HAZ LA TUYA

Generalmente, las piñatas están hechas de barro o cartón y son decoradas artísticamente con papel de colores. Sin embargo, para hacer la tuya no necesitas más que algunos artículos que puedes comprar en cualquier papelería, o incluso puedes encontrar en tu hogar.

Necesitarás:



Instrucciones:

1 Infla el globo y haz un nudo para que no se escape el aire. El tamaño que tendrá tu piñata dependerá de qué tan inflado esté el globo.

2 Toma las hojas de periódico y haz tiras con ellas.

3 Unta las tiras de periódico con engrudo y colócalas sobre la superficie del globo, como si lo vendaras.

4 Cuando termines, pon el globo al sol y espera a que seque. Esto puede tardar de dos a tres días.

Aplica tres o cuatro capas de papel para que tu piñata sea más resistente. Procura dejar libre un espacio alrededor del nudo.

7 El último paso consiste en darle color. Toma papel de colores y adórnala como más te guste. Déjala secar un poco y, ahora sí, tienes lista tu piñata.

6 Para los picos puedes hacer conos con cartón más grueso y forrarlos del color que más te guste. Después, pégalos con pegamento blanco en la superficie de la piñata.

5 Cuando la cubierta del globo esté dura, poncha el globo. El hueco que quedó donde antes estaba el nudo del globo será el lugar por donde introducirás los dulces.



Esta joven de Baja California *in crescendo* ha demostrado que el talento y la autenticidad, unidos a la tenacidad, tienen su recompensa. Los escenarios que pisa son cada vez más grandes y sus presentaciones más numerosas. Actualmente promueve su tercer disco, con el que recientemente ganó un Grammy Latino. Carla nos cuenta que es una consumidora que disfruta darse gustos y compartir, dándole a cada cosa su justo valor.

¿Qué te compraste con tu primer sueldo?

Unas papitas con chile y chamoy.

¿Alguna vez te has sentido engañada por la mercadotecnia de un producto que compraste?

No engañada, pero sí que me lo pintan muy bonito. Pero es como cuando vas a cortejar a alguien: le muestras lo mejor de ti.

¿Te gusta el shopping?

Uf, ¡me encanta, me vuelve loca, es lo peor de mí! Para relajarme y para ser feliz voy a comprar vestidos; siempre encuentro pretextos.

Si juntaras las compras de toda tu vida, ¿qué producto sería el más frecuente?

Guitarras, música y zapatos.

Como ciudadana fronteriza, ¿prefieres comprar en México o “del otro lado”?

De los dos lados, lo último lo encuentras en EU, y otras cosas muy chidas en el tianguis en Tecate.

¿Han cambiado tus hábitos de consumo desde que te viniste al DF?

¡Cada vez más! A cada rato encuentro un centro comercial nuevo... Pero no soy compradora compulsiva, lo que compro lo uso para mis shows.

¿Sueles comprar artículos de segunda mano?

Muchos. Sobre todo ropa y cosas para mi casa. Me encanta lo *vintage*.

¿Vas al súper o al mercado?

Al súper, me gusta comprar de una vez para dos semanas.

¿Qué piensas sobre la manera que tiene la publicidad de presentar a las mujeres?

Es halagador que consideren a la mujer como símbolo de belleza, pero esa no debería de ser la forma de atraer a las masas.

¿Cómo te defines como producto musical?

No me veo como producto, vivo de mi arte. Lo que vendo es lo que yo soy, alguien que siente y vive lo mismo que cualquiera otra persona real.

¿El primer disco que tuviste y tu compra más reciente?

Pies descalzos de Shakira y *El objeto llamado disco* de Café Tacuba.

¿Consideras que la música tiene un precio justo?

Sí, porque sé lo que cuesta hacer un disco. Pero soy consciente de que muchos no pueden pagarlo.

¿La industria musical está en crisis?

Respeto a las disqueras porque dan a conocer a muchos músicos, pero lo que piden al artista es demasiado. Hoy lo independiente también vende, la responsabilidad es mayor, pero todo lo que logras es tuyo y lo mejor es que no te sientes como un producto, porque sabes que todo salió de ti.

Fotografía: Benjy Estrada
Cortesía de: Los Manejadores



Portal del Consumidor

Profeco

Sin
tanto
rollo

Síguenos en Twitter:
@profeco



Soy consumidor y tengo el PODER

En un solo lugar, todo lo que necesitas
saber para comprar inteligentemente:
consumidor.gob.mx

- ➔ Consulta el archivo histórico de estudios de calidad desde 1976.
- ➔ Conoce cuáles son las empresas con más quejas en cada estado del país.
- ➔ Entérate de los productos que representan un riesgo para tu seguridad.
- ➔ Consulta la canasta inteligente para saber dónde y qué alimentos comprar.



Distinguido con el Premio a la Innovación en Transparencia
para la Mejora de la Gestión Institucional

Feria, vuelto, morralla o cambio.



BANCO DE MÉXICO

CENTRO DE CANJE

Cómo y dónde cambiar billetes y monedas

¿Qué bancos funcionan como Centro de Canje?

**TODOS
LOS QUE CUENTEN
CON EL EMBLEMA
DE CENTRO DE
CANJE**



Identifica las sucursales bancarias con el logo Centro de Canje

Para mayor información visita:
www.banxico.org.mx/billetesymonedas
o llama sin costo al:
01800 BANXICO (226 9426)
o contáctanos en:
dinero@banxico.org.mx



A. ¿Qué bancos funcionan como Centro de Canje?

- Las sucursales bancarias con el logo de Centro de Canje; ahí puedes cambiar tus billetes por monedas y viceversa.
- También puedes cambiar billetes y/o monedas anteriores o antiguos por actuales a la conversión correspondiente. (Recuerda que 1,000 pesos de la unidad monetaria anterior a 1993, equivalen a 1 peso actual)
- Pregunta en cualquier banco la ubicación de algún Centro de Canje o consulta en la página web del Banco de México **[sección Billetes y Monedas > Servicios]**

B. ¿Cuánto dinero puedo cambiar en un Centro de Canje?

- Puedes cambiar hasta un monto de 3,000 pesos sin rebasar 500 piezas de la misma denominación por operación.
- Por ejemplo, puedes cambiar un billete de 500 pesos por monedas de 1 peso.

C. ¿En qué horarios puedo ir al Centro de Canje?

- El horario de atención es el mismo que el del banco y no importa que no tengas cuenta bancaria.

Recuerda, el servicio es gratuito.

PLATILLO *sabio*

El PSP se refiere a la posibilidad de integrar, en un solo plato, verduras, cereales, leguminosas o alimentos de origen animal que cumplan con los principios de una dieta equilibrada.

Todos los ingredientes utilizados han sido cuidadosamente cuantificados para asegurar que las preparaciones sean agradables y nutritivas, es decir, que aporten energía, proteínas, vitaminas y minerales.

Además, se usan con moderación alimentos que los expertos en nutrición recomiendan no consumir en grandes cantidades, como azúcares refinados, carne roja, sal y grasas saturadas. Aquí te enseñaremos a preparar platillos nutritivos, económicos, deliciosos, prácticos e imaginativos.

El primer platillo que te sugerimos es protagonizado por los romeritos, un ingrediente que no debe faltar en los festejos navideños en México y el cual es rico en calcio, fibra, vitaminas A y C y proteínas –como otros quelites–, que, en combinación con los camarones, la pasta de hojaldre, los nopales y el mole, te dan un aporte equilibrado de nutrientes para que festejes sintiéndote muy bien.

Tan apetecible es nuestra segunda receta que combina la proteína de la carne y el huevo, con ejotes, papas y pan molido, aportando suficientes carbohidratos. Se trata de unas riquísimas tortitas. Cabe mencionar que los ejotes son un alimento muy bajo en calorías pero altamente nutritivo, pues contiene abundante fibra, ácido fólico, vitaminas B6 y C, minerales y proteínas, y se digiere muy bien, por lo que puedes disfrutarlo a tus anchas.

¡Que tengas una Navidad saludable y muy feliz!





99. ROLLO HOJALDRADO DE ROMERITOS CON MOLE

APORTE NUTRIMENTAL POR RACIÓN

Kilocalorías 641 * Proteínas 32 g * Grasa 30 g * Colesterol 101 mg * Fibra dietética 3 g

INGREDIENTES (6 RACIONES)

- 500 g de pasta hojaldrada
- 750 g de romeritos (limpiar, cocer sin sal y escurrir)
- 3 nopales limpios y cortados en tiras pequeñas (330 g)
- 100 g de pasta de mole comercial
- 200 g de camarón seco
- 1 huevo (55 g)
- 2 cucharadas de queso parmesano rallado (20 g)
- 12 hojas de lechuga desinfectada (240 g)
- 1 trozo de cebolla (50 g)
- 1 diente de ajo (2 g)
- Harina para espolvorear (cantidad necesaria, 30 g)
- 1 cucharada de aceite (10 ml)
- Sal y pimienta al gusto

PREPARACIÓN

- 1 Hierve los camarones con un trozo de cebolla y un diente de ajo. Cuando el caldo tenga

buen sabor, apaga el fuego, cuela el caldo y pela los camarones. Resérvalos junto con el caldo colado.

- 2 En una sartén con una cucharada de aceite, vierte los nopales cortados y cuécelos moviendo constantemente hasta que eliminen todo su líquido viscoso. Resérvalos.
- 3 En la misma sartén, coloca la pasta de mole y diluye poco a poco con el caldo de camarón hasta lograr la consistencia deseada. Si el caldo está muy salado, añade agua en lugar de caldo, o sazónalo con un poco de azúcar o una tablilla de chocolate. No debe quedar muy aguado.
- 4 Cuando comience a espesar, agrega los romeritos, los nopales y la mitad de los camarones. Verifica la sazón y deja a fuego bajo moviendo constantemente para evitar que se pegue. Deja enfriar.
- 5 Sobre una mesa limpia, extiende una hoja de papel encerado, enharínalo y, sobre ella, extiende la pasta de hojaldre con un rodillo

hasta formar un rectángulo de aproximadamente medio centímetro de grosor.

- 6 Revuelve el huevo con el queso parmesano y una pizca de pimienta; con una parte de esta mezcla y con la ayuda de una brocha, barniza la pasta extendida y coloca el relleno de romeritos en el centro, cuidando que no esté caldoso.
- 7 Dobra los extremos derecho e izquierdo hacia el interior y enrolla la pasta, sellando muy bien los bordes. Con un tenedor haz unas pequeñas perforaciones sobre la pasta para que el aire pueda salir y la pasta esponje de forma adecuada.
- 8 Forra una charola para hornear con papel aluminio, y sobre éste coloca el rollo preparado; barniza con el resto del huevo batido con queso y hornea a 225 °C (450 °F), durante 25 a 30 minutos aproximadamente, o hasta que la pasta esté cocida y dorada.
- 9 Rebana y sirve caliente. Adorna con las hojas de lechuga y el resto de los camarones.

100. TORTITAS DE CARNE CON EJOTES EN CALDILLO

APORTE NUTRIMENTAL POR RACIÓN

Kilocalorías 547 * Proteínas 30 g * Grasa 28 g * Colesterol 258 mg * Fibra dietética 4 g

INGREDIENTES (6 RACIONES)

- ½ kg de carne de res (falda cocida y deshebrada)
- ½ kg de ejotes rebanados finamente y cocidos
- 4 jitomates grandes (880 g)
- 5 huevos (275 g) (separar las yemas de las claras)
- 4 papas (870 g) en cuarterones medianos y cocidos
- 1 taza de pan molido (100 g)
- 2 cucharadas de harina (20 g)
- ½ cebolla (100 g)
- 3 dientes de ajo (6 g)
- Caldo de res (cantidad necesaria)
- 120 ml de aceite
- Sal y pimienta al gusto
- Crémor tártaro, una pizca (opcional)

PREPARACIÓN

- 1 Licua los jitomates con los ajos y la cebolla.
- 2 En una cazuela antiadherente, agrega dos cucharadas de aceite y sofríe la salsa colada. Agrega un poco de caldo para hacer el caldillo. Salpimienta y deja hervir a fuego bajo (tapado) durante aproximadamente cinco minutos para que sazone. Reserva.
- 3 Bate las claras a punto de turrón; al final, incorpora las yemas, la harina y una pizca de crémor tártaro. Integra perfectamente.
- 4 Incorpora la carne, los ejotes, el pan molido, sal y pimienta. Mezcla todos los ingredientes.
- 5 Con la ayuda de dos cucharas, forma las tortitas y aplica fritura profunda en aceite bien caliente.
- 6 Escurre sobre papel absorbente para eliminar el exceso de grasa.
- 7 Al momento de servir, calienta las tortitas en el caldillo junto con las papas.



Puedes ver la preparación de estos platos en video, a cargo del chef Edgar Núñez, en la revista de televisión **Platillo Sabio Profeco** y también en el sitio **revistadeconsumidor.gob.mx**

@EdgarNunez11





SUSCRÍBETE AHORA

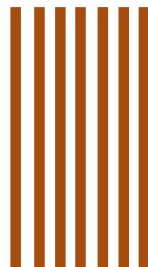
\$250

12 NÚMEROS POR EL PRECIO DE 10

* Válido en solicitudes de suscripción recibidas hasta el 15 de diciembre.
No aplica para renovaciones.

CORRESPONDENCIA CON PORTE POR COBRAR
SOLAMENTE SERVICIO NACIONAL

REGISTRO POSTAL
RESPUESTAS
RP09-0278
AUTORIZADO
POR SEPOMEX



No necesita estampillas
Depositar en cualquier buzón

RESPUESTAS A
PROMOCIONES
COMERCIALES

Revista del Consumidor

Administración Postal núm. 40, CP 06140, México, DF

Llenar con letra de molde

Nombre: _____

Dirección: _____

Colonia: _____

Delegación o municipio: _____

Estado: _____ CP: _____

Teléfono: _____

Formas de pago

Correo: envía este cupón con giro inmediato a nombre de la Procuraduría Federal del Consumidor.

Fax: envía este cupón con tus datos completos y las referencias de tu tarjeta de crédito a los teléfonos **5553 0574** o **5516 6612**.

Teléfono: llama al **01 800 468 8722** lada sin costo desde cualquier otro lugar de la República, para pagos con tarjeta de crédito Visa o Mastercard.

Depósito interbancario: llama al **5516 6612** o **5212 0468**, desde el DF y zona metropolitana, o al **01 800 468 8722**, larga distancia sin costo, para solicitar línea de captura, referencia y convenio.

Multipagos: entra a pagos.profeco.gob.mx, regístrate, llena el formulario, selecciona el servicio y obtén tu suscripción.

Delegaciones: busca en la página **76** tu delegación Profeco más cercana, visítala y suscríbete.

Tus datos personales quedan protegidos conforme a los lineamientos para la protección de datos personales emitidos por el Instituto Federal de Acceso a la Información Pública (IFAI).

Si no recibes a tiempo tu revista, escríbenos a circulacion@profeco.gob.mx o llama a nuestro departamento de suscripciones a los teléfonos: 5516 6612, 5516 6939 y 5212 0468

Renovación de suscripción

Suscripción nueva