

Revista del Consumidor



ADIÓS A LA TV ANALÓGICA

PREPARA TU KIT DE SUPERVIVENCIA DIGITAL

**Estudiamos la calidad de antenas,
decodificadores y televisores**

Incluye Quién es Quién en los Precios



EL LABORATORIO PROFECO REPORTA

Útiles escolares

Si vas a gastar, primero infórmate

TENDENCIAS

Planea tu retiro

Ahorra y
mantén
tu nivel
de vida



Julio de 2015 Núm. 461
\$25 / ISSN 0185-8874
Exhibir hasta el 31 de julio

Las ⁵ empresas de telecomunicaciones con más quejas ante Profeco son*



	Quejas	Porcentaje de conciliación
Nextel Comunicaciones Nextel de México, SA de CV	6,191	87%
Telcel Radiomóvil DIPSA, SA de CV	4,764	89%
Iusacell Iusacell, SA de CV Grupo Iusacell, SA de CV Grupo Iusacell, SAB de CV	4,411	88%
Telmex Teléfonos de México, SAB de CV	3,013	89%
Dish Comercializadora de Frecuencias Satelitales, S de RL de CV	1,744	90%

*Datos de enero a diciembre de 2014

Para conocer más detalles, consulta la página de datos abiertos: datos.profeco.gob.mx

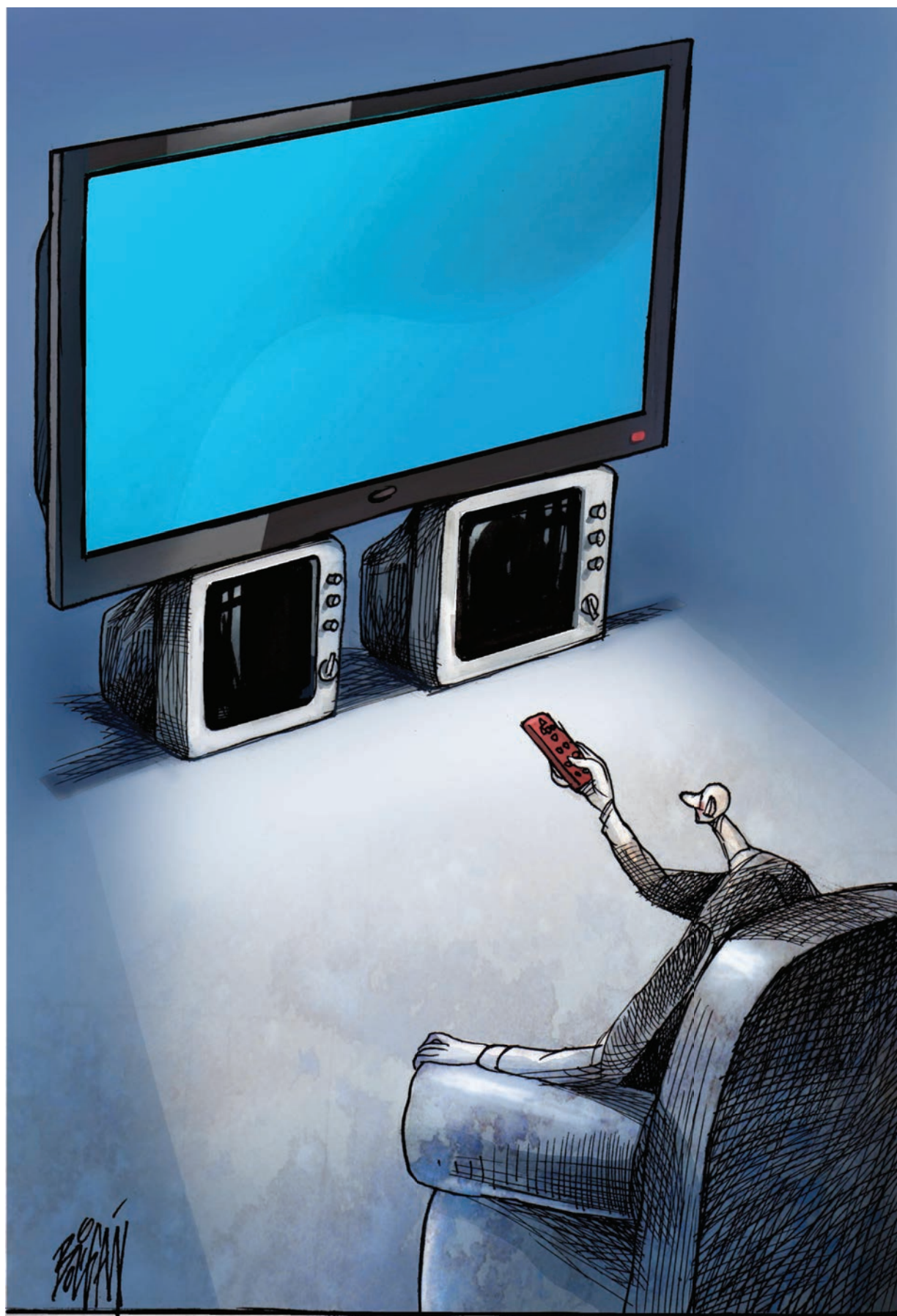
Las empresas de TV de paga o restringida, de telefonía celular, local o larga distancia, así como los proveedores de acceso a internet y hospedaje web son los considerados en los servicios de telecomunicaciones enlistados aquí.

Recuerda que en **Profeco** te defendemos ante cualquier abuso de este tipo. Llámanos al **5568 8722 - 01800 468 8722** o entra a **concilianet.profeco.gob.mx** para iniciar una queja, sin salir de tu casa u oficina.

Transición digital



POR BOLIGÁN



CONTENIDO

4 | Organizaciones de consumidores

Los expertos hablan sobre el derecho a la alimentación saludable



5 | Guía de compra
Un buen mecánico para tu auto



6 | Configuración
Cambia tus rolas de formato



7 | Esquina cultural
Exhibicionismo permitido por las redes sociales



8 | Nutrición

El agua es fundamental para nuestro cuerpo, ¿pero cuánta es suficiente para ti?



10 | Tendencias

Construye tu retiro ahora: infórmate de las mejores opciones para ahorrar desde hoy



16 | Infografía

Conoce las características del protector solar, tu compañero de verano



18 | Radiografía

Con la Televisión Digital Terrestre veremos más y mejor programación



28 | Estudio de calidad

CON EL APAGÓN QUÉ COSA SUCEDE...

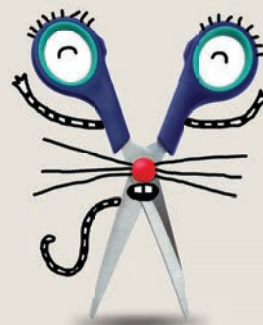
Si te rehusas a deshacerte de tu vieja tele, podrás elegir entre los decodificadores de televisión digital terrestre, además de antenas de TV, para que el apagón no te deje a oscuras



26 | QQP

Precios máximos y mínimos de pantallas en seis ciudades de México

42 | El Laboratorio Profeco reporta



¡Por fin! Como cada año, he aquí la lista de listas: analizamos la calidad de las marcas con que surtirás tu lista de útiles escolares

70 | QQP

No gastes de más, adquiere tus útiles a tiempo y donde los vendan más baratos

06:00



El camino más largo comienza con un solo paso

Ese paso es levantarse temprano, de preferencia a las 6 de la mañana. A esta hora, el tiempo que te hacía falta y que nunca tienes para dedicarte a ti mismo aparecerá de inmediato. El silencio y la tranquilidad de ese momento te darán espacio para la concentración. Igual es un momento inmejorable para ejercitarte. Levántate temprano y dedícate tiempo. Si te es difícil hacerlo es porque no duermes lo suficiente, acuéstate más temprano. Organízate y lo lograrás.



78 | Turismo Cuitzeo del Porvenir, Michoacán

80 | Tecnología Doméstica Profeco Ahorra y guarda tu dinero en esta ecológica cartera que harás con bolsas de plástico



82 | Crianza Despierta al pequeño artista que llevan dentro... ¡y al tuyo también!



84 | Pequeños consumidores ¡Dibújame un paisaje con los pies!



86 | Nuevos caprichos Dale rienda suelta a tu frivolidad



88 | Objeto del deseo Inu: el scooter para lucir al hombro



Revista del
Consumidor

Procuradora Federal del Consumidor
Lorena Martínez Rodríguez

Coordinador General de Educación y Divulgación
Juan Ricardo Hernández Morales

Director General de Difusión
Marco José Sánchez Lira

Director Editorial
Uriel Rodríguez Meléndez

Coordinadora Editorial
Thalía Castillo Gill

Reportera
Alejandra del Castillo

Corrector de estilo
Héctor Iván González

Editor Gráfico
Javier Caballero Sandoval

Diseño
Roberto Paz Amaya
Alejandro Sánchez Velasco

Ilustración
Arnulfo Guevara
Mónica Miranda
Bruno Piña

Fotografía
Enrique Arechavala
José Rodríguez

Colaboradores
Alma Beade Ruelas
Bolígán
María José Castañeda
Jorge Cisneros Morelos
Brenda García
Salvador Leal
Marco Menéndez
María Rosa Ochoa

Departamento de Distribución y Circulación
Susana Frías San Cristóbal

Suscripciones y Publicidad
☎ 5516 6612 - 5212 0468
circulacion@profeco.gob.mx

Consejo Editorial
Alfredo Albiter Sánchez
Noreli Domínguez Acosta
Salvador Farías Higareda
Gastón Fernández Arnaiz
Juan Ricardo Hernández Morales
Érika Lejsek Leonard
Ivonne Némer Orive
Rafael Ochoa Morales
Roberto Padilla Márquez
Estela Ruiz Esparza
Marco José Sánchez Lira
Tomás Manuel Sánchez Robles

ENTREVISTA

Foro Consumo Saludable de los niños y niñas

El pasado 18 de mayo, el **Instituto de Investigaciones Jurídicas (IIJ)** de la **UNAM** y **Profeco** organizaron un foro en el que académicos, funcionarios e integrantes de la sociedad civil compartieron sus experiencias e investigaciones en tres mesas: **Derechos Humanos de los niños y niñas y consumo en el contexto internacional**; **Dilemas y desafíos del etiquetado de alimentos y bebidas en México**, y **Entorno propicio para el consumo saludable de los niños y niñas**.

A continuación te presentamos algunas ideas que los ponentes nos compartieron en entrevista:



*En una institución dedicada a la investigación jurídica, como el **IIJ**, resulta fundamental la colaboración y vinculación con otras instituciones como **Profeco** para abordar temas de relevancia nacional. El consumo saludable de los niños y niñas debe estar en el centro de la agenda de las preocupaciones de las instituciones públicas del país y, por eso, para la **UNAM** resulta fundamental abrir sus espacios a la reflexión, tanto académica como a aquella con vocación de incidencia por parte de las y los expertos en la materia.*

Pedro Salazar – Director del Instituto de Investigaciones Jurídicas de la UNAM

Legislar sobre los espacios públicos para que los niños puedan desarrollarse es complicado. En México estas leyes son aisladas y dispersas; nos hemos centrado en legislar en materia de escuelas. Este seminario promueve una visión integral para legislar en todos los ambientes específicos donde los niños se encuentran: centros de diversión, parques, escuelas hacia dentro y hacia fuera.

Issa Luna Pla – Investigadora del IIJ

*Con respecto al consumo saludable de los niños y niñas, en **Coparmex** trabajamos bajo un principio de corresponsabilidad y nos hemos reunido con la autoridad para dialogar y aportar, inclusive, posicionamientos a la reglamentación o normatividad que genera **Cofepris**.*

Óscar David Hernández Carranza, Coparmex

*Para hacer un entorno más saludable para los niños y niñas es necesario empezar en la escuela. Actualmente participamos en la campaña **Food Revolution** del chef británico Jamie Oliver para cambiar la alimentación escolar. Se está pidiendo que los alimentos en las escuelas no solamente sean saludables, sino también que se impartan clases de alimentación y de cocina.*

Alejandro Calvillo – Director de la Alianza por la Salud Alimentaria



*En la **Anáhuac** advertimos que hay poca investigación en temas de consumo y su impacto en la salud de los menores de edad. Es importante que las instituciones educativas, junto con el **CONACYT**, celebren vínculos y estrategias para definir las grandes líneas de investigación que le interesen a la población y al Estado mexicano.*

Eréndira Salgado – Investigadora de la Universidad Anáhuac del Sur

*Desde la **OMS** se promueve el abordaje al tema de sobrepeso, obesidad y las enfermedades crónicas con una perspectiva multisectorial. Existen varios elementos de riesgo que tienen que ver con factores condicionantes para que pueda ocurrir un problema de obesidad o sobrepeso en un país. Cuando hablamos de factores, nos referimos a aspectos sociales, jurídicos, regulatorios, educativos, de infraestructura, entre otros. Verlo sólo bajo una perspectiva de salud, hace que su resolución sea complicada.*

Enrique Gil – Especialista de la Organización Panamericana de la Salud

La publicidad en un ambiente obesogénico debe jugar un papel en el que, a través de los mensajes que transmita, ayuden a los consumidores a obtener mayor información sobre los alimentos que consumen, y promueva estilos de vida saludables, así como una alimentación balanceada y equilibrada. Aunque la publicidad no es responsable de educar a la gente, por el problema de obesidad que se vive en el país en este momento, debe colaborar en alguna medida. Esto es lo que se pretende lograr a través de los códigos de ética.

Karla Ávila – Miembro del Conar

ALGUNOS DE LOS PONENTES QUE NOS ACOMPAÑARON:



ENRIQUE GIL BELLORIN

Asesor en Enfermedades Crónicas de la Organización Panamericana de la Salud (OPS). Es considerado uno de los principales promotores de los mecanismos para mejorar la salud de la población.



MÓNICA GONZÁLEZ CONTRÓ

Investigadora del Instituto de Investigaciones Jurídicas de la UNAM y consejera honoraria de la Comisión de Derechos Humanos del DF, cuyas líneas de investigación abarcan diversos temas sobre derechos de niñas, niños y adolescentes y derechos humanos.



ALEJANDRO CALVILLO UNNA

Fundador y Director General de El Poder del Consumidor AC e integrante de la Alianza por la Salud Alimentaria. Es consultor de diversos organismos ambientales en el mundo y ha participado en otras OSC. Cuenta con reconocimientos internacionales como el del Leadership in Environment and Development.



KARLA ÁVILA JIMÉNEZ

Directora General en el Consejo de Autorregulación Publicitaria (Conar) y Vicepresidenta del Instituto Cultural Ludwig von Mises. Ocupó el cargo de Consejera en el Observatorio de medios del INMuJeres; Consejera de la Asociación A Favor de lo Mejor en los Medios y Consejera invitada del Consejo de Publicidad Exterior del DF.



CAROLA GARCÍA CALDERÓN

Profesora en el Centro de Estudios en Ciencias de la Comunicación (CECC) de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales de la UNAM, especialista en género y medios de comunicación, tv por cable, publicidad y comunicación, y cultura política.

Cómo contratar el servicio para el auto

Poseer un coche es como tener otro hijo: hay que cuidarlo y mantenerlo. El costo del mantenimiento se debe considerar como parte de la inversión, ya que es la mejor forma de evitar futuras descomposturas, de asegurar un mejor rendimiento del combustible, de alargar su vida útil y conservar un mayor valor de reventa

1 | Antes de llevarlo define qué tipo de servicio requiere tu auto:

- ☐ **Correctivo.** Para reparar las diferentes partes del vehículo en el momento en que dejan de funcionar o empiezan a fallar
- ☐ **Preventivo.** Sigue el manual y las instrucciones del fabricante para el vehículo de acuerdo a su tipo y lapsos
- ☐ **Predictivo.** Realizado a partir de mediciones que permiten saber si es necesario realizar ajustes antes de que aparezca la falla

2 | Ya en el taller donde le darán el servicio a tu auto:

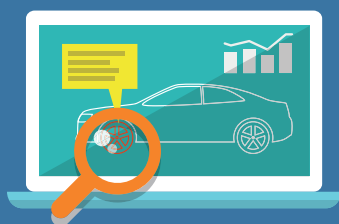
- ☐ Pregunta si su personal tiene alguna certificación que avale sus conocimientos en mecánica y si el taller dispone del equipo indispensable
- ☐ Solicita un presupuesto por escrito, y fíjate en que no te vayan a cobrar el diagnóstico del auto, independientemente de si contratas o no el servicio
- ☐ Es importante que te den garantía por escrito por su trabajo. Verifica que te la den
- ☐ Pregunta por su contrato de adhesión a **Profeco** o revisa si el taller que contratarás tiene quejas (y cuántas) ingresando a **datos.profeco.gob.mx**, o llama al **5568 8722**, el **Teléfono del Consumidor**

3 | Una vez contratado el servicio:

- ☐ Habiendo acordado el presupuesto, el taller no puede aumentar los precios, cambiar piezas o reparar desperfectos que no estén asentados en la orden de trabajo sin consultártelo previamente
- ☐ Exige que en la orden de trabajo se especifique que tu coche no saldrá del taller, así como el estado en que lo entregas
- ☐ Verifica que las refacciones utilizadas en el servicio son originales y nuevas, y que cuenten con el distintivo de la marca
- ☐ Si consideras que persisten las fallas en tu auto, pon al tanto al responsable del taller siendo preciso para que hagan otra revisión



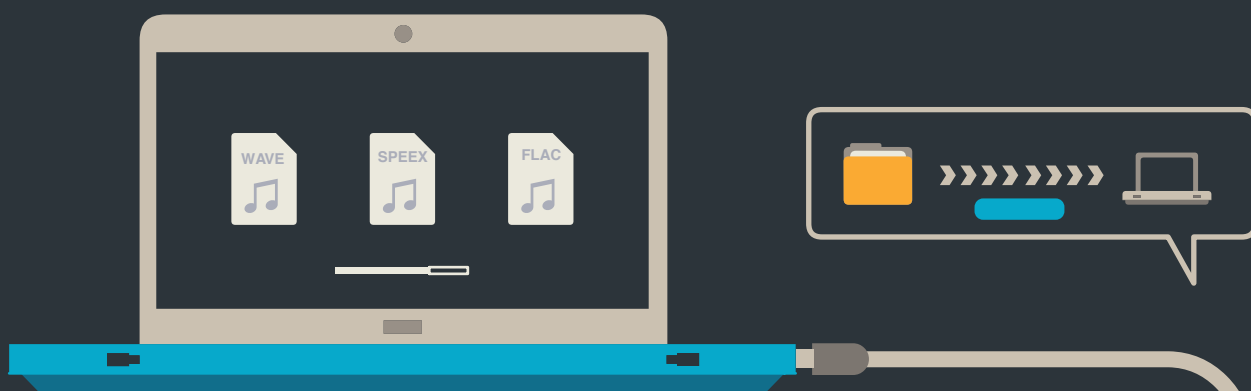
TOMA EN CUENTA QUE



- Un auto particular debe revisarse cada 5,000 km para reemplazar filtros
- Cada vehículo tiene un determinado equipamiento y especificaciones que exigen mantenimiento peculiar igualmente
- Toma en cuenta las recomendaciones del manual de usuario que todos los autos nuevos traen consigo. En él se especifica qué tipo de mantenimiento se debe dar al auto
- Si la póliza de garantía de auto nuevo te obliga a hacer todos sus servicios en la agencia, cuidado con permitir que otro mecánico le meta mano: es muy probable que pierdas la cobertura de esa garantía

FORMATOS SIEMPRE COMPATIBLES

Si tienes audios digitales en algún formato extraño o incompatible con los reproductores de tu casa u oficina, para que no dejes de usarlos te contamos de una herramienta fundamental para transformarlos (Mac)



Los sistemas de sonido cada vez son más inteligentes y no importa que tu música se haya grabado en algún extrañísimo formato como Speex, Monkey's Audio o FLAC, archivos que suelen conocer y aprovechar los expertos o melómanos más exigentes.

Como cualquier otro tipo de archivo, la riqueza auditiva de un archivo FLAC es inmensa si se compara con un mp3 estándar. Sin embargo, el espacio en disco que ocupa un archivo FLAC también puede ser hasta 20 veces mayor, por lo que la variedad de música que podríamos llevar en el iPod o el reproductor del teléfono se ve limitada.

Para esos viajes o momentos que requerimos transformar audios en algún formato más compacto, los usuarios de Mac tienen una solución gratuita que facilita la conversión de archivos. Se llama **Max** y puede generar audios en más de 20 tipos de archivos, comprimidos y descomprimidos, incluidos MP3, Ogg Vorbis, FLAC, AAC, Apple Lossless, Monkey's Audio, WavPack, Speex, AIFF y WAVE. Con pocos clics configuras el estilo de archivo que necesitas de salida, incluso si quieres conservar los datos con información (meta-data) de los archivos originales.

Como ocurre con cualquier otra transformación cualitativa de archivos informáticos, si deseas transformar un audio de baja calidad en uno de mayor resolución, el resultado no será bueno, muy seguramente será decepcionante.

Puedes conocer más detalles de **Max** y descargarlo en sbooth.org/Max. Las donaciones son bienvenidas por parte de los creadores.

¿Y SI NO USO MAC?

Para los usuarios de Windows no hay una opción gratuita y tan fácil de usar como **Max**, pero con ganas de aprender y cometer algunos errores iniciales hay un programa de edición de audio que permite, además de mejorarlos con máscaras, efectos y complementos (por ejemplo, con un micrófono de celular podrías agregar a tus *tracks* una identificación personal, así como hacen los sonideros), exportar los archivos en diferentes tipos de archivos.

El programa se llama **Audacity**, una gloria del *open source*, disponible en <http://web.audacityteam.org>. Una vez que lo hayas descargado e instalado, te recomendamos ir al menú EDIT - PREFERENCES - INTERFACE - LANGUAGES y elije ESPAÑOL para que te sientas con más control. Las posibilidades de **Audacity** son tantas que sería imposible explicarlas todas. Es mejor que te acerques a YouTube, esa nueva escuela del siglo XXI, y busques los tutoriales para cada tarea que desees realizar.



Enredador

Hubo una vez en la que las redes sociales no sólo no eran famosas sino que causaban escozor. Publicar en internet era al mismo tiempo imposible e infame. “¿Quién va a querer ver fotos de tu vida? ¿Quién quiere saber lo que te sucedió el martes pasado? ¿Quién va a leer esa larga perorata en contra de las propinas? ¿Qué valor tiene? ¿Qué riesgos conlleva vaciar tu cerebro en un acto exhibicionista y permitir que otros locos voyeristas tengan acceso a él mediante una conexión de internet?”. Eso y un poquito más me preguntaban mis amigos, mis familiares y mi novia entonces (ahora esposa) cuando en 2003 decidí abrir una bitácora en línea a la que conocíamos como weblog (por su traducción *web log*) o blog.

Cuando a la mañana siguiente de mi fiesta de cumpleaños subí fotos de la misma a aquel repositorio de información que era Blogspot recibí más de una llamada de alerta: “¿Qué hacen fotos mías subidas al internet así como así? ¿Qué no ves el peligro que hay? ¿No has pensado en la privacidad de los demás, de ti?”.

Más de una década después, si uno no sube fotos de un evento a Facebook, la fiesta no sabe igual. Si uno no tiene cuenta de Twitter (definido en sus inicios como un micro-blog) y no se queja del tráfico, la comida o los partidos políticos, es como si no existiera. De repente el miedo a parecer exhibicionistas desapareció y todos queremos ser curadores de nuestra propia vida. Todos tenemos un alter ego que vive en línea.

Confieso que las redes sociales me cautivaron desde su inicio. Así, no sólo tuve un blog (que sigue vivo a pesar de mis múltiples intentos por cerrarlo) sino también Flickr (de fotos), Google Reader (de lecturas, ya fallecido) y Ping (de música, también ya fallecido); y menciono sólo estos cuatro porque si bien no son la Santísima Trinidad de hoy en día (Facebook, Twitter e Instagram), durante mucho tiempo fueron lugares donde encontré seres humanos increíbles, a quienes nunca había visto pero que de la noche a la mañana se volvieron mis mejores amigos por el simple hecho de que leíamos cosas similares, platicábamos de cosas similares, escuchábamos cosas similares y nos emocionaban cosas similares. ¿Y qué si no amistad es lo que uno tiene con alguien con quien se comparten pasiones y gustos?

De esto y mucho más me recordó un libro que cayó en mis manos y que hoy les recomiendo. Se llama *Futuro perfecto. Sobre el progreso en la era de las redes* (Ed. Turner Noema), y fue escrito por Steven Johnson. *Futuro perfecto* es un largo pero ameno ensayo sobre un nuevo tipo de visión conocida como *peer progressives* o pares progresistas. Ser un par progresista significa creer en que la clave de un progreso sostenido está en la construcción de redes de pares, en tantos ámbitos

de la vida moderna como sea posible. Johnson asegura que cuando surge una necesidad social para la que no hay respuesta, el primer impulso debería ser el de construir una red de pares que solucione el problema. Y no tienen que ser redes digitales, sino que el autor habla de redes en un sentido más amplio: redes de intercambio y colaboración de personas.

Trabajar en redes está en la antípoda de la centralización de decisiones que caracterizó a los sistemas políticos hasta antes del siglo XXI. Utilizando ejemplos como Kickstarter y Wikipedia, alaba los valores de la diversidad, la igualdad y la participación en la que creen fervientemente los pares progresistas. Y no sólo por el bien en sí (Platón *dixit*) que tienen dichas características sino porque quieren ser más inteligentes como sociedad, y tendremos un pensamiento más flexible y más innovador cuando entren en juego perspectivas diversas. Para el par progresista el énfasis en la diversidad no gira sólo en torno a la diversidad multicultural de la raza o el género, sino que se cifra en la diversidad profesional, económica e intelectual. Los pares progresistas creen en la igualdad, en la participación y en la diversidad. No puede decirse que tengan una actitud *laissez-faire* respecto de su ideario progresista. Adoptan la arquitectura social de las redes de pares y la dirigen hacia los problemas que los mercados no han conseguido resolver.

Y aunque los pares progresistas no sean exclusivos de internet, considera que esta red ayudó y seguirá ayudando a democratizar el control de la información al abaratar el costo de crear y compartir la información. Los pares progresistas consideran que cuando le das a la gente más control sobre el flujo de información y sobre la toma de decisiones en sus comunidades, su salud social mejora inevitablemente.

Échenle un ojo. Y si les gustó, o no, lo platicamos en las redes sociales.





salud y nutrición

EL AGUA QUE HAS DE BEBER

Autora:

Lourdes Dominguez de Pedro, nutrióloga de la Clínica de Nutrición de la Universidad Iberoamericana



Una de las recomendaciones más comunes para mantenerse saludable es beber mucha agua; pero, ¿cuánta es “mucha”? ¿qué cantidad es la adecuada?, ¿es igual para todas las personas?, ¿qué otras bebidas nos hidratan?, ¿qué tanto cambian las necesidades de hidratación al hacer ejercicio?



IBERO
CIUDAD DE MÉXICO

Podríamos pasar varios días sin comer, pero sobreviviríamos muy poco tiempo sin líquidos. Cerca de dos terceras partes del peso de una persona se constituye por agua: entre 60 y 65% en hombres, debido a que tienen mayor masa muscular, y de 50 a 55% en mujeres por su mayor proporción de grasa

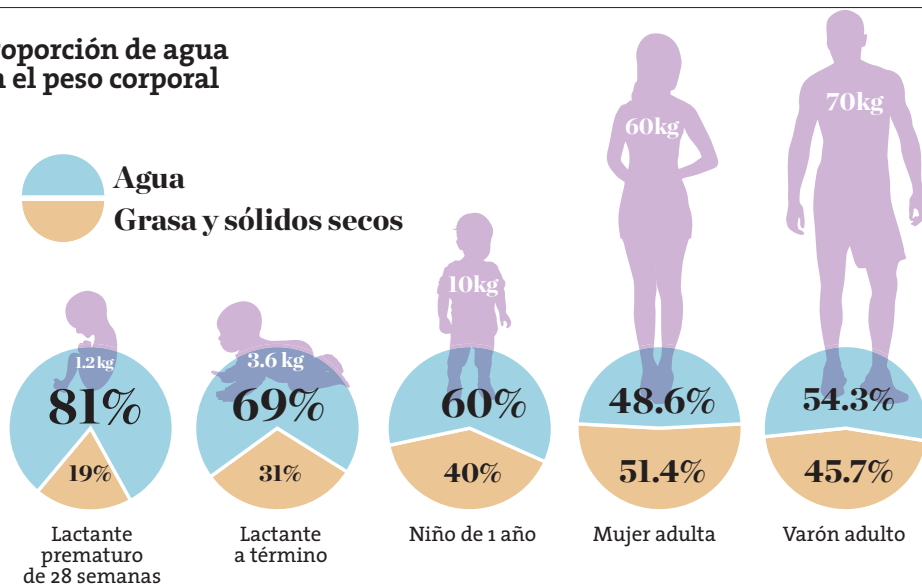
Para entender por qué es tan indispensable, hay que considerar que cumple con tres funciones básicas:

• **TRANSPORTACIÓN.** Ayuda a acarrear nutrientes, desechos y otras sustancias (hormonas, enzimas, plaquetas). Constituye alrededor de 80% de la sangre

• **SOLVENTE.** Gracias a esta función, los sustratos que están disueltos en agua pueden reaccionar para formar nuevos compuestos; y también posibilita la eliminación de productos de desecho y toxinas a través de la orina

• **REGULACIÓN DE TEMPERATURA.** Absorbe el calor y lo elimina a través de la transpiración para regular la temperatura del cuerpo

Proporción de agua en el peso corporal



**María José González Corbella, "El Agua, Hidratación y Salud" en Revista Elsevier, Vol. 25, 8 Septiembre 2006.

La deshidratación

Se refiere a la pérdida de agua corporal, puede ser causada por no consumir suficientes líquidos o también por infecciones, problemas urinarios o gastrointestinales, demasiado calor, entre otros.

Deshidratarse implica síntomas como disminución en la concentración, en el rendimiento físico, de la memoria a corto plazo, dolor de cabeza, sensación de cansancio, etcétera. Una pérdida de 20% del agua podría ocasionar la muerte.

La sed es una alerta de la disminución de agua en los tejidos, el indicio más efectivo del grado de deshidratación.

¿CUÁNTA AGUA ES SUFICIENTE?

Del agua que consumimos diariamente, 20 a 30% proviene de los alimentos y aproximadamente 80% del consumo directo de líquidos. Esto puede variar según los hábitos alimenticios de la persona, edad, sexo y otros factores

Equilibrio del agua en clima moderado

	Incorporación de agua (ml)	Eliminación de agua (ml)
Bebidas	1,400	
Agua de los alimentos	700	
Agua de oxidación de los alimentos	200	
Orina		1,400
Agua en heces		100
Sudor		350
Perspiración		100
Humidificación del aire espirado		350
Total	2,300	2,300

María José González Corbella, "El Agua, Hidratación y Salud" en Revista Elsevier, Vol. 25, 8 Septiembre 2006

Un adulto normal requiere beber de 30 a 35 mililitros por kilogramo, por lo tanto, una persona que pesa unos 60 kg, necesitaría de alrededor de 2 litros de agua diarios. Estos requerimientos varían en función de la edad, género, clima, ejercicio y estado de salud.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda el consumo de 2 a 3 litros de agua diarios:

HOMBRES edad	Ingesta de agua diaria/litros
9 a 13	1.8
14 a 18	2.6
19 a 70	3

MUJERES edad	Ingesta de agua diaria/litros
9 a 13	1.6
14 a 18	1.8
19 a 70	2.2

Durante el embarazo la necesidad de agua de las madres aumenta (30 ml/día), provocada por la expansión de espacio extra-celular, las necesidades del feto y el líquido amniótico. Igualmente en la lactancia la recomendación de agua va ligada a la cantidad de leche que produce la mamá y el contenido de agua en la leche (87%); es decir, de 750 a 1000 ml más de agua durante los primeros seis meses de lactancia.

El agua simple potable es por excelencia la bebida que cubre el requerimiento de ingesta diaria de líquidos. Además del agua, existe una gran variedad de fuentes de hidratación, que por su contenido energético se deben preferir en orden descendiente:

- 1 **Agua simple**
- 2 **Té, café e infusiones**
- 3 **Leche baja en grasa**
- 4 **Bebidas con edulcorantes**
- 5 **Jugos de frutas o verduras, leche entera**
- 6 **Bebidas carbonatadas**

El consumo de refrescos y/o bebidas edulcoradas no se recomienda por su alto contenido energético. Es preferible el agua simple o bebidas sin azúcar añadida, como son las infusiones, evitando añadir azúcar, y que los lácteos sean descremados o bajos en grasa.

HIDRATACIÓN PARA DEPORTISTAS

Para las personas que realizan ejercicio, se recomienda beber de cinco a siete ml/kg cuatro horas previas a su rutina y si la orina es muy oscura, agregar tres a cinco ml/kg más, dos horas antes del ejercicio. Esto ayuda a llenar los depósitos de glucógeno del músculo debido al contenido de hidratos de carbono

Las bebidas para deportistas se recomiendan para atletas o personas con una actividad física de moderada a intensa, ya que reponen los electrolitos y la energía desechados por la sudoración

Recomendaciones

- Procurar tomar de seis a ocho vasos de agua simple al día, lo que representa 1 ½ a 2 litros
- Con el calor aumentan los requerimientos de líquidos por una mayor tasa de sudoración
- El agua simple es necesaria para el buen funcionamiento del metabolismo, pero no aporta energía
- Si haces ejercicio, bebe agua antes, durante y después de tu rutina
- Infórmate sobre el uso correcto de las bebidas deportivas

1. Ann C. Grandjean, Sheila M. Campbell, "Hidratación Líquida para la Vida", IL SI de México A.C., disponible en: <http://www.slan.org.mx/publicaciones/monografias/descargas/Monograf%C3%ADa%20ILSI%20Hidratac%C3%83n.pdf>
2. J.R. Martínez Álvarez, A.L. Villarino Marín, "Recomendaciones de bebida e hidratación para la población española", disponible en: http://www.nutricion.org/publicaciones/revistas/NutrClinDietHosp082802_3_19.pdf
3. Instituto de Investigación agua y salud, Ingesta de agua recomendada, disponible en: <http://institutoaguaysalud.es/hidratacion-y-agua-mineral/ingesta-de-agua-recomendada/>
4. Asociación Queretana de Atletismo, "La Jarra del Buen Beber", disponible en: <http://indereq.queretana.gob.mx/sites/default/files/EVENTOS/2013/8%20NUTRICION.pdf>
5. Nieves Palacios Gil-Antuñano, Zigor Montalvo Zenarruza, Berta, Ana María Ribas Camacho, "Alimentación Nutrición e Hidratación en el Deporte", disponible en: <http://www.csd.gob.es/csd/estaticos/dep-salud/guia-alimentacion-deporte.pdf>
6. María José González Corbella, "El Agua, Hidratación y Salud" en Revista Elsevier, Vol. 25, 8 Septiembre 2006.
7. "Conceptos básicos de Nutrición e Hidratación" en Manual para el Entrenador, disponible en: http://ened.conade.gob.mx/documentos/ened/sicced/futbol/n2/capitulo_5.pdf
8. Nieves Palacios Gil-Antuñano, Luis Franco Bonafonte, Pedro Manonelles Marqueta, Begoña Manuz González, José A. Villegas García, "Consenso sobre bebidas para el deportista. Composición y pautas de reposición de líquidos". Archivos de medicina del deporte. Volumen XXV N°126-2008.
9. Victoria Caraveo Enriquez, "Influencia del tipo de bebidas en el estado de nutrición".

PLANEA TU RETIRO

Por Jorge Cisneros M.





AHORA QUE VAMOS A VIVIR MÁS AÑOS, HAY QUE ASEGURAR NUESTRO BIENESTAR Y NIVEL DE VIDA DESDE LA JUVENTUD. NO TE CONFORMES CON TU AFORE (ADMINISTRADORAS DE FONDOS DE RETIRO): **AHORRA, PLANIFICA, INVIERTE Y DIVERSIFICA** PARA QUE DISFRUTES DE TUS INGRESOS HOY, MAÑANA Y HASTA EL FINAL

\$ alvador tiene 48 años y trabaja desde los 24. Tiene un puesto medio en una compañía multinacional y un salario de 30 mil pesos mensuales que le permite vivir sin deudas, cubrir gastos de colegiaturas, alimentación, diversión y ahorrar un poco. Sabe que al retirarse, dentro de 17 años, podrá recibir una pensión del gobierno equivalente a 75% del salario promedio de sus últimos cinco años de trabajo porque cotiza desde antes de que el régimen de pensiones cambiara en 1997, y confía en que su salario actual y los de anteriores –superiores a ese– le brinden una jubilación holgada.

A primera vista parecería que es así. El saldo actual de su cuenta de ahorro para el retiro es de 690 mil pesos, a lo que se suman 500 mil del ahorro de vivienda. De acuerdo con las herramientas que las Afores ponen a disposición de cualquier trabajador para calcular la cantidad de dinero del que dispondrá al final de su vida laboral si sólo ahorra 6.75% de su salario, como lo obliga la ley y desde hace dos décadas, contará con 1 millón 800 mil pesos.



“Hay un ‘**número mágico**’ de **ahorro**’, este consiste en **guardar** entre **13 y 15%** del **ingreso** a lo **largo** de **toda la vida laboral**”

La cifra puede parecer alta pero hay que tomar en cuenta que ese monto se le entregará en mensualidades hasta que el dinero se agote o su vida termine. De elegir que se le entregue la cantidad en 10 años, recibiría una pensión de 15 mil pesos al mes, la mitad de su ingreso actual, menos los ajustes por inflación. Pero si pide que se le entregue una mensualidad por 15 años, la cantidad sería de 10 mil, apenas una tercera parte de su sueldo. La cifra se reduce a medida que la esperanza de vida aumenta.

Adicionalmente, el ahorro de vivienda, en caso de que no haya solicitado un crédito o de que ya lo haya cubierto, se lo entregará el organismo responsable de administrar

los recursos para ese fin, **Infonavit** o **Fovissste**, hasta el final de su vida laboral.

Salvador sabe que podría hacer aportaciones voluntarias que aumentarían tanto su capital como el rendimiento de este, pero cree que sus sueldos, por encima de los 30 mil desde hace 10 años, le permitirán vivir un retiro cómodo. Hay una mala noticia para él: si no ahorra más pasará los años de su retiro –durante los cuales aumentan los gastos por atención a enfermedades– preocupándose porque el dinero no le alcanzará para cubrir sus necesidades.

El caso de Miriam es todavía más complicado. Ella cotiza para su retiro desde hace 11 años, gana 12 mil pesos al mes y tiene ahorrados 206 mil pesos. Si invirtiera sus recursos en la Afore que está en segundo sitio en cuanto a rendimientos, al momento de jubilarse tendría 1 millón 598 mil pesos, y si viviera 15 años su pensión sería de 8 mil 800 pesos. Ambas personas viven en la Ciudad de México y forman parte de millones que hacen lo necesario para que una vez retirados

puedan mantener su tren de vida actual. Los especia-

listas que entrevistamos para este artículo coinciden en que el ahorro forzado de los trabajadores que reciben su sueldo vía nómina será insuficiente para que vivan su retiro con la tranquilidad de un ingreso que cubra sus gastos.

Menos de 1% del total de quienes tienen una cuenta de ahorro para el retiro hace aportaciones voluntarias que le permitiría tener un saldo más nutrido, según datos de la propia **Consar**.



CAMBIO DE ACTITUD

Hay un factor que explica por qué los mexicanos no ahorran hoy para evitar problemas el día de mañana: el hábito. Durante décadas el sistema de pensiones se alimentaba con aportaciones de todos los trabajadores formales y empresas para garantizar una pensión. Sin embargo, el crecimiento de la población y el aumento en la esperanza de vida hicieron inviable el esquema por lo que en 1997 se

da mejores rendimientos, les cobra menos comisiones y, más importante aún, destinar una parte del ingreso para disponer de él dentro de varios años.

Carlos Ramírez, presidente de la **Comisión Nacional para el Sistema de Ahorro para el Retiro**, dice que uno de los aspectos básicos para que los ciudadanos gocen de una vida confortable en el futuro, más o menos en el nivel actual, es decidir a tiempo. “En el sistema anterior [de pensiones] el usuario no debía tomar decisiones”, dice en entrevista. “Ahora la responsabilidad, en el tema de pensiones, es del ahorrador, hay regulación y supervisión pero el ahorrador debe tomar en cuenta que es dueño del balón y debe tomar decisiones”.

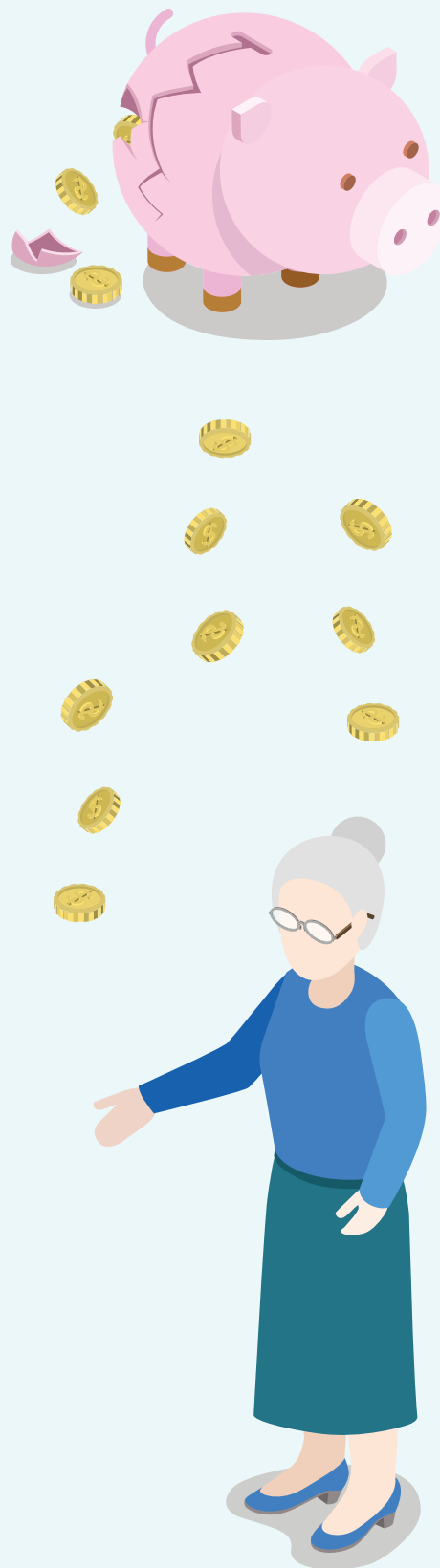
De acuerdo con Ramírez, una vez que se ha tomado consciencia de que es indispensable ahorrar hoy, hay que seguir una fórmula para alcanzar ese objetivo. Hay un “número mágico de ahorro” que evitará tragos amargos en el último tramo de nuestras vidas. Este consiste en guardar entre 13 y 15% del ingreso a lo largo de toda la vida laboral.

“Si ganas 10 mil pesos al mes, los ingresos anuales son de 120 mil pesos. Quieres una pensión de 70% de tu ingreso actual, entonces necesitas recibir 85 mil pesos al año. Hay que multiplicar 85 mil por 15, equivalente a los años que esperas vivir después de jubilado, lo que da un millón 275 mil. Eso es lo que debe ahorrar una persona al término de su periodo activo”.

Si actualmente ahorras 6.75% de tu salario, la cifra mensual equivale a 675 pesos, si los multiplicas por 12, la suma ronda los 8 mil pesos al año. Si esto se multiplica por 40 años de trabajo, la cantidad alcanza 320 mil, aunque se duplicará gracias a los rendimientos; al final tendrás 700 mil pesos, poco más de la mitad de lo necesario.

aprobó el cambio de régimen.

De modo que hoy, Salvador, Miriam y millones más deben hacer algo a lo que no están acostumbrados: investigar qué administradora de fondos de retiro les





“¿Por qué la gente tiene miedo a las empresas pero le presta dinero a una empresa, que es un banco?”

DIVERSIFICA TUS OPCIONES

Las Afores invierten el dinero retenido al trabajador o el que este ahorra en instrumentos en los que el riesgo corresponde al grupo de edad y brindan ganancias. El sitio de internet de la **Consar** (www.consar.gob.mx) indica cuál da mejores dividendos.

Por su parte, los bancos tienen sus instrumentos tradicionales, como los pagarés con rendimiento fijo al vencimiento pero los intereses que ofrecen actualmente son menores que la inflación, por lo que al final los rendimientos son negativos.

Ricardo Gómez Dena, director de protección patrimonial en **Finamex Casa de Bolsa**, también dice que es necesario adoptar una actitud activa ante el retiro para evitar preocupaciones. Primero que nada, exhorta a modificar la forma de pensar: **no es lo mismo ahorrar que invertir**, y lo segundo será lo que dé mayores beneficios. Para dar ese paso es necesario comenzar por identificar para qué se quiere el dinero y de ahí diversificar:

- Define si destinas a gastos de corto plazo, como pago de colegiaturas, gasto corriente de casa, etcétera

- Identificar lo que puedes gastar a mediano plazo para viajar o cambiar de auto o casa

- Finalmente, crea una partida para tu jubilación

“Si puedo dividir mi dinero en corto, mediano y largo plazo puedo invertir en diferentes instrumentos para cada uno de los plazos”, señala. “El gran error del ahorro e inversión en México es que se invierte dinero de corto plazo en instrumentos de largo plazo, por ejemplo, los que entran a la bolsa queriendo ganancias de un día a otro, lo que es un error. O se pone el dinero de la jubilación en un pagaré y así se pierde poder adquisitivo”.

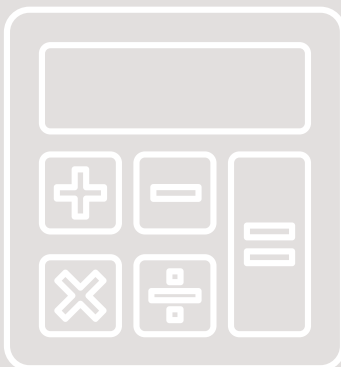
Gómez Dena enfatiza que los inversionistas deben alejar de su mente la idea de que la inversión en la bolsa pone en peligro el dinero que están reservando para el retiro. “¿Por qué la gente tiene miedo a las empresas pero le presta dinero a una empresa, que es un banco?”, se pregunta. “Un banco da servicios financieros mientras otra fa-

GUÍA PARA TOMAR DECISIONES EN LA AFORE

El presidente de la **Consar** recomienda atender cuatro aspectos que llevarán a elegir la Afore que entregue mejores rendimientos:



1 Conoce en qué Afore estás, no es lo mismo estar en la que paga rendimientos de **11%** o la que paga **6%** (el sitio de Consar tiene una tabla para comparar). Elegir una que paga bajos rendimientos se reflejará en una pensión mucho menor. **Toma en cuenta las comisiones**



2 Evalúa si debes hacer aportaciones voluntarias o no. Según la OCDE y la OIT, una pensión razonablemente buena debe superar **50%** del salario actual. Con las aportaciones actuales, de **6.75%** del salario, es imposible. **Ahorrar** significa practicar una **gran disciplina** porque implica **sacrificar consumo en el presente**

brica autos, pensamos que una empresa es insegura y un banco no". A partir de esa analogía, subraya que la inversión en bolsa permite a una persona ser propietaria de una fracción de las empresas que cotizan en los mercados.

"¿Por qué no ser socio de empresas?, eso significa comprar acciones. ¿Cómo le quito riesgo a las acciones?, no se puede pero hay manera de reducirlo al mínimo: esa es la diversificación. Si no tengo una empresa sino 10, el riesgo de la posible quiebra de una es de un décimo; si tengo 30, 40, 50 reduzco esa posibilidad prácticamente a cero".

Alejandro Villagómez, investigador del **Centro de Investigación y Docencia Económica**, confirma que esa opción es válida porque brinda mayores rendimientos, si bien entraña riesgos más elevados. No obstante, dice que es apropiada para quienes tienen altos ingresos y más de la mitad de los trabajadores mexicanos gana 3.5 salarios mínimos en promedio por lo que recomienda solicitar información en la Afore respecto a los productos que ofrece. Ya sea una inversión de riesgo moderado en las Afore o de mayor medida en

instrumentos bursátiles, hay algo vital para el futuro jubilado: tomar en cuenta que el dinero es para usarse 15 o 20 años después, o quizá más tarde.

De ahí que, ante eventos como la crisis de 2009, que provocó minusvalías en las cuentas de los ahorradores, hay que tomar en cuenta que los instrumentos en que invierten las Afore recuperan el rendimiento prometido a su vencimiento, que puede ser de 30 años.

"Cuando hay una situación en que se mueven las tasas de interés o se caen los mercados se entiende que las personas se preocupen", dice Ramírez, "pero debemos tener presente que cuando ocurre una minusvalía se ha probado que esta es temporal, y luego se recuperan, así ocurrió en 2008 y 2013, y así seguirá siendo. Puede haber episodios de volatilidad y minusvalía pero, más temprano que tarde, pasan".

Ante este panorama, Salvador, Miriam y millones más tienen opciones de ahorro o inversión de acuerdo con su presupuesto, lo que no deben hacer es dejar pasar más tiempo. Tienen que acostumbrarse a ahorrar si quieren evitar sobresaltos.



Cuidado con los retiros de cuenta individual en caso de desempleo.

Sólo recurre a ellos en caso de **emergencia**, nunca como **disposición** de recursos fáciles pues tiene consecuencias: no sólo se **reduce la cantidad de recursos** sino semanas de cotización

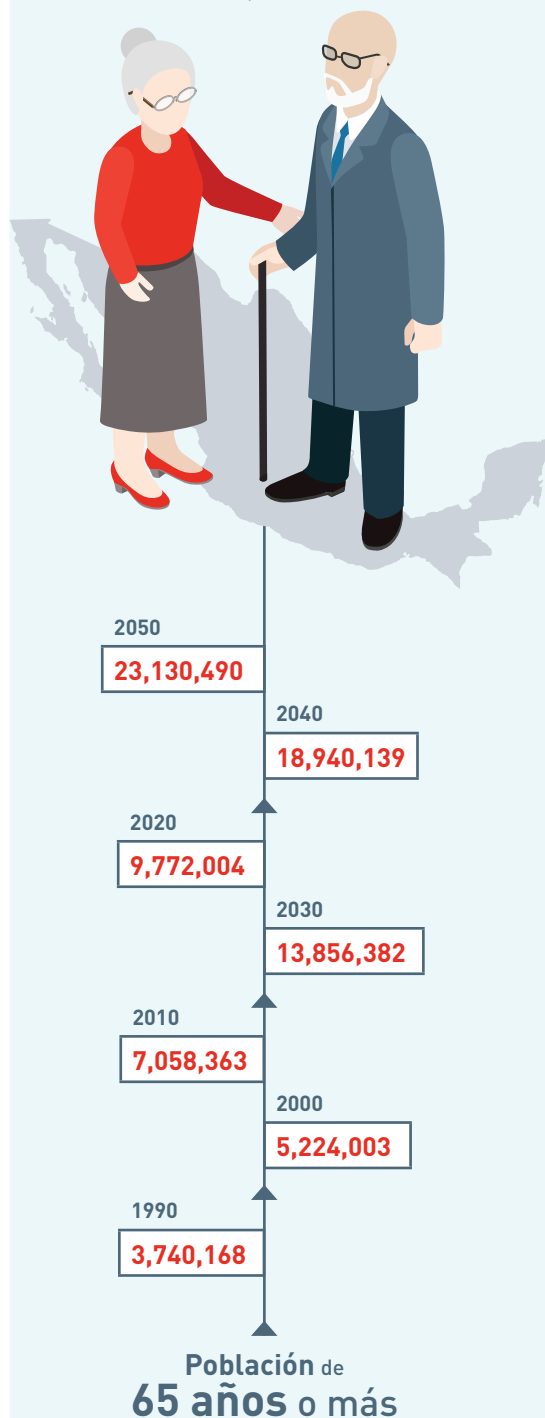


Lleva la cuenta, infórmate y ve cómo se comporta. Como ahorrador tienes el derecho de cambiarte de afore una vez al año pero esta decisión debe ser bien informada y fundamentarse en el indicador del rendimiento neto. El año pasado hubo 2.4 millones de traspasos y 56% fue de una Afore de más alto rendimiento a una de menor ganancia

El año pasado hubo 2.4 millones de traspasos y 56% fue de una Afore de más alto rendimiento a una de menor ganancia

MÉXICO AVANZA EN EDAD

La población que se jubilará en los próximos años crece exponencialmente, por eso es necesario prevenir



Fuente:

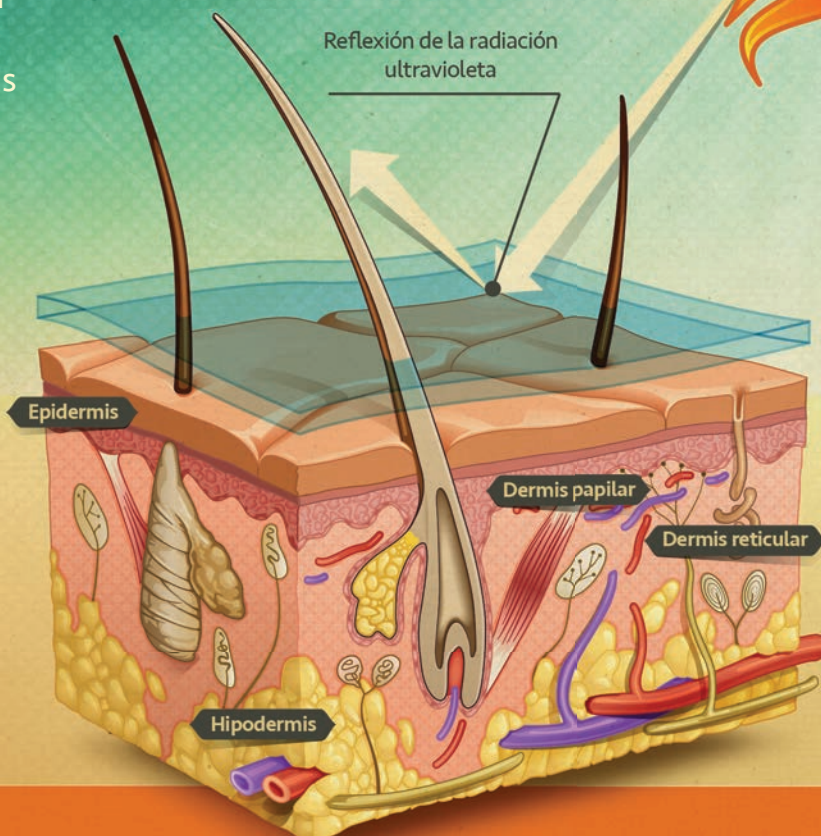
Del capítulo dedicado a México en el estudio "Cómo fortalecer los sistemas de pensiones latinoamericanos", elaborado por Alejandro Villagómez y editado por Sura

¿Cómo funciona el protector Solar?

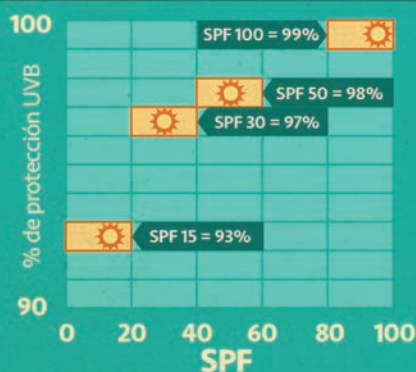
Los rayos **UVA y UVB** afectan la salud de tu piel de muchas maneras, **usa bloqueador** en tus actividades cotidianas

Filtros físicos

Partículas minerales que **reflejan o dispersan los rayos**; son como espejos que repelen los rayos **UVA, UVB, infrarrojos y la luz visible**



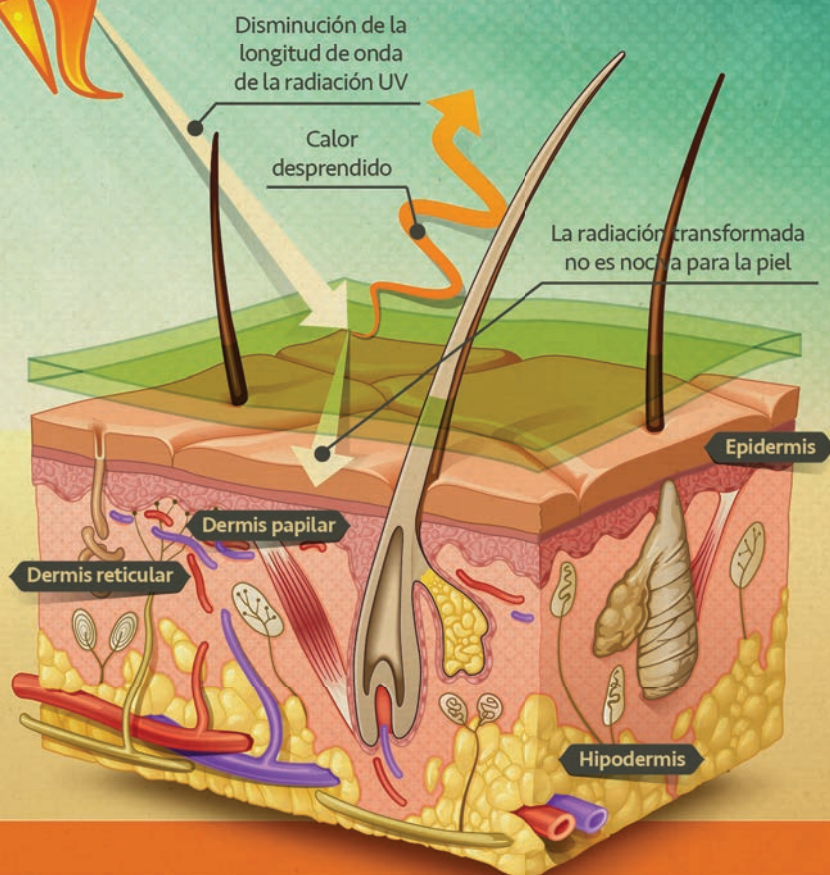
Consideraciones



El **Factor de Protección Solar (SPF)** por sus siglas en inglés es la capacidad que tiene el bloqueador para retrasar las quemaduras en la piel, este va de **10 a 60**

Usa bloqueadores **SPF de 30 o más**; no obstante, después del **15**, la protección no aumenta de manera considerable

No mezcles el bloqueador con repelente de mosquitos



Sus Componentes

Fotoprotectores químicos
Absorben los UV

Absorbentes químicos como la **abonvenzona** o el **parsol** para los **UVA**; el **octil** para los **UVB**; el **octocrileno** y la **oxibenzona** que absorben ambos

El **dióxido de titanio** y el **óxido de zinc** rechazan los rayos. Es una crema blanca o transparente cuando rompe en nanopartículas

Filtros químicos

Orgánicos que contienen carbono. En su mayoría se sintetizan con base en el petróleo y **sirven para absorber los rayos UVB y algunos UVA**

Usar la mitad del protector solar te brinda sólo la mitad del **SPF**, la dosis debe ser mínimo de **dos cucharadas soperas (1 onza)** para cara y cuerpo

Aplicalo 30 minutos antes de exponerte al sol, sea cual sea la actividad que vas a realizar, pues tarda en hacer efecto

Úsalo diariamente

Fuentes

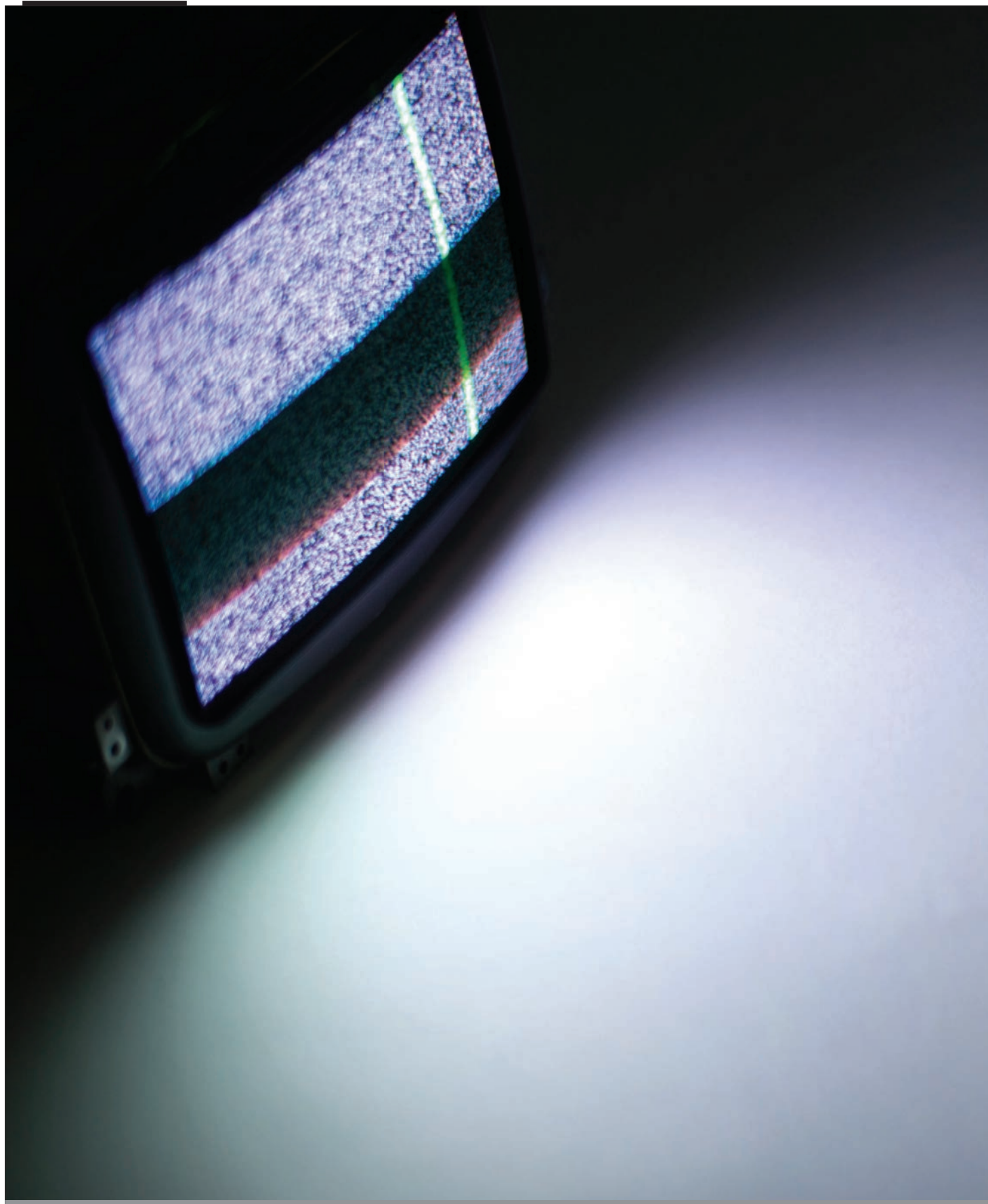
"Protección contra el sol" en Medline Plus. Información de salud para usted. Versión en inglés revisada por: Kevin Berman, MD, PhD, Atlanta Center for Dermatologic Disease, Atlanta, GA. Review provided by VeriMed Healthcare Network. Also reviewed by David Zieve, MD, MHA, Bethanne Black, and the A.D.A.M. Editorial team. 23 de mayo 2015, <http://1.usa.gov/1L3ai9X>

Marie Hazet, en "20, 30, 50... Comment choisir son indice de protection solaire ?", Doctissimo. Santé, 22 de mayo 2015, <http://bit.ly/1DoNuk0>

"Sol y protectores solares. No te quemes", <http://bit.ly/1FQNIW1>

"La verdad de los protectores solares", ConsumersReports.org, 26 de mayo de 2015, <http://bit.ly/1HM4DTD>

Raúl Mannise, "Protector solar natural y hecho en casa" en Ecosos, Difundiendo conocimientos ecológicos, 27 de mayo de 2015, <http://bit.ly/1PNTMzw>



Apagón analógico ¡Ponte en sintonía!

La televisión digital ya es un hecho en México. Su oferta y calidad nos colocan, como consumidores, ante una experiencia nunca vista

Los avances tecnológicos y la irrupción en los hogares de nuevas formas de entretenimiento han elevado nuestras expectativas en cuanto a la calidad de la transmisión de los contenidos televisivos. La Televisión Digital Terrestre (TDT) ofrecerá un mayor número de contenidos con mejor calidad de imagen y sonido, alta definición en algunos canales y servicios avanzados.

La televisión es el medio de generar, procesar, almacenar y transmitir imágenes, generalmente en movimiento, así como el sonido asociado a esta, y material adicional relacionado con la programación como cuadro de teletexto, información gráfica y alfanumérica entre otras. Las primeras emisiones públicas de televisión realizadas por medios radioeléctricos fueron en 1927 por la British Broadcasting Corporation (BBC) en Inglaterra, las cuales se utilizaron para la difusión de programas de entretenimiento, deportes y noticias.

Desde entonces, la señal analógica llega por aire al televisor. Posteriormente, con los avances tecnológicos, se logró la transmisión por cable y la satelital: la primera se distribuye por fibra óptica o cable coaxial; la segunda, mediante enlaces de las señales de un punto a otro para posteriormente ser redistribuida.

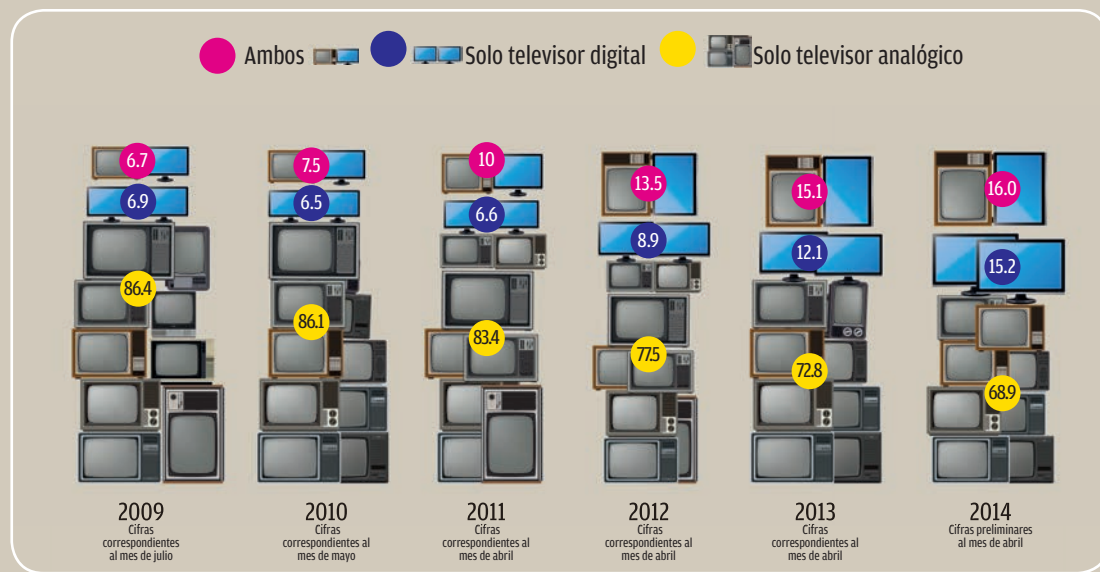
La tele en los hogares mexicanos

Porcentaje de hogares con televisor por entidad federativa, 2014

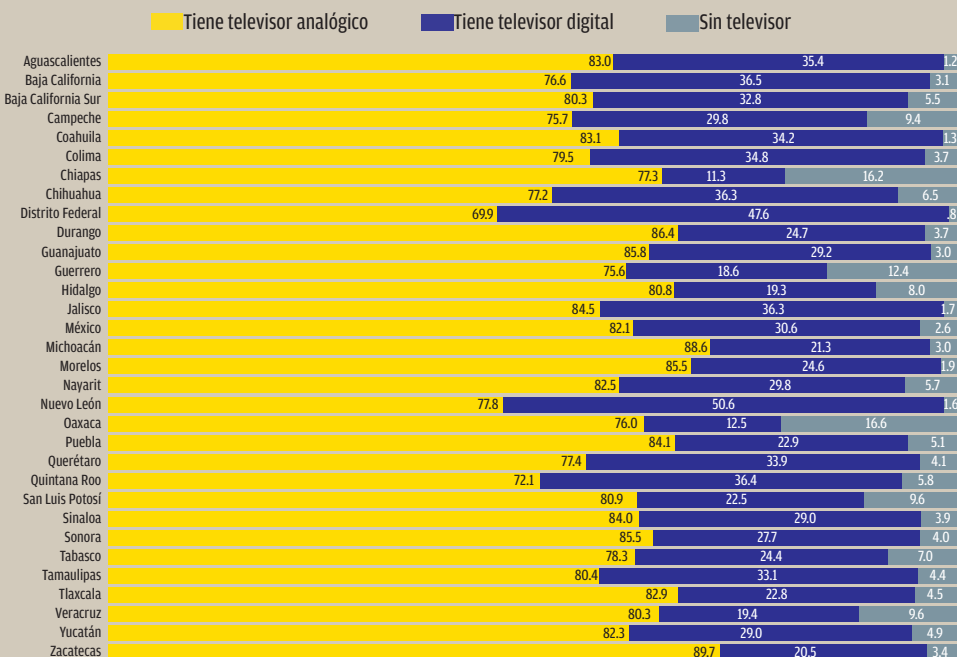


Desde 2009 se ha incrementado el uso de televisores digitales; sin embargo, los analógicos siguen siendo mayoría

Hogares con televisor por tipo de equipo, 2009 a 2014 (Porcentaje)



Porcentaje de hogares que tiene tv digital y analógica por entidad federativa



Nota: Cifras preliminares a abril de 2014.

Fuente: INEGI. Módulo sobre Disponibilidad y Uso de las Tecnologías de la Información en los Hogares.

Fecha de actualización: Miércoles 17 de diciembre de 2014

¿Qué es la TDT?

Es el sistema de transmisión digital de señales de televisión abiertas o gratuitas, que permitirá modernizar la forma como se disfruta de este servicio. La televisión analógica es la programación abierta y gratuita que vemos hasta hoy, se transporta a través del aire por una señal continua y lineal en forma de ondas que emite la antena transmisora de la televisora y llega hasta la antena de tu casa. De ahí va a tu tele. La imagen se emite como una onda de amplitud modulada (AM) y el audio como frecuencia modulada (FM). Estas frecuencias se miden en megahertz (MHz). Estas –con las de radio y las señales satelitales– conforman el espectro radioeléctrico, del cual a cada canal le corresponde una frecuencia de 6MHz por donde puede viajar, lo que se conoce como ancho de banda.

El problema que presenta esta forma de transmitir es que la señal se va debilitando conforme se aleja de la emisora; además, si hay tormentas u obstáculos en su

camino –como montañas o muchos edificios– sufre alteraciones en su calidad tanto en imagen como en sonido.

La TDT, por su parte, también se difunde a través del espectro radioeléctrico pero, en lugar de ondas, las imágenes y sonidos se convierten al código binario (el lenguaje de las computadoras). Así, cada fragmento de información –imagen o sonido– se transforma en un bit que, junto con los otros bits que conforman el contenido, viaja a través de ondas terrestres para ser sintonizado por medio de antenas –de televisión o decodificador– que operen en las bandas VHF, que van de los 54 a los 216 MHz y UHF, que corresponde a los 470 hasta los 806 MHz. Al llegar, la información se recompone para reproducir la imagen y el sonido tan nítidamente como se produjeron, porque no sufren interferencias.

TIPOS DE TELEVISIÓN DIGITAL:



Televisión Digital por Satélite (TDS)
La señal es transmitida de un satélite y es recibida por una antena satelital



Televisión digital por cable (TDC)
La señal viaja por un cable instalado para este fin



TDT
La señal viaja a través del sistema radioeléctrico y se recibe por las antenas de TV convencionales

La calidad de imagen mínima de la TDT es la definición estándar (SD-TV), como un DVD, y se puede transmitir en alta definición (HD) con sonido 5.1., como un Bluray. Además, en un ancho de banda de 6 MHz –por el que viaja una sola frecuencia de televisión analógica– pueden transmitirse un canal en HD y hasta tres en SDTV canales de TDT.

La selección de un canal u otro (tanto en las antiguas televisiones analógicas manuales como en las actuales de control remoto) consiste en brincar de un segmento de seis millones de ciclos por segundo (MHz) a otro, dentro del espectro radioeléctrico.

La TDT permite un uso más eficiente del espectro, gracias a los avances tecnológicos en procesamiento de señales, en particular de los sistemas de codificación y compresión de video.

Fuentes: Gaceta COFETEL mayo-junio 2012 y Gaceta IFT abril-mayo 2014<

Fuente: Cuadro Nacional de Atribución de Frecuencias, publicado en el Diario Oficial de la Federación el 28 de febrero de 2012
http://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5235504&fec=28/02/2012

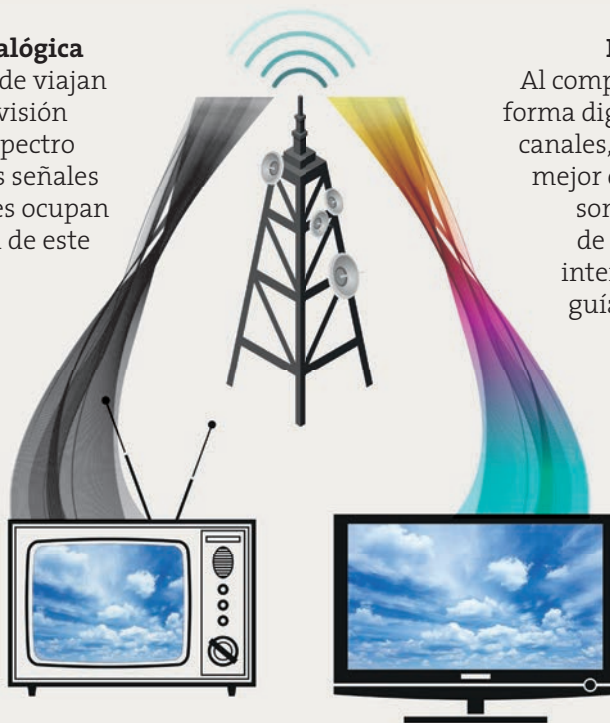
Televisión Digital Terrestre

Nuevo sistema que sustituirá a la TV analógica

Antigua señal analógica

El espacio por donde viajan las señales de televisión se conoce como espectro radioeléctrico y las señales analógicas actuales ocupan una gran cantidad de este espacio

Imagen estándar
Sonido regular
Menos canales
Sin servicios interactivos



Nueva señal digital

Al comprimir las señales de forma digital, circularán más canales, algunos en HD, con mejor calidad de imagen y sonido, y la posibilidad de contar con servicios interactivos gratis como guías de programación, opciones de audio, subtítulos, etcétera

Imagen digital
Sonido digital
Más canales
Servicios interactivos

Fuente: Elaboración propia con datos de Infografía del Instituto Federal de Telecomunicaciones (IFT) e Internet

Beneficios de la transición a la TDT

La transición a la TDT es el paso fundamental para mejorar la calidad, competencia y diversidad en el servicio de televisión abierta que recibes en tu hogar, gracias al aprovechamiento del espectro radioeléctrico.

Si ya estás listo para recibir TDT, ahora tendrás acceso a:

Beneficios	
Más canales	Al comprimir la señal para transmitir cuatro canales en el mismo espacio en que antes viajaba un solo canal –esto dependerá de cada concesionario o permisionario
Mejor imagen y sonido	• Imagen similar al Bluray • Formato panorámico • Sin ruidos, interferencia ni fantasmas
Más servicios (estas opciones extras dependerán del concesionario)	• Elección del idioma de audio y subtítulos • Guía electrónica de programación de todos los canales digitales • Servicios interactivos (juegos, votaciones, chats, etcétera) • Visión multicámara en eventos deportivos • Teletexto digital con apariencia más amigable • Posibilidad de acceder a contenidos mediante pago por evento • Servicios para personas con debilidad auditiva o visual y otros – según el concesionario o permisionario
Recepción móvil y portátil	• Puedes ver contenidos a través de computadoras, tabletas, teléfonos móviles, etcétera

Fuente: Secretaría de Comunicaciones y Transportes (SCT)

Este proceso involucra una gran cantidad de factores y elementos que inciden en su éxito como²:

- Que la población conozca sobre los beneficios de la TDT
- Qué tanto penetre la TDT en los hogares
- La digitalización de las radiodifusoras públicas y culturales
- Los precios de los equipos de recepción digital
- La cantidad de chatarra electrónica a generarse y los riesgos para la salud

²De acuerdo con el Programa de Trabajo para la Transición a la Televisión Digital Terrestre (TDT) de la SCT

¿Qué necesitas para recibir TDT?

Contar con el equipo receptor adecuado para recibir la señal. Ese equipo debe ser:

- a) Un televisor digital
- b) Un decodificador o convertidor adicional, para conectarlo a tu televisor analógico

En ambos casos, una antena (interior o exterior) apta para recibir señales en las bandas VHF y UHF. Tomando en cuenta que las de exteriores tienen mejor recepción.

Si tienes un televisor LED o LCD ya tienes una pantalla digital. Si piensas adquirir una, verifica que en la caja o instructivo especifique si es ATSC³ A/53 con estándar de compresión MPEG-2 y/o MPEG-4, y es preferible que el estándar sea A/72 (más reciente)

³El ATSC (Advanced Television System Committee) es el estándar de televisión digital que usamos en México

MÉXICO SE TORNA DIGITAL

La digitalización de la televisión terrestre se ha convertido en una tendencia mundial. Algunos países que han concluido con el “apagón analógico” son: Holanda, Noruega, Suecia, Bélgica, España, Finlandia, Alemania, Suiza y Estados Unidos, cada uno incorporó algún tipo de subsidio destinado a la adquisición de decodificadores y receptores para recibir las señales TDT.

El 2 de julio de 2004 se publicó en el Diario Oficial de la Federación el Acuerdo por el que se adoptó el Estándar Tecnológico de Televisión Digital Terrestre y se estableció la primera política para la transición a la TDT en México. En septiembre de 2010, se determinó que las transmisiones analógicas debían cesar totalmente a más tardar el 31 de diciembre de 2015. La política en TDT vigente¹ establece que el IFT resolverá que es procedente el apagón en dicha fecha, una vez que:

a) Se alcance un nivel de penetración con receptores o decodificadores aptos para recibir Transmisiones Digitales en 90% o más de los hogares de escasos recursos definidos por Sedesol en cada Área de Cobertura, y que en toda esta ya se realicen Transmisiones Digitales

Bajo esas mismas condiciones ya se autorizaron ceses en Nuevo Laredo, Reynosa, Matamoros el 14 de enero 2015 y en Mexicali el 26 de marzo 2015; adicionales al proyecto piloto que se llevó a cabo en Tijuana en Julio de 2013

¹Publicada el 11 de septiembre de 2014



Tipos de pantallas

Las pantallas del siglo XXI se han caracterizado por ser planas, delgadas y transmitir una imagen cada vez más nítida; pero no son todas iguales. ¿Sabes cuáles son sus similitudes y diferencias? Cabe mencionar que hoy casi todas las teles en el mercado son inteligentes (Smart TV)

PLASMA

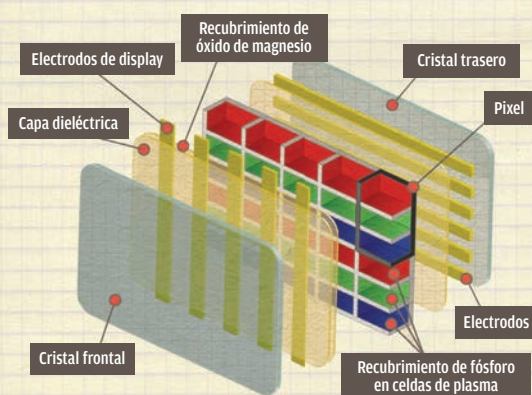
Contiene un panel formado por dos cristales, en cuyo interior se encuentran celdas con una mezcla de gases neón y xenón, la cual, al contacto con la electricidad, se convierte en plasma, generando una sustancia fosforescente y emitiendo luz. Ya no se fabrica, así que difícilmente conseguirías una nueva.

VENTAJAS

- Más barata
- Negros profundos y buen contraste
- Rápida capacidad de respuesta al movimiento (excelente para videojuegos)

DESVENTAJAS

- Gasta más luz que otros modelos
- Emite mucho calor
- En espacios muy iluminados los colores pierden nitidez y su cubierta frontal de vidrio refleja la luz



LED

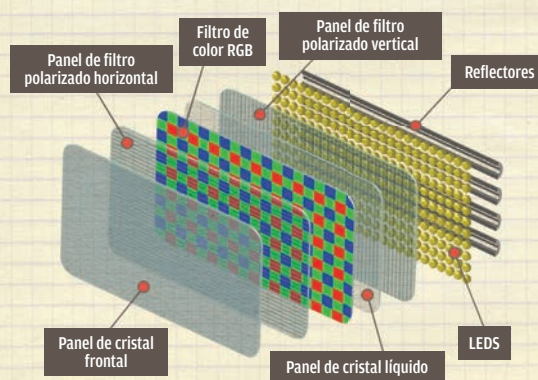
Similar a las pantallas LCD. En vez de un panel de luz fluorescente uniforme, se conforma de varios difusores de luz LED (light-emitting diode o diodo emisor de luz). Cada uno de estos puntos es independiente, permitiendo mayor nitidez y menor gasto de energía.

VENTAJAS

- Aún más delgada y ligera
- Gasta 40% menos luz que la LCD
- Mayor contraste e intensidad de negros
- Mayor vida útil

DESVENTAJAS

- Más costosa que la LCD
- Menor capacidad de respuesta al movimiento que la de plasma



LCD

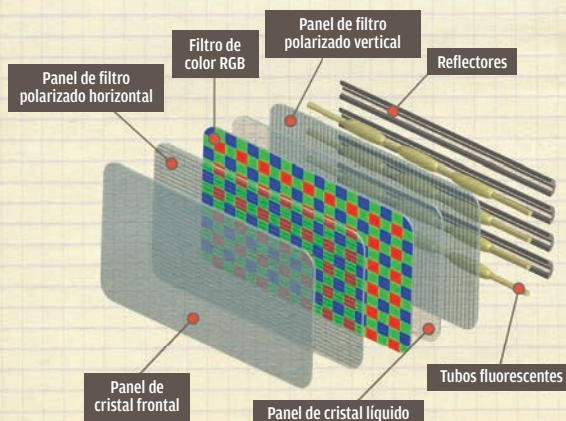
Formada por un panel trasero que emite luz fluorescente y una pantalla delantera constituida por pequeños puntos de cristal líquido que reaccionan a la corriente eléctrica, permitiendo que pase más o menos luz, conformando la imagen y los colores.

VENTAJAS

- Precio accesible
- Mayor tiempo de vida útil que la de plasma
- Más delgada y ligera
- Colores más brillantes
- Cubierta antirreflejante
- Menor gasto de energía que la de plasma

DESVENTAJAS

- No produce negros intensos, por depender de la luz trasera
- Menor capacidad de respuesta al movimiento que la de plasma



OLED

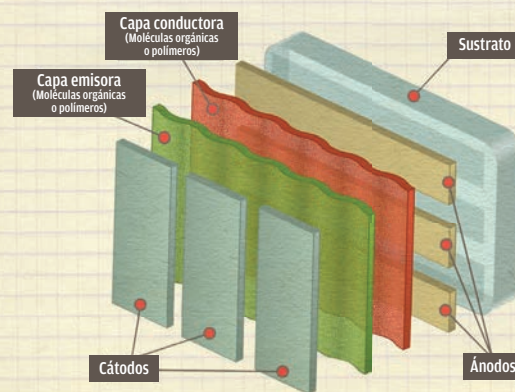
Tecnología basada en un compuesto orgánico de carbono, de ahí la "O" que precede a este tipo de LED (organic light-emitting diode). Estos se iluminan directamente al pasar la corriente eléctrica por ellos, por lo que no requieren de un mecanismo de iluminación.

VENTAJAS

- Extremadamente delgada –4 mm–, flexible –algunas de estas pantallas son curvas– y transparente
- Supera cualquiera otra tecnología de transmisión de imagen en cuanto a brillo, nitidez, contraste, calidad del negro y fidelidad
- La capacidad de respuesta más veloz hasta hoy
- Su consumo de energía es ínfimo

DESVENTAJAS

- Extremadamente costosa



¿Qué hago si no puedo ver los canales digitales?

¿Tu TV es digital o analógico?



Si la TV es digital:

- Revisa que la antena esté conectada correctamente
- Resintoniza para buscar los canales digitales disponibles en tu localidad



Si la TV es analógica:

- Debes contar con tu decodificador y una antena (VHF-UHF)
- Verifica que la antena esté conectada correctamente al decodificador
- Revisa que el decodificador esté encendido y conectado a la TV
- Comprueba que la TV se encuentre en el mismo canal (frecuencia) que marca el decodificador en la parte de atrás (3 o 4)
- Resintoniza para buscar los canales digitales disponibles en tu localidad

¿Ya ves todos los canales digitales en tu TV?

¿Sí?

¿No?

Para asegurarte que recibes todos los canales disponibles en tu localidad, puedes resintonizar tu equipo receptor, sólo sigue estos pasos:

1. Pulsa la tecla **MENÚ** del control remoto
2. Selecciona **INSTALACIÓN** o **CONFIGURACIÓN**
3. Colócate sobre la **BÚSQUEDA DE CANALES** o similar
4. Escoge **BÚSQUEDA AUTOMÁTICA** o **SINTONIZAR NUEVOS**
5. Espera hasta que el receptor encuentre todos los canales disponibles
6. Pulsa **SALIR**



BUSCANDO SEÑAL



¿Ya estás listo para ver la señal de TDT?

La Norma Oficial Mexicana NOM-192-SCFI/SCT1-2013 establece que todos los aparatos de televisión y decodificadores que se importen y vendan en el mercado nacional deben tener la capacidad para recibir, sintonizar y reproducir las señales de TDT y al mismo tiempo para recibir, sintonizar y reproducir, cuando menos, señales SDTV (Standard Definition Television) y HDTV (High Definition Television).

¿NO ESTÁS SEGURO SI TU TELE ES ANALÓGICA?

La pantalla del televisor analógico es cuadrada, no rectangular. El fondo es voluminoso, como un cubo, porque contiene un cinescopio en su interior.

Su control remoto no cuenta con el botón de punto o guion, porque el cambio de canal se realiza en unidades completas, es decir, se pasa del canal 9, 11, 13 y así sucesivamente. Mientras que en los digitales, el cambio incluye decimales, por lo cual será del 11.1, 11.2, 13.1, 13.2 y así sucesivamente.

Profeco te brinda asesoría. Si tienes algún problema con el proveedor (no te respeta la garantía, el precio exhibido o detectas publicidad engañosa), puedes presentar tu queja o denuncia en el **Teléfono del Consumidor 5568 8722**, en el Distrito Federal y área metropolitana o al **01800 468 8722** desde el resto del país.

La TDT ha llegado y la forma en que vemos la tele no volverá a ser la misma. No te quedes en el pasado, ¡informate y prepárate para el cambio! **Si tienes más dudas, contacta a:**

Institución	Datos de contacto	Información que te pueden proporcionar
SCT	Página WEB: www.sct.gob.mx Teléfono TDT: 01 800 286 7427 Correo: tdt@sct.gob.mx	- Entrega de pantallas (fecha, lugar, beneficiarios) - Problemas con la entrega de televisores - Reciclaje de televisores de Semarnat
IFT	Portal TDT: www.tdt.mx Teléfono TDT: 01 800 880 24 24 Correo: atencion@ift.org.mx	- Dudas sobre la TDT - Beneficios - Consulta sobre receptores adecuados para recibir la TDT - Tips de conexión de antenas y decodificadores - Preguntas sobre coberturas
PROFECO	Página WEB: www.profeco.gob.mx Teléfono: 5625 67 00 01 800 468 8722	- Orientación y asesoría en derechos del consumidor - Orientación en precios del Programa Quién es Quién los Precios (QQP) - Estudios de calidad - Quejas de consumidores

Fuentes

- Diario Oficial de la Federación, DOF: 11/09/2014. Política para la Transición a la Televisión Digital Terrestre consultado el 1 de abril de 2015 en: http://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5359731&fecha=11/09/2014
- Norma Oficial Mexicana NOM-192-SCFI/SCT1-2013 telecomunicaciones Aparatos de televisión y decodificadores-Especificaciones
- Diario Oficial de la Federación DOF: 02/09/2010, Decreto por el que se establecen las acciones que deberán llevarse a cabo por la Administración Pública Federal para concretar la transición a la Televisión Digital Terrestre. http://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5157568&fecha=02/09/2010
- Diario Oficial de la Federación DOF: 13/05/2014, Programa de Trabajo para la Transición a la Televisión Digital Terrestre (TDT), consultado el 9 de abril de 2015 en: http://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5344585&fecha=13/05/2014
- INEGI. Sociedad de la información, consultado el 24 de marzo de 2015 en: <http://www3.inegi.org.mx/sistemas/sisept/default.aspx?t=196&s=est&c=19357>
- Inegi. Hogares con televisor por entidad federativa, 2014, consultado el 30 de marzo de 2015 en: <http://www3.inegi.org.mx/sistemas/sisept/default.aspx?t=196&s=est&c=26490>
- Instituto Federal de Telecomunicaciones, Transición a la TV digital, consultado el 6 de abril de 2015 en: <http://www.tdt.mx/>
- Instituto Federal de Telecomunicaciones (IFT).
- Ministerio de Industria, energía y turismo, Gobierno de España <http://www.televisiandigital.gob.es/Televisiandigital/formas-acceso/Paginas/formas-acceso.aspx>
- Organización de las Naciones Unidas. Día mundial de la Televisión, consultado el 1 de junio de 2015 en: <http://www.un.org/es/events/televisionday/>
- Pérez Vega, Constantino y Zamanillo Sainz de la Maza, María José, "Fundamentos de televisión analógica y digital", Ed. Universidad de Cantabria (UC), p. 18., consultado el 24 de marzo de 2015 en: <http://www.televisiandigital.gob.es/Televisiandigital/formas-acceso/Paginas/formas-acceso.aspx>
- Revista InformaTV, Historia de la Televisión p. 5 consultado el 13 de marzo de 2015, en: <http://issuu.com/yhorman/docs/1>
- Romo Zamudio, Fabián, "La verdadera TV digital", Consultado el 17 de marzo, en: <http://www.enterate.unam.mx/Articulos/2003/septiembre/tvdigital.htm>
- Revista Manufactura, "Si compras tele, que sea digital", consultado el 8 de abril de 2015 en: <http://www.manufactura.mx/industria/2013/11/15/si-compras-tele-que-sea-digital>
- Secretaría de Comunicaciones y Transportes (SCT), Transición a la Televisión Digital Terrestre, consultado el 25 de marzo de 2015 en: <http://www.sct.gob.mx/comunicaciones/transicion-a-la-television-digital-terrestre/>
- Televisión Digital, Información general, consultado el 7 de abril de 2015 en: <http://www.televisiandigital.gob.es/Televisiandigital/Paginas/informacion-general.aspx>
- Unión Internacional de Telecomunicaciones, Comunicado de prensa del 21 de noviembre de 2013, consultado el 9 de abril de 2015 en: http://www.itu.int/net/pressoffice/press_releases/2013/62-es.aspx
- VSab-tyUeSo http://www.itu.int/net/pressoffice/press_releases/2013/62-es.aspx#VWgictOXx6

Quién es Quién en los Precios

Si piensas comprar una pantalla, aquí te presentamos los precios mínimos y máximos en algunas ciudades de la República Mexicana, levantados del 6 al 10 de abril de 2015 en seis ciudades.

Precios de pantallas LED en seis ciudades								
Tamaño de la pantalla (pulgadas)	Ciudad de México y Área Metropolitana			Guadalajara, Jal.			Monterrey, N. L.	
	Precio mínimo o único (\$)	Precio máximo(\$)	Dif.(%)	Precio mínimo o único (\$)	Precio máximo(\$)	Dif.(%)	Precio mínimo o único (\$)	Precio máximo(\$)
32	Samsung / UN 32FH4005F / entrada USB	Sony Bravia / KDL-32W700B / recuadro / entrada USB		Panasonic / Viera / TC-32A400X / entrada USB	Sony Bravia / KDL-32W700B / recuadro / entrada USB		Philips / 32 PFL 4509 / F8 / entrada USB	Sony Bravia / KDL-32W700B / recuadro / entrada USB
	\$4,045.00	\$8,499.00	110	\$4,199.00	\$8,999.00	114	\$4,199.00	\$7,999.00
40	Philips / 40 PFL 4909 / F8	Sony Bravia / KDL-40W600B / recuadro / entrada USB		Samsung / UN 40FH5303F / entrada USB	Sony Bravia / KDL-40R480B / entrada USB		Philips / 40 PFL 4909 / F8 / entrada USB	Sony Bravia / KDL-40W600B / recuadro / entrada USB
	\$6,990.00	\$10,199.00	46	\$6,619.00	\$9,999.00	51	\$5,899.01	\$14,499.00
42	LG / 42 LB 5500 / entrada USB	Sony Bravia / KDL-42W800B / 3D / recuadro / entrada USB		LG / 42 LB 5800 / entrada USB	LG / 42 LB 6500 / 3D / entrada USB		LG / 42 LN 5700 / entrada USB	Sony Bravia / KDL-42W800B / 3D / recuadro / entrada USB
	\$7,898.00	\$12,998.00	65	\$7,619.00	\$12,999.00	71	\$8,045.00	\$14,999.00
46	Sony Bravia / KDL-46R450A / entrada USB						Samsung / UN 46FH5303F / entrada USB	
	\$7,795.00	-	N/A				\$9,999.20	\$11,416.00
47	LG / 47 LB 6500 / 3D / entrada USB	LG / 47 LB 6100 / entrada USB		LG / 47 LB 6100 / entrada USB			LG / 47 LB 6500 / 3D / entrada USB	
	\$11,990.00	\$12,499.00	4	\$9,299.00	\$13,499.00	45	\$11,990.00	\$15,999.20
48	Sony Bravia / KDL-48W600B / recuadro / entrada USB	Samsung / UN 48H6800AF / 3D / curved / recuadro / entrada USB		Sony Bravia / KDL-48W600B / recuadro / entrada USB	Samsung / UN 48H6800AF / 3D / curved / recuadro / entrada USB		Samsung / UN 48H4203AF / recuadro / entrada USB	Samsung / UN 48H6800AF / 3D / curved / recuadro / entrada USB
	\$9,799.00	\$22,498.00	130	\$9,799.00	\$22,498.00	130	\$9,599.00	\$16,639.20
50	LG / 50 LB 5830 / entrada USB	Sony Bravia / KDL-50W700A / entrada USB		LG / 50 LB 5830 / entrada USB	Sony Bravia / KDL-50W800B / 3D / recuadro / entrada USB		LG / 50 LB 5830 / entrada USB	LG / 50 LB 6100 / entrada USB
	\$9,990.00	\$16,990.00	70	\$9,990.00	\$15,999.20	60	\$9,898.00	\$15,999.00
55	Samsung / UN 55FH6200F / recuadro / entrada USB	Sony Bravia / XBR-55X900A / recuadro / entrada USB		Sharp Aquos / LC-55LE541U / entrada USB	Sony Bravia / XBR-55X900A / recuadro / entrada USB		Sharp Aquos / LC-55LE541U / entrada USB	Sony Bravia / XBR-55X900A / recuadro / entrada USB
	\$15,998.00	\$44,098.00	176	\$11,990.00	\$46,399.20	287	\$13,299.30	\$49,299.15
60	LG / 60 LB 6100 / entrada USB	Sharp Aquos / LC-60UQ17U / 3D / entrada USB		LG / 60 LB 6100 / entrada USB	Sharp Aquos / LC-60UQ17U / 3D / entrada USB		Sharp Aquos / LC-60S010U / entrada USB	Sharp Aquos / LC-60UQ17U / 3D / entrada USB
	\$14,999.00	\$39,999.00	167	\$16,874.25	\$25,199.37	49	\$20,249.25	\$32,799.18
70	Sony Bravia / KDL-70W850B / 3D / recuadro / entrada USB						Sony Bravia / KDL-70W850B / 3D / recuadro / entrada USB	
	\$46,749.00	\$53,498.00	14				\$41,249.25	\$47,599.15

NA: No aplica.

Fuente: Información recabada del Programa Quién es Quién en los Precios del 6 al 10 de abril de 2015, por lo que a la fecha de publicación pudo haber cambiado.

RECOMENDACIONES

Con base en el artículo 44 de la Ley Federal de Protección al Consumidor, los resultados de las investigaciones, encuestas y monitoreos publicados por la **Procuraduría Federal del Consumidor** no podrán ser utilizados por las empresas o proveedores con fines publicitarios o comerciales

	Pachuca, Hgo.			Oaxaca, Oax.			Tuxtla Gutiérrez, Chis.		
Dif.(%)	Precio mínimo o único (\$)	Precio máximo (\$)	Dif.(%)	Precio mínimo o único (\$)	Precio máximo(\$)	Dif. (%)	Precio mínimo o único (\$)	Precio máximo (\$)	Dif. (%)
	Samsung / UN 32FH4005F / entrada USB	Sony Bravia / KDL-32W700B / recuadro / entrada USB		Samsung / UN 32FH4005F / entrada USB	Sony Bravia / KDL-32W700B / recuadro / entrada USB		Philips / 32 PFL 4509/F8 / entrada USB	Sony Bravia / KDL-32W700B / recuadro / entrada USB	
90	\$4,499.00	\$7,999.00	78	\$4,390.00	\$7,990.00	82	\$3,895.00	\$7,990.00	105
	Panasonic Viera / TC-40A400X / entrada USB	Sony Bravia / KDL-40W600B / recuadro / entrada USB		Samsung / UN 40FH5303F / entrada USB			Samsung / UN 40FH5005F / entrada USB	Sony Bravia / KDL-40W600B / recuadro / entrada USB	
146	\$5,999.00	\$11,999.00	100	\$5,666.00	\$9,999.00	76	\$6,699.00	\$9,899.00	48
	LG / 42 LB 5800 / entrada USB	LG / 42 LB 6500 / 3D / entrada USB		Panasonic Viera / TC-42AS610X / entrada USB	LG / 42 LB 6500 / 3D / entrada USB		LG / 42 LB 5500 / entrada USB	LG / 42 LB 6500 / 3D / entrada USB	
86	\$9,999.00	\$12,999.00	30	\$7,435.00	\$12,999.00	75	\$8,499.00	\$12,999.00	53
				Sony Bravia / KDL-46R450A / entrada USB	Samsung / UN 46FH5303F / entrada USB		Samsung / UN 46FH6203F / 3D / recuadro / entrada USB		
14				\$7,795.00	\$10,195.00	31	\$9,749.00	-	N/A
	LG / 47 LB 6500 / 3D / entrada USB			LG / 47 LB 6500 / 3D / entrada USB					
33	\$15,499.00	-	N/A	\$15,499.00	-	N/A			
	Sony Bravia / KDL-48W600B / recuadro / entrada USB	Samsung / UN 48H6800AF / 3D curved / recuadro / entrada USB		Sony Bravia / KDL-48W600B / recuadro / entrada USB	Samsung / UN 48H6800AF / 3D curved / recuadro / entrada USB		Sony Bravia / KDL-48W600B / recuadro / entrada USB		
73	\$9,799.00	\$18,999.00	94	\$11,685.00	\$16,639.20	42	\$11,499.00	\$11,995.00	4
	LG / 50 LB 6100 / entrada USB			Samsung / UN 50FH5303F / recuadro / entrada USB	LG / 50 LB 6100 / entrada USB		Samsung / UN 50FH5303F / recuadro / entrada USB	Sony Bravia / KDL-50W800B / 3D / recuadro / entrada USB	
62	\$15,999.00	-	N/A	\$11,895.00	\$15,999.00	35	\$9,995.00	\$15,499.00	55
	LG / 55 LB 6500 / 3D / entrada USB	Sony Bravia / XBR-55X900A / recuadro / entrada USB		LG / 55 UB 8500 / 3D / entrada USB	LG / 55 UB 8200 / entrada USB		Samsung / UN 55FH6200F / recuadro / entrada USB	LG / 55 UB 8200 / entrada USB	
271	\$14,624.25	\$43,499.25	197	\$18,299.00	\$19,599.00	7	\$13,999.00	\$19,599.00	40
	LG / 60 LB 6100 / entrada USB	Sharp Aquos / LC-60UQ17U / 3D / entrada USB		Sony Bravia / KDL-60W630B / recuadro / entrada USB	LG / 60 LB 6100 / entrada USB		Sharp Aquos / LC-60UQ17U / 3D / entrada USB		
62	\$16,874.25	\$35,999.10	113	\$23,999.20	\$24,999.00	4	\$34,799.00	-	N/A
	Sony Bravia / KDL-70W850B / 3D / recuadro / entrada USB			Sony Bravia / KDL-70W850B / 3D / recuadro / entrada USB					
15	\$37,499.25	-	N/A	\$39,999.20	-	N/A			

Realiza tu compra en tiendas formalmente establecidas

Pídele al vendedor una demostración acerca de las características y especificaciones técnicas:

- Solicita garantía y no olvides que te la sellen en la tienda
- Verifica que el instructivo esté en español
- Guarda el comprobante de compra

Si piensas adquirir sólo un decodificador para conectarlo a tu televisor analógico, o bien, una antena capaz de recibir señales VHF y UHF, consulta nuestro Estudio de calidad en las siguientes páginas, junto con el Quién es Quién en los Precios correspondiente

CON EL QUÉ COSA

Antenas y decodificadores para señales de Televisión Digital Terrestre (TDT)

Que el apagón analógico no te agarre a oscuras. La era de la televisión analógica está por terminar; mientras tanto se espera que todos los hogares mexicanos tengan manera de acceder a los contenidos de la Televisión Digital Terrestre. Por eso, si todavía no renuncias a tu vieja tele, aquí te orientamos en el tema de antenas y decodificadores

APAGÓN SUCEDE...

El apagón analógico está sucediendo en todo el mundo, se trata del final de las emisiones analógicas de los operadores de televisión. En México se ha previsto para diciembre de 2015, para este momento si no cuentas con una televisión digital o un convertidor para tu viejo aparato, no podrás sintonizar ninguno de los canales de televisión abierta disponibles en el país, así que prepárate.

La televisión de alta definición o HDTV corresponde a la nueva televisión digital, el nuevo estándar de televisión para mejorar la transmisión, la oferta de canales, la calidad de la imagen y también del audio, y han entrado a los hogares con precios accesibles, sin embargo, para gozar de estos beneficios necesitas cambiar tu aparato.

Si aún no tienes un televisor de alta definición y sólo cuentas con televisores analógicos de cinescopio (CRT), que únicamente sintonizan canales en SD (definición estándar por sus siglas en inglés), este estudio de calidad te orientará en la compra de un decodificador de televisión digital terrestre (TDT) para que estés preparado para el apagón y puedas seguir viendo tus canales favoritos aún sin que tu tele sea de alta definición.

Si cuentas con un televisor nuevo y la antena que tienes instalada no te permite ver buena parte de los canales HD, en el presente estudio también te orientamos sobre algunos modelos representativos de antenas para interiores y exteriores.

Antenas

El Estudio

Analizamos 15 antenas –nueve del tipo para interiores y seis exteriores– y ocho decodificadores para TDT. Las pruebas se realizaron tanto en el Laboratorio Profeco como en el Laboratorio de EMC de la Asociación de Normalización y Certificación, ANCE A.C., que cuenta con cámaras especialmente diseñadas para probar las antenas.

Las pruebas se llevaron a cabo dentro de cámaras semianecoicas –cuartos aislados libres de perturbaciones electromagnéticas– con equipo altamente especializado para conocer el desempeño de la recepción de frecuencias para la TV aérea.

La calificación de cada modelo de antena se basa en dos pruebas que se complementan para ofrecer su desempeño global:

Captación de Canales HD

La recepción de frecuencias de TV en las antenas siempre es diferente; según su posición, la frecuencia captada tendrá diferente intensidad. Si la antena la giramos de 10 en 10 grados hasta completar una vuelta de 360 grados, y medimos la intensidad con que capta las frecuencias en cada posición, habremos obtenido su “lóbulo o patrón de radiación”, dependiendo de la forma que presente este lóbulo, las antenas se clasifican en:

“**Omnidireccionales**”, de no importa cómo las orientes, logran captar las frecuencias casi con la misma intensidad

“**Direccionales**”, dependen de la dirección a la que las orientes para captar mejor los canales de TV

Ganancia

Esta prueba establece con qué intensidad recibe y entrega las distintas frecuencias de la banda de UHF que capta: señales muy débiles –atenuadas– o bien, señales muy intensas –con alta ganancia–. Este valor se expresa en decibeles (dB). A mayor ganancia de la antena, se asegura que señales de TV muy débiles podrán ser reproducidas en un televisor; mientras que aquellas que ofrecen poca ganancia, les será muy difícil sintonizar los canales.

Notas importantes:

- 1 En las tablas de resultados se encuentra una descripción del desempeño general que ofrecen los distintos modelos al captar cuatro canales de televisión en HD, para el Valle de México
- 2 Los cuatro canales calificados se ubican en los extremos y en la parte central de la banda UHF, esa es la razón por la que una misma antena no necesariamente logra obtener la misma calificación en cada uno de los cuatro canales

Atributos

Te informamos sobre las características y funciones adicionales que hemos verificado en cada modelo



Decodificadores de TDT

Estos aparatos electrónicos tienen la función de sintonizar canales de alta definición aún con los televisores de cinescopio (CRT) que carecen de sintonizador digital de HDTV. Las pruebas se enfocan en verificar su funcionalidad y sensibilidad:

Sensibilidad

Mientras más sensible sea el sintonizador, con mayor facilidad podrá captar y reproducir canales de TV aérea muy débiles. Se basa en el mismo concepto de la prueba de ganancia en una antena, pero aplicable a la entrada de RF—donde se conecta el cable coaxial que viene de la antena.

Esta prueba se hizo con equipo especializado que permite proveer al sintonizador con una señal de TV que puede ser disminuida en su nivel, simulando que se han captado señales de TV muy débiles para medir en qué nivel se pierde la recepción del canal.

Prueba de funcionamiento

Se llevó a cabo una inspección funcional a los decodificadores para confirmar que sintonicen los canales de TV aérea de alta definición al ser conectados a un televisor convencional sin sintonizador de HDTV. Dado que todos cumplen con lo ofrecido, los resultados se muestran en la tabla solamente como una nota.

Atributos

Te informamos sobre las características y funciones adicionales que fueron verificadas en cada modelo

Antenas para interiores



Marca Modelo Tipo		Steren ANT 9043 Omnidireccional	Philips SDV7225T/27 Omnidireccional	Radioshack 1500254 Omnidireccional	Master TVANT-HDBX Direccional
{Activa/Pasiva}		Activa	Activa	Activa	Pasiva
País de origen / Garantía		China / 1 año	China / 6 meses	China / 1 año	No indica / 1 año
Evaluación Global		E	MB	MB	B
Captación de Canales en HD (1)	Canal 22	E	MB	MB	B
	Canal 34 Mexiquense	MB	MB	MB	B
	Canal Proyecto 40	E	E	MB	B
	Canal Foro TV	E	MB	MB	B
Ganancia (2)		E Alta [+15 dB]	E Alta [+12.3 dB]	E Alta [+15.4 dB]	B Mantiene aceptablemente el nivel de señal [+1.9 dB]
Atributos	Longitud del cable RF (m)	1.52	1.83	1.83	1.94
	Construcción tipo	Barra	Barra	Dipolo con bucle	Barra
En resumen...		Buen diseño, ya que capta con excelente nivel los distintos canales y los amplifica bastante	Logra captar los distintos canales con muy buen nivel y los amplifica de manera notable	Logra captar con buena calidad los distintos canales y los amplifica de manera notable	Capta los canales de manera aceptable y los entrega con un nivel de señal suficiente. El fabricante dice que es activa, pero es pasiva

Notas

(1) Los 4 canales de HD que se califican se ubican respectivamente al principio, en la parte media y al final de la banda UHF para el Valle de México

(2) Capacidad para amplificar las señales de TV que capta, es decir, aumentar su intensidad

(3) Una vez instalada se puede girar por medio de un control remoto para orientarla en caso de ser necesario

Glosario de términos

Como habrás visto, el mundo de la TDT implica el conocimiento de varios términos; por ello, y para que no te pierdas entre tanta información, a continuación te ofrecemos una descripción de los términos más comunes.

Señal de TV. Es una onda electromagnética no visible, pero similar en su comportamiento a la luz que capta el ojo humano. Las ondas electromagnéticas vibran muy rápido, por lo cual, tienen una frecuencia.

Frecuencia (de una señal). Es una característica esencial de cualquier señal de radio y de televisión que viaja sobre el aire y se refiere a la velocidad con que vibra (similar a como repercute la cuerda de una guitarra cuando se la rasga).

Televisión Digital Terrestre (TDT). Es el sistema de transmisión digital de señales de televisión abierta (gratuita), de acuerdo al estándar A/53 y A/72, emitida por el Comité de Sistemas de Televisión Avanzada (ATSC por sus siglas en inglés).

HDTV. Acrónimo que significa Televisión de Alta Definición (HD).

Banda UHF. Las frecuencias de la HDTV se transmiten en la banda de Ultra Alta Frecuencia (UHF) y tienen valores desde 470 MHz (mega Hertz o millones de ciclos por segundo) hasta 692 MHz.

Entrada de antena por cable coaxial (RF). Es la más común para conectar la señal proveniente de la antena o servicio de cable al televisor o a un decodificador de TDT.

Conexión de Audio/Video RCA. Es una

conexión que consta de tres conectores: un conector amarillo para el video (video compuesto) y dos para el audio estéreo (colores rojo y blanco).

Conexión HDMI (Interfaz Multimedia de Alta Definición). Es el medio de conexión estándar de una señal de televisión en alta definición e incluye tanto audio como video. Todos los televisores nuevos traen esta entrada y los reproductores de películas Bluray, al igual que algunas computadoras portátiles.



Voltech ANHD-21 Direccional	Northvu NV20PRO Direccional/	RCA ANT121F Omnidireccional/	Steren ANT 1600 Direccional/	Taoglas DTV007-20VV11 Direccional/
Activa	Pasiva	Pasiva	Pasiva	Pasiva
China/ 1 año	México/ 1 año	China/ 1 año	China/ 1 año	No indica / no presenta
B	B	B	R	R
R	MB	MB	B	B
B	MB	MB	MB	B
B	MB	E	MB	B
B	B	MB	B	B
B Mantiene aceptablemente el nivel de señal [+2.8 dB]	R Atenúa las señales [-6.2 dB]	R Atenúa mucho las señales [-19.8 dB]	R Atenúa las señales [-4 dB]	R Atenúa las señales [-2.3 dB]
1.66	3.55	1.78	1.62	1.98
Barra	Barra	Dipolo con bucle	Dipolo con bucle	Dipolo con bucle
Capta los canales de manera aceptable y los entrega con un nivel de señal suficiente	Aunque logra captar los distintos canales con muy buen nivel, por la calidad en su construcción entrega señales débiles	Aunque logra captar los distintos canales con muy buen nivel, por el diseño de su construcción entrega señales débiles	Capta los canales de manera aceptable, pero por la calidad en su construcción entrega señales débiles	Capta los canales de manera aceptable, pero por la calidad en su construcción entrega señales débiles

Simbología **E** =Excelente **MB** =Muy Bueno **B** =Bueno **R** =Regular

Entrada USB (Bus Serie Universal).

Es una conexión idéntica a la que presentan las computadoras, de tal forma que pueden insertarse memorias USB en el decodificador de TDT para grabar los programas sintonizados o reproducir fotos y música contenidas en dichas memorias.

Televisor con resolución HD. El televisor es compatible con señales de televisión de alta definición, mismas que son reproducidas en 720 líneas o en 1080 líneas (Full HD) de resolución.

Elementos (de una antena). En las antenas para exterior, se refiere a los tubos de aluminio que la forman, sean rectos o curvos.

Antena activa o amplificada. Aquella antena que cuenta con un adaptador de tensión eléctrica que se conecta a un tomacorriente de la red eléctrica doméstica para aumentar la ganancia de las señales de TV que capte.

Antena pasiva. Aquella que carece de adaptador de tensión eléctrica para

aumentar la ganancia de las señales de TV que capta.

Decibel (dB). Es la unidad que se emplea para medir la intensidad del sonido, pero también la intensidad o amplitud de las señales de TV y de radio.

Atenuación (de una señal). Disminución de la intensidad de una señal de TV debido a pérdidas (por ejemplo: en un cable coaxial de baja calidad). En el caso de las señales de TV que viajan por el aire, se atenúan conforme se alejan de

la antena transmisora de TV después de viajar muchos kilómetros.

Sensibilidad (del decodificador). Se refiere a la intensidad de señal más bajo que es capaz de procesar para que la señal de TV se vea en un televisor, sin ruido y sin ausencia de audio. Como se trata de intensidad de una señal, se expresa en decibeles (dB).

Ganancia (de la antena). Registra la intensidad de señal de TV que es capaz de proporcionar.

Antenas para exteriores



Marca Modelo Tipo		Philips SDV8622T/27 Omnidireccional	Steren ANT-UHF-12R Omnidireccional	Voltech ANGI 360 Omnidireccional	Master TV ANT-13 Kit Direccional
(Activa/Pasiva)		Activa	Activa	Activa	Pasiva
País de origen / Garantía		China / 1 año	China / 1 año	China / 1 año	China / 1 año
Evaluación Global		MB	MB	MB	MB
Captación de Canales en HD ⁽¹⁾	Canal 22	E	E	E	MB
	Canal 34 Mexiquense	MB	MB	MB	MB
	Canal Proyecto 40	MB	MB	MB	MB
	Canal Foro TV	MB	MB	MB	B
Ganancia ⁽²⁾		E -Alta [+12 dB]	E Alta [+11.7 dB]	E Alta [+12.6 dB]	B La mantiene aceptable [+2.8 dB]
Atributos	Longitud del cable RF (m)	6	13.5	10	12.1
	Puede girarse hasta 360° ⁽³⁾	No	Sí	Sí	No
En resumen...		Logra captar los distintos canales con muy buen nivel y los amplifica de manera notable. Por su forma de barra también se puede usar en interiores	Logra captar los distintos canales con muy buen nivel y los amplifica de manera notable	Logra captar con buena calidad los distintos canales y los amplifica de manera notable	Logra captar los distintos canales con muy buena calidad y los entrega con un nivel de señal suficiente

Notas

(1) Los 4 canales de HD que se califican se ubican respectivamente al principio, en la parte media y al final de la banda UHF para el Valle de México

(2) Capacidad para amplificar las señales de TV que capta, es decir, aumentar su intensidad

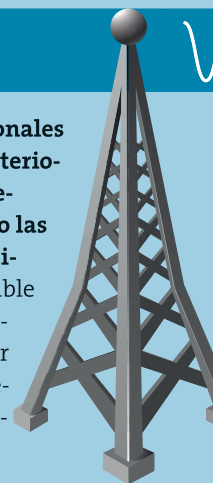
(3) Una vez instalada se puede girar por medio de un control remoto para orientarla en caso de ser necesario

Conclusiones generales para antenas

• Si tu antena actual te permite ver los canales de TV en definición estándar (SD) sin ruido o interferencias notables, casi con seguridad te servirá para sintonizar los canales de TV en alta definición. No importa que la publicidad te indique que necesitas una nueva antena, lo que ha cambiado es la forma en que una señal de televisión se graba y comprime en un set, las frecuencias en las que se transmiten siguen siendo las mismas

• Si por el contrario, tienes gran dificultad en captar los canales, considera que las antenas para exterior y preferentemente omnidireccionales son la mejor opción. Las de tipo para interiores son adecuadas para zonas urbanas donde no existen grandes obstáculos como edificios altos o cerros que interfieren con algunas de las señales de TV

• Las antenas direccionales –de interiores o de exteriores– logran captar mejor los canales cuando las instalas en cierta posición, aunque es probable que uno o varios canales no los logres captar bien. Este tipo de antenas son adecuadas para áreas donde todas las señales de TV provienen de una misma zona geográfica





ADIR 1491 Omnidireccional	Master TVANT-100 Omnidireccional
Activa	Activa
China / 1 año	China / 1 año
B	R
E	MB
MB	B
B	B
MB	B
R Atenúa las señales [-8.9 dB]	R Atenúa mucho las señales [-13.2 dB]
12.2	15.1
Sí	Sí
Aunque logra captar los distintos canales con muy buen nivel, por el diseño en su construcción entrega señales débiles	Capta los canales de manera aceptable, pero por la calidad en su diseño entrega señales débiles

Simbología **E** =Excelente **MB** =Muy Bueno **B** =Bueno **R** =Regular

Ficha Técnica

Periodo del muestreo: 11 de febrero al 22 de abril de 2015

Realización del estudio: 11 de febrero al 22 de mayo de 2015

Marcas / modelos analizados

Antenas: 9/15

Decodificadores: 6/8

Pruebas / ensayos realizados

Antenas: 45/29,400

Decodificadores: 24/520

Normatividad,

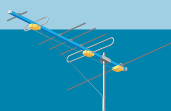
recomendaciones técnicas e informes empleados

• **NOM-008-SCFI-2002**, Sistema General de Unidades de Medida

• **NOM-024-SCFI-2013**, Información comercial para empaques, instructivos y garantías de los productos electrónicos, eléctricos y electrodomésticos

• **Recomendaciones para el desempeño de receptores (de HDTV)**, elaboradas por el Comité de Sistemas de Televisión Avanzada ATSC (Document A/74:2010)

• **Informe de la Televisión Digital Terrestre**, emitido por la Unidad de Sistemas de Radio y Televisión del Instituto Federal de Telecomunicaciones IFETEL (Junio 2014)



• En el mercado encontrarás algunos modelos que se denominan “activas”; se refiere a que integran un adaptador de tensión que se conecta a la red eléctrica doméstica. Este adaptador tiene la función de amplificar la señal que recibe para darle más ganancia, lo cual aumenta las probabilidades de recibir mejor las señales débiles de TV

• Las señales digitales en alta definición o TDT son más susceptibles a verse afectadas por fenómenos meteorológicos y en zonas de intenso calor, humedad o tormentas eléctricas. Si vives en la costa, aunque tengas la mejor antena, es posible que en ocasiones la calidad de la señal disminuya, es normal

• Cada frecuencia de TV que viaja por el aire, se desplaza sin grandes cambios en su intensidad; sin embargo, las frecuencias son sometidas a atenuaciones –disminución en su intensidad– por los obstáculos naturales o creados por el hombre o por condiciones meteorológicas adversas. Como no todas las señales de TV provienen necesariamente de una misma antena, debes considerar que la dirección e intensidad con que llegan a tu antena pueden ser muy diversas

• Los resultados que te damos sobre las antenas analizadas son para el Valle de México y pueden diferir en cierta medida con otras poblaciones de la República Mexicana, debido a que los canales analizados se retransmiten en ocasiones en otras frecuencias

Decodificadores para TDT



Marca Modelo		Digital Stream DKS1100M	Insignia NS-DXA2	Master MV-TDCH
Consumo de potencia o corriente		6 W	7.5 W	1.5 A
País de origen / Garantía		México / No ofrece	Taiwán / 1 año	China / 1 año
Sensibilidad		E	E	E
Atributos	Entrada de antena RF	Sí	Sí	Sí
	Salida de Audio/Video RF	Sí	Sí	Sí
	Salida Audio/Video RCA	Sí	Sí	Sí
	Salida de Audio/Video HDMI	No	No	Sí
	Grabación de programas en memoria USB (requieres de una memoria USB no incluida)	No	No	Sí
	Pantalla que indica el canal sintonizado	No	No	No
	Peso [g]	395	249	118
	Dimensiones: Largo x Ancho x Altura [cm]	19.5 x 9.9 x 3.40	17.5 x 13.7 x 3.29	9.3 x 12.4 x 3.70
Resaltamos		Con botones de encendido y cambio de canales frontales. Cuenta con control remoto	Con botones de encendido y cambio de canales frontales. Cuenta con control remoto	Reproduce fotos y música en formato JPG y MP3 grabados en memorias USB. Cuenta con control remoto

Nota: Todos los modelos logran sintonizar canales de TV en alta definición para reproducirlos en un televisor analógico

Conclusiones generales para decodificadores de TDT

• Ante la inminencia del apagón analógico en toda la República Mexicana, **los decodificadores para TDT son una buena opción si aún no cuentas con un televisor LCD o pantalla LED y no tienes planeado adquirir uno en el futuro próximo.** Su costo es accesible y todos los modelos analizados son aptos para la sintonización de canales de TV en HD



• **Existen pequeñas diferencias entre los atributos de los modelos analizados,** las más importantes radican en el número y tipo de salidas de audio/video para que lo conectes a tu televisor analógico



Master Vision MV-TDTPUS	Quantun View VDC 1401	Steren 208-900	Toto TV Converter Box 2000	Digital Stream MCE2100
5 W	60 W	10 W	2 A	6 W
China / 1 año	China / 90 días	China / 1 año	China / 1 año	México / 1 año
E	MB	B	B	B
Sí	Sí	Sí	Sí	Sí
Sí	Sí	Sí	Sí	Sí
Sí	Sí	Sí	Sí	Sí
Sí	Sí	Sí	Sí	No
Sí	Sí	No	Sí	No
Sí	No	Sí	No	No
355	410	851	120	361
16.7 x 9.3 x 3.64	16.7 x 11.1 x 3.59	27.9 x 15.3 x 3.9	11.3 x 9.4 x 3.95	19.9 x 10.5 x 3.40
Con botones de encendido y cambio de canales frontales. Reproduce fotos y música en formato JPG y MP3 grabados en memorias USB. Control remoto	Con botones de encendido y cambio de canales frontales. Reproduce fotos y música en formato JPG y MP3 grabados en memorias USB. Control remoto	Adicionalmente cuenta con entrada de audio por fibra óptica y salida de video tipo S-Video Control remoto	Reproduce fotos y música en formato JPG y MP3 grabados en memorias USB. Control remoto	Con botones de encendido y cambio de canales frontales. Control remoto

Simbología **E** =Excelente **MB** =Muy Bueno **B** =Bueno **R** =Regular

¿Cómo conectar el decodificador al televisor analógico?

1. Decodificador (convertidor)

Si no cuentas con un televisor con sintonizador digital integrado, adquieres un decodificador para que continúes disfrutando del servicio.

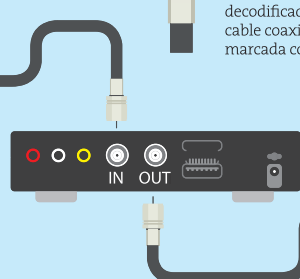
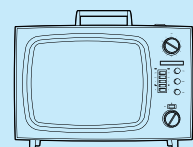
Es importante aclarar que cada televisor que tengas en casa requiere un decodificador independiente.



3. Cable coaxial y conector F

Para conectar la señal proveniente de la antena al decodificador vas a necesitar un cable.

El más común para las antenas del tipo exterior, es el cable coaxial con terminación del conector F.



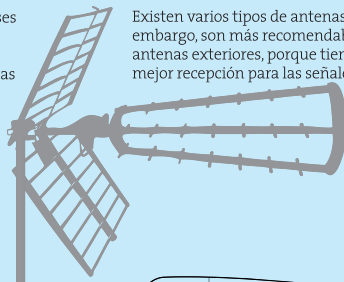
4. Método de conexión

Una vez que hayas instalado la antena, conecta el cable coaxial a la entrada del decodificador que esté marcada como ANT IN, RF IN o ANTENA IN. Une la salida del decodificador marcada con RF OUT con otro cable coaxial a la entrada de tu televisor marcada como ANTENA o ANT.

2. Antena

Es un dispositivo diseñado para recibir ondas electromagnéticas desde el espacio libre. Las antenas que deben utilizarse para aprovechar la TDT son las que reciben señales en las bandas VHF y UHF.

Es importante que revises que la antena que adquieras, reciba las frecuencias en las bandas antes señaladas.

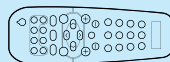


Existen varios tipos de antenas; sin embargo, son más recomendables las antenas exteriores, porque tienen una mejor recepción para las señales TDT.

5. Resintonizar canales digitales

Ahora, te recomendamos resintonizar el decodificador siguiendo estos sencillos pasos, podrás repetirlos para la búsqueda de los canales digitales presentes en tu localidad:

1. Pulsa la tecla MENU del control remoto
2. Selecciona INSTALACIÓN o CONFIGURACIÓN
3. Colócate sobre la opción BÚSQUEDA DE CANALES o similar
4. Escoge BÚSQUEDA AUTOMÁTICA o SINTONIZAR NUEVOS
5. Espera hasta que el decodificador encuentre todos los canales disponibles
6. Pulsa salir



Precios mínimos y máximos de antenas para señales de Televisión Digital Terrestre (TDT) en las ciudades de México y zona Metropolitana, Guadalajara, León y Monterrey

Marca / Modelo / País de origen / Capacidad / Material del cuerpo	Ciudad de México y zona Metropolitana				Guadalajara
	Precio mínimo o único	Tienda (Sucursal)	Precio máximo	Tienda (Sucursal)	Precio mínimo o único
ANTENAS PARA INTERIOR					
Steren / ANT 9043 / Omnidireccional / Activa / China / 1 año	\$329.00	Walmart (Copilco / Las Américas / Lomas / Miramontes / Multiplaza Arboledas / Periférico Sur / Pirules / Plaza Aragón / Plaza Ecatepec / Tlalpan / Universidad / Villa Coapa)	\$397.00	The Home Depot (Aragón / Coapa / Miramontes / Pirules)	\$329.00
Philips / SDV7225T / 27 / Omnidireccional / Activa / China / 6 meses	\$329.00	Walmart (Tlalpan)	\$399.00	Walmart (Universidad / Periférico Sur / Villa Coapa)	\$329.00
Radioshack / 1500254 / Omnidireccional / Activa / China / 1 año	\$398.99	Radioshack (Galerías Coapa / Las Américas / Miramontes / Mixcoac / Parque Lindavista / Perisur / Plaza Aragón / Plaza Satélite / Tacubaya / Valle Dorado)			\$398.83
Master / TVANT-HDBX / Direccional / Pasiva / No indica / 1 año					\$177.00
Voltech / ANHD-21 / Direccional / Activa / China / 1 año					
Northvu / NV20PRO / Direccional / Pasiva / México / 1 año*					
RCA / ANT121F / Omnidireccional / Pasiva / China / 1 año	\$179.00	Walmart (Copilco / Las Américas / Miramontes / Multiplaza Arboledas / Plaza Aragón / Plaza Ecatepec / Universidad / Villa Coapa)	\$289.00	Radioshack (Miramontes / Mixcoac / Parque Lindavista / Plaza Aragón / Plaza Satélite / Valle Dorado)	\$179.00
Steren / ANT 1600 / Direccional / Pasiva / China / 1 año	\$295.00	Steren Shop (Galerías Coapa / Las Américas / Parque Lindavista / Perisur / Plaza Universidad / Satélite)			\$190.00
Taoglas / DTV007-20VV11 / Direccional / Pasiva / No indica / No presenta*					
ANTENAS PARA EXTERIOR					
Philips / SDV8622T/27 / Omnidireccional / Activa / China / 1 año	\$418.60	Bodega Comercial Mexicana (Azcapotzalco / Naucalpan / Tacuba) / Comercial Mexicana (Coapa / El Dorado / Satélite / Villa Coapa) / Mega Comercial Mexicana (Coapa / Mixcoac / Pílares)	\$545.00	Chedraui (Atizapán / Coapa / Mundo E / Universidad)	\$418.60
Steren / ANT-UHF-12 / Omnidireccional / Activa / China / 1 año	\$218.01	Bodega Aurrerá (Atizapán / Mariano Escobedo)	\$779.00	The Home Depot (Aragón / Coapa / Miramontes / Pirules)	\$218.01
Voltech / ANGI 360 / Omnidireccional / Activa / China / 1 año					
Master / TV ANT-13 Kit / Direccional / Pasiva / China / 1 año					\$140.00
ADIR / 1491 / Omnidireccional / Activa / China / 1 año	\$318.00	Bodega Comercial Mexicana (Azcapotzalco / Naucalpan / Tacuba / Santa María La Ribera) / Comercial Mexicana (Coapa / El Dorado / Ermita / Satélite / Villa Coapa) / Mega Comercial Mexicana (Arboledas / Coapa / Mixcoac / Pílares)			\$318.00
Master / TVANT-100 / Omnidireccional / Activa / China / 1 año	\$328.00	Bodega Aurrerá (Iro. de Mayo / Atizapán / Cantil / Mariano Escobedo / Plaza Aragón / Tacubaya)	\$329.00	Walmart (Copilco / Las Américas / Lomas / Miramontes / Multiplaza Arboledas / Periférico Sur / Pirules / Plaza Aragón / Plaza Ecatepec / Tlalpan / Universidad / Villa Coapa)	\$328.00

*No se encontró el producto en las tiendas visitadas para la recopilación de precios

Nota: La dirección de los establecimientos que se muestra en el cuadro la puede solicitar al teléfono 55-68-87-22 en el D.F., o de cualquier otro lugar de la República Mexicana,

Precios levantados del 27 de abril al 8 de mayo de 2015

			León				Monterrey			
Tienda (Sucursal)	Precio máximo	Tienda (Sucursal)	Precio mínimo o único	Tienda (Sucursal)	Precio máximo	Tienda (Sucursal)	Precio mínimo o único	Tienda (Sucursal)	Precio máximo	Tienda (Sucursal)
Walmart (Ávila Camacho / Niño Obrero / Vallarta)	\$364.00	Hyper Soriana / Soriana (Cordilleras / Río Nilo) / Soriana Hiper (Oblatos / Plaza del Sol)	\$329.00	Walmart (Bosques de Rentería / Delta / Torres Landa)	\$397.00	Home Depot (Plaza Mayor)	\$329.00	Walmart (Las Torres / Lincoln / San Nicolás)	\$397.00	Home Depot (Sendero)
Walmart (Revolución)	\$399.00	Walmart (Vallarta)								
Radioshack			\$398.99	Radioshack (Galerías)			\$398.99	Radioshack (San Agustín)		
Master Guadalajara			\$165.00	Del Sol / Electrónica del Bajío			\$169.90	Del Sol (Adana / Sendero Escobedo)	\$199.00	Hemsa (Solidaridad)
			\$249.40	Elektrón Ferretería	\$345.00	Ferre Zeda				
Walmart (Ávila Camacho / Niño Obrero / Vallarta)	\$289.00	Radioshack	\$179.00	Walmart (Delta)			\$169.00	Hemsa (Aztlán / Fresnos / Solidaridad)	\$249.00	Best Buy (San Agustín)
Audicomp	\$269.00	Steren	\$230.00	Steren (León Centro / La Gran Plaza / Torres Landa)	\$295.00	Steren (Altacia)	\$211.00	Mueblería Elizondo (Madero)	\$295.00	Steren Shop (Cumbres / Galerías Monterrey / Plaza Fiesta San Agustín)
Comercial Mexicana (Mega Mercado)	\$713.29	Radioshack	\$418.60	Comercial Mexicana (Campestre / Insurgentes) / Mega Comercial Mexicana	\$545.00	Chedraui (Cortijo / Fco. Villa)	\$799.00	Radioshack (San Agustín)		
Bodega Aurrerá (Arboledas)	\$645.00	Steren	\$298.00	Bodega Aurrerá (1181 / 2136)	\$779.00	Home Depot (Plaza Mayor)	\$218.01	Bodega Aurrerá (Topo Chico)	\$779.00	Home Depot
			\$266.80	Elektrón Ferretería	\$325.00	Ferre Zeda				
Durangos Electrónica	\$181.00	Master Guadalajara	\$159.00	Ley			\$169.00	Hemsa (Aztlán / Solidaridad)		
Mega Comercial			\$318.00	Mega Comercial Mexicana						
Bodega Aurrerá (Arboledas / Atemajac)	\$349.00	Master Guadalajara	\$265.00	Electrónica del Bajío	\$329.00	Walmart (Bosques de Rentería / Delta / Galerías)	\$328.00	Bodega Aurrerá (Fresnos / Topo Chico)	\$329.00	Walmart (Las Torres / Lincoln / San Nicolás)

Precios mínimos y máximos de decodificadores para señales de Televisión Digital Terrestre (TDT) en las ciudades de México y zona Metropolitana, Guadalajara, León y Monterrey

Marca / Modelo / Consumo de Potencia o Corriente / País de origen / Garantía	Ciudad de México y zona Metropolitana				Guadalajara		
	Precio mínimo o único	Tienda (Sucursal)	Precio máximo	Tienda (Sucursal)	Precio mínimo o único	Tienda (Sucursal)	Precio máximo
Digital Stream / DKST100M / 6 W / México / No ofrece	\$595.00	Chedraui (Atizapán / Coapa / Mundo E / Universidad)			\$595.00	Chedraui	
Insignia / NS-DXA2 / 7.5 W / Taiwan / 1 año	\$999.00	Best Buy (Acoxpa / Centro Comercial Mundo E / Patio Universidad)			\$999.00	Best Buy (Galerías)	
Master / MV-TDCH / 1.5 A / China / 1 año	\$699.00	Coppel (Allende / Plaza Cristal / Tacubaya)			\$589.00	Master Guadalajara	\$699.00
Master Vision / MV-TDT PLUS / 5 W / China / 1 año	\$590.00	Bodega Aurrerá (Mariano Escobedo / Tacubaya / Villa Coapa) / Chedraui (Universidad) / Soriana (Miramontes) / Soriana Súper (Viaducto)	\$699.00	Best Buy (Acoxpa / Patio Universidad) / Coppel (Allende / Arboledas / Plaza Cristal / Tacubaya) / Radioshack (Las Américas / Miramontes / Plaza Aragón / Plaza Lindavista / Plaza Satélite / Tacubaya / Valle Dorado)	\$589.00	Master Guadalajara	\$699.00
Quantun View / VDC 1401 / 60 W / China / 90 días	\$580.00	Soriana (Cantil / Coapa / Miramontes / Tacubaya)	\$699.00	Mercado Soriana (Atizapán)	\$580.00	Soriana (Cordilleras / Río Nilo) / Soriana Hiper (Oblatos / Plaza del Sol)	\$699.00
Toto TV / Converter Box 2000 / 2 A / China / 1 año	\$799.00	Radioshack (Las Américas / Miramontes / Mixcoac / Plaza Aragón / Plaza Lindavista / Plaza Satélite / Tacubaya / Valle Dorado)					
Digital Stream / MCE2100 / 6 W / México / 1 año	\$595.00	Chedraui (Atizapán / Universidad)	\$669.00	Radioshack (Miramontes)	\$595.00	Chedraui	\$669.00

Nota: La dirección de los establecimientos que se muestra en el cuadro la puede solicitar al teléfono 55-68-87-22 en el D.F., o de cualquier otro lugar de la República Mexicana, al 01-800-468-87-22. Para cualquier duda envíe un correo a quienesquien@profeco.gob.mx.

Recomendaciones de compra



• Si adquieres una antena es muy importante que verifiques en la tienda que

venga completa en accesorios y partes, además de incluir garantía e instructivo. Las antenas para exterior cuentan con aditamentos como tornillos, clips y elementos tubulares



• En el caso de los decodificadores, revisa que incluyan control remoto

y cable —cuando aplique— de RF y/o de audio/video tipo RCA, garantía e instructivo de uso



• Que las antenas se ostenten como “activas” o “amplificadas” y ofrezcan una ganancia con un valor

en decibeles (dB) no es garantía de que proporcionen un excelente señal (revisalo en nuestras tablas de resultados). Cuando una antena “activa” entrega señales débiles, significa que la calidad del producto es muy baja, lo que provoca pérdidas o atenuaciones en la señal

Precios levantados del 27 de abril al 8 de mayo de 2015

León					Monterrey			
Tienda (Sucursal)	Precio mínimo o único	Tienda (Sucursal)	Precio máximo	Tienda (Sucursal)	Precio mínimo o único	Tienda (Sucursal)	Precio máximo	Tienda (Sucursal)
	\$595.00	Chedraui (Cortijo / Fco. Villa)						
					\$999.00	Best Buy (San Agustín)		
Coppel	\$550.00	Electrónica del Bajío	\$699.00	Coppel (1115 / Echeveste / Galerías / Satélite)	\$599.00	Del Sol (Adana)	\$699.00	Coppel (Aztlán / Fresnos / Las Torres / Sendero Norte / Solidaridad)
Best Buy (Galerías) / Coppel / Radioshack	\$590.00	Bodega Aurrerá (1181 / 2136 / Cervantes / Delta / Villas de San Juan) / Soriana / Soriana Hiper	\$699.00	Coppel (1115 / Echeveste / Satélite) / HEB (2984) / Radioshack (Centro Max / Galerías)	\$590.00	Bodega Aurrerá (Fresnos / Solidaridad / Topo Chico) / Soriana (Las Torres / Lincoln / Mitras / Santa Cecilia) / Soriana Hiper (Solidaridad)	\$699.00	Best Buy (San Agustín) / Coppel (Fresnos / Las Torres / Sendero Norte / Solidaridad) / HEB (Cumbres / Gonzalitos / Lincoln / San Nicolás) / Hemsá (Aztlán) / Radioshack (San Agustín)
Mercado Soriana (Calzada)	\$580.00	Soriana Hiper	\$690.00	Soriana	\$580.00	Soriana (Las Torres / Mitras / Santa Cecilia) / Soriana Hiper (Solidaridad)	\$690.00	Soriana (Sendero Lincoln)
Radioshack					\$669.00	Radioshack (San Agustín)	\$699.00	Famsa (San Bernabé)



• Recuerda, las antenas no son ni “analógicas” ni “digitales” ni mucho menos

“de alta definición”, por si alguien te quiere vender una como tal. Requiere de una nueva antena sólo cuando la que tienes actualmente no logra captar adecuadamente los canales de TV aérea disponibles en tu localidad



• Aún no existe la transmisión aérea de UHD TV o Televisión de Ultra Alta Definición

—algunas antenas lo marcan en su empaque—, sólo existe la televisión de alta definición o HDTV. Eso sí, ya hay televisores UHD o 4K, pero con muy poco contenido disponible con esta nueva resolución (cuatro veces más que la HDTV)



• En la compra de antenas para exterior, te proporcionarán la tornillería y partes necesarias para armarla, pero no el mástil y tensores que se requieren para instalarla



Estudio de Calidad



Til

ESCOL



Como cada año, en plenas vacaciones, la **Revista del Consumidor** se adelanta a publicar el estudio de calidad de útiles escolares para que cuando se acerque la fecha de adquirir los útiles para el ciclo entrante, tú ya tengas a la mano toda la información de qué te conviene comprar y dónde –si consultas también nuestro Quién es Quién en los Precios

FICHA TÉCNICA

Periodo de muestreo: 26 de febrero al 26 de marzo de 2015

Periodo de análisis: 18 de marzo al 12 de mayo de 2015

Marcas / Modelos analizados:

129 / 185

Pruebas realizadas:

5,392

LA LISTA PUEDE VARIAR ENTRE ESCUELAS –SOBRE TODO SI SON PRIVADAS–, NO OBSTANTE PUEDES CONSULTAR CONFORME AL GRADO ESCOLAR LOS PRODUCTOS REQUERIDOS EN LA LISTA DE MATERIALES Y ÚTILES ESCOLARES AUTORIZADOS PARA INICIAR LAS ACTIVIDADES EN LAS INSTITUCIONES DE EDUCACIÓN BÁSICA CICLO ESCOLAR 2015-2016 EN LA PÁGINA SEP.GOB.MX



as vacaciones comienzan y lo primero que hacen los niños es aventar la mochila lejos de su vista hasta nuevo

aviso. Que nadie hable de temarios, tareas ni uniformes, a gozar la libertad mientras dure. Pero no está de más planear con tiempo la compra de útiles para obtener la mejor calidad, durabilidad y desempeño al mejor precio.

La lista de materiales y útiles escolares necesarios para iniciar las actividades del ciclo escolar 2015-2016 considera los productos requeridos para las actividades de cada grado

educativo de nivel básico, la mayoría de los cuales fueron considerados en este estudio para ayudarte a que elijas aquellos que puedan aprobar el año completo con las mejores calificaciones junto con tus hijos.

Como parte del programa anual De regreso a clases de **Profeco**, el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor se dio a la tarea de analizar la calidad y desempeño que por marca y modelo presentan algunos de los principales productos de útiles escolares, que podremos encontrar en las principales tiendas de autoservicio y en las especializadas de nuestro país.

EL ESTUDIO

Para orientar a las mamás y papás de manera oportuna para que tomen la mejor decisión a la hora de surtir la lista de útiles escolares, en esta ocasión analizamos los siguientes productos:

- 30 cuadernos tamaño profesional de 100 hojas en sus diferentes tipos de construcción (cosido, engargolado y con espiral metálico), 15 con pastas no plastificadas y 15 con pastas plastificadas
- 29 lápices para escritura (de grafito No. 2)
- 22 gomas blancas para borrar (diferentes al migajón)
- 16 pegamentos líquidos
- 19 lápices adhesivos
- 17 reglas de plástico graduadas de 30 cm
- 25 tijeras, incluidas las escolares, escolar papelera y aquellas cuya presentación puede hacer creer al consumidor que se trata de tijeras escolares
- 8 plastilinas en barra
- 19 bolígrafos de tinta azul oleosa punto mediano

En las tablas podrás ver el resultado por tipo de producto, según sus características. En cada uno de estos se evaluó su desempeño según la función para la que está destinada, sus acabados y la información al consumidor, así como el grado de toxicidad en aquellos que por su modo de empleo, pueden ser ingeridos accidentalmente.



NORMATIVIDAD

Para la realización del presente estudio se tuvieron como referencia las siguientes normas:

NOM-002-SCFI-2011. Productos preenvasados -Contenido neto -tolerancias y métodos de verificación.

NOM-008-SCFI-2002. Sistema general de unidades de medida.

NOM-030-SCFI-2006. Información comercial-declaración de cantidad en la etiqueta-especificaciones.

NOM-040-SCFI-1994. Instrumentos de medición-instrumentos rígidos reglas graduadas para medir longitud-uso comercial.

NOM-050-SCFI-2004. Información comercial-etiquetado general de productos.

NOM-140-SCFI-1999. Artículos escolares-tijeras-especificaciones y métodos de prueba.

NOM-252-SSA1-2011. Salud ambiental. Juguetes y artículos escolares. Límites de biodisponibilidad de metales pesados. Especificaciones químicas y métodos de prueba.

NMX-N-001-SCFI-2011. Industrias de celulosa y papel-determinación del gramaje o peso base del papel, cartoncillo y cartón (peso por unidad de área) -método de prueba (cancela la NMX-N-001-SCFI-2005).

NMX-N-004-SCFI-2011. Industrias de celulosa y papel-determinación de brillantez o reflectancia direccional a 457 nm ("blancura") de papeles y cartones-método de prueba.

NMX-N-058-SCFI-2009. Artículos para escritura-bolígrafos y rodapuntas-especificaciones y métodos de prueba.

NMX-N-086-2009. Productos para oficinas y escuelas-lápices de escritura y color (cancela la NMX-N-086-1983).

NMX-N-090-SCFI-2005. Industrias de celulosa y papel-cuadernos, blocks y libretas de papel bond-especificaciones (cancela la NMX-N-090-1983).

NMX-N-105-SCFI-2011. Productos de oficina-barras adhesivas-especificaciones de producto, desempeño, calidad y métodos de prueba.

MÉTODO TAPPI NO. T-459. Determinación de la resistencia superficial del papel.

MÉTODO TAPPI NO. 441. Determinación del nivel de permeabilidad de las pastas.

Procedimientos internos del Laboratorio Nacional de Protección al consumidor



CUADERNOS TAMAÑO PROFESIONAL PLASTIFICADOS



MB

PRO BUSINESS

Pb7804-3 / 120 hojas / Brasil



MB

TILIBRA

Jolie / 96 hojas / Brasil



MB

NORMA

Color / 100 hojas / México



MB

NORMA

Jean Book / 100 hojas / México



MB

NORMA

Kiut / 100 hojas / México

Información al consumidor	Completa	Completa	Completa	Completa	Completa
Acabados	Sin defectos	Sin defectos	Sin defectos	Sin defectos	Sin defectos
Verificación de contenido	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple
Verificación de dimensiones	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple
Verificación de gramaje ($\pm 5\%$)	60.0 / 57.6	56.0 / 57.4	56.0 / 56.9	56.0 / 56.4	56.0 / 57.0
Resistencia al borrado	E	E	MB	E	E
Blancura	MB	MB	B	MB	MB
Resistencia de hojas	B	B	E	B	B
Resistencia de pastas	E	MB	B	B	B
Características	b, c (1.8 mm) con impresión en color liso, 3 e	b, c (1.6 mm) con impresión de imágenes en color, d (1, 2, 3), e, f, i	h, c (0.88 mm) con impresión en color liso, d (1, 2, 3, 4, 7, 8)	a, c (0.83 mm) con impresión de diseños en color, e, f, d (4)	a, c (0.81 mm) con impresión de diseños en color, g

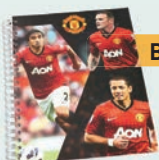
CUADERNOS TAMAÑO PROFESIONAL PLASTIFICADOS (CONTINUACIÓN)



MB

SCRIBE

Doble "o" Kids / 100 hojas / México



B

RHEIN

Clubes Europeos / 150 Hojas / Chile



B

RHEIN

SUPER CLASS / 150 HOJAS / Chile



B

KEITH HARING

Kh7804 / 120 Hojas / Brasil



B

MEAD

Five Estar 3 materias / 150 hojas / E.U.

Información al consumidor	Completa	Completa	Completa	Incompleta(2)	Completa
Acabados	Sin defectos	Sin defectos	Sin defectos	Sin defectos	Sin defectos
Verificación de contenido	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple
Verificación de dimensiones	Cumple	Cumple	Cumple	No indica	Cumple
Verificación de gramaje ($\pm 5\%$)	60.0 / 61.1	56.0 / 56.6	56.0 / 56.8	No cumple, -5.65% 60.0 / 56.61	No indica / 56.9
Resistencia al borrado	MB	E	E	E	Bueno
Blancura	E	MB	MB	MB	MB
Resistencia de hojas	B	R	R	B	B
Resistencia de pastas	R	B	B	MB	MB
Características	a, c (0.76 mm) con impresión en color liso, d (5, 7), f	a, c (1.68 mm) con impresión de imágenes de jugadores de fútbol, d (2), e, g	a, c (1.70 mm) con impresión y diseños en color, e, impresiones d (2, 3, y 9).	b, c (1.60 mm) con impresión y diseños en color, e, g	b, j (0.86 mm) en color liso, 2 e



MB

PRINTAFORM
Linea Arcoíris / 100
hojas / México

Completa
Sin defectos
Cumple
Cumple
75.0 / 77.7
E
MB
B
B
a, c (1.55 mm) con impresión de dise- ños en color liso, d (1,2,3), l



MB

SCRIBE
Cosido Ejecutivo /
96 hojas / México

Completa
Sin defectos
Cumple
Cumple
75.0 / 75.1
MB
E
B
B
h, K (2.45 mm) en color liso tipo piel



MB

SCRIBE
Cosido Clásico / 100
hojas / México

Completa
Sin defectos
Cumple
Cumple
56.0 / 56.2
Bueno
MB
E
R
h, c (0.65 mm) con impresión en color liso, d (2, 3)



MB

SHOT POINT
33883 Cosido / 100
hojas / China

Completa
Sin defectos
Cumple
Cumple
56.0 / 56.5
MB
B
MB
B
h, c (0.87 mm) en color liso con impresión de datos personales



MB

INSPIRA Libreta pro-
fesional multimaterias
/ 150 HOJAS / China

Completa
Sin defectos
Cumple
Cumple
60.0 / 57.3
MB
B
B
MB
a, c (1.9 mm) con impresión de diseños en color, d (1, 2, 3), e

Calificaciones

E excelente
MB muy bueno
B bueno
R regular
P pobre

Características

- a.- Engargolado metálico
- b.- Espiral metálico
- c.- Pasta de cartón (espesor) con impresión a color:
- d.- Contraportada con formato impreso para incluir datos (Impresiones)
- e.- Hoja tipo fólder, para contener papeles
- f.- Hoja con calcomanías autoadheribles (Stickers)
- g.- Presenta diseños en color en todas las hojas
- h.- Cosido
- i.- Hoja de etiquetas adheribles para identificación del alumno
- j.- Pasta frontal de plástico en color (espesor)
- k.- Pasta de cartón con acabado tipo piel y solapa con imán
- l.- Resorte para cierre del cuaderno

Información al Consumidor

- 1.- No indica gramaje
- 2.- No indica dimensiones

Acabados

- 3.- Presenta manchas en hojas
- 4.- Presenta manchas en pastas

Impresiones

Horario de clases (1), Datos personales (2), Directorio (3), Espacio para actividades (4), Tabla periódica (5), Información ecológica (6), Información de valores personales (7), Tabla pitagórica -de multiplicar- (8), Espacio para notas (9)

CUADERNOS TAMAÑO PROFESIONAL NO PLASTIFICADOS



MB

TORRE
Universitario / 150
HOJAS / Chile

Información al consumidor
Acabados
Verificación de contenido
Verificación de dimensiones
Verificación de gramaje (± 5%)
Resistencia al borrado
Blancura
Resistencia de hojas
Resistencia de pastas
Resistencia de hojas
Características

Completa
Sin defectos
Cumple
Cumple
50.0 / 50.3
E
MB
B
MB
MB
b, c (0.94 mm) con impresión de diseños en color, d (1,2, 9)



MB

BASIX
BX 7803 / 100 hojas /
Chile

Completa
Sin defectos
Cumple
Cumple
50.0 a 54.0 / 50.3 5
E
MB
B
B
E
a, c (0.43 mm) con impresión en color liso, d (1, 2)



MB

ROCA
Plus + / 100 hojas /
México

Completa
Sin defectos
Cumple
Cumple
50.0 / 49.9
B
MB
B
MB
E
b, c (0.65 mm) con impresiones en color



MB

U - PAC
Gears Of War 3 / 90
hojas / México

Completa
Sin defectos
Cumple
Cumple
56.0 / 57.7 5
E
MB
R
E
B
a, c (0.51 mm) con impresiones de imágenes a color, d (1)



MB

U - PAC
Pasta Dura "Pepsi" /
100 Hojas / México

Completa
Sin defectos
Cumple
Cumple
56.0 / 57.8 5
MB
MB
B
B
E
a, c (1.65 mm) con impresiones de diseños en color, e



CUADERNOS

CUADERNOS TAMAÑO PROFESIONAL NO PLASTIFICADOS (CONTINUACIÓN)



SCRIBE
Espiral Escolar Plus /
100 hojas / México



SCRIBE
Mega Plus / 100 hojas /
México



SHOT POINT
19016 Espiral / 100
hojas / México



ROCA
Rokita / 100 hojas /
México



STAR KID
458 / 100 hojas /
México

Información al consumidor	Completa	Completa	Completa	Completa	Completa
Acabados	Sin defectos	Sin defectos	Sin defectos	Sin defectos	Sin defectos
Verificación de contenido	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple
Verificación de dimensiones	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple
Verificación de gramaje ($\pm 5\%$)	50.0 / 52.2 5	50.0 / 51.5 5	51.0 / 50.7 5	51.0 / 50.3	52.0 / 52.2 5
Resistencia al borrado (grado 14 mínimo)	MB	MB	B	B	B
Blancura	MB	MB	MB	B	MB
Resistencia de hojas	B	B	B	B	B
Resistencia de pastas	B	B	R	B	R
Resistencia de hojas	B	B	E	MB	R
Características	b, c (0.47 mm) con impresión en color liso	b, c (0.46 mm) con impresión de imá- genes en color	b, c (0.37 mm) con impresión de diseños en color	b, c (0.45 mm) con impresión en color liso, d (1, 2, 3)	b, c (0.42 mm) con impresión en color liso

CUADERNOS TAMAÑO PROFESIONAL NO PLASTIFICADOS (CONTINUACIÓN)



WILSON JONES
P2138 / 90 hojas /
China



MONKY
758171 / 100 hojas /
México



RAYTER
Ecológico / 100 hojas
/ México



**CUADERNO
UNIVERSITARIO**
10011 / 100 hojas / China



BACK 2 SCHOOL
WQT4227E / 97 hojas
/ China

Información al consumidor	Completa	Completa	Completa	Incompleta ⁽¹⁾	Incompleta ^(1, 2)
Acabados	Sin defectos	Sin defectos	3	3, 4	Sin defectos
Verificación de contenido	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple
Verificación de dimensiones	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple	No indica
Verificación de gramaje ($\pm 5\%$)	56.0 / 55.7 5	50.0 / 52.1 5	50.0 / 52.0 5	No indica / 54.8 2	No indica / 49.7 2
Resistencia al borrado	B	R	P	MB	R
Blancura	B	B	B	B	B
Resistencia de hojas	R	B	B	R	R
Resistencia de pastas	R	R	B	B	R
Resistencia de hojas	E	MB	P	MB	R
Características	a, c (0.50 mm) con impresión en color liso	b, c (0.42 mm) con impresión en color liso, d (1,5)	b, c (0.76 mm) acabado natural de papel reciclado	a, c (0.80 mm) con impresión en color liso, d (1)	b, c (0.28 mm) con impresión en color liso, d(f)

Calificaciones
E excelente
MB muy bueno
B bueno
R regular
P pobre

Características

- a.- Engargolado metálico
- b.- Espiral metálico
- c.- Pasta de cartón (espesor) con impresión a color:
- d.- Contraportada con formato impreso para incluir datos (Impresiones)
- e.- Hoja tipo fólter, para contener papeles
- f.- Hoja con calcomanías autoadheribles (Stickers)
- g.- Presenta diseños en color en todas las hojas
- h.- Cosido
- i.- Hoja de etiquetas adheribles para identificación del alumno
- j.- Pasta frontal de plástico en color (espesor)
- k.- Pasta de cartón con acabado tipo piel y solapa con imán
- l.- Resorte para cierre del cuaderno

Información al Consumidor

- 1.- No indica gramaje
- 2.- No indica dimensiones

Acabados

- 3.- Presenta manchas en hojas
- 4.- Presenta manchas en pastas

Impresiones

Horario de clases [1], Datos personales [2], Directorio [3], Espacio para actividades [4], Tabla periódica [5], Información ecológica [6], Información de valores personales [7], Tabla pitagórica -de multiplicar- [8], Espacio para notas [9]

CUADERNOS

De los 30 en tamaño profesional con pasta plastificada y no plastificada, de construcción con engargolado, espiral, cosido y/o pegado detectamos que:

■ Los productos CUADERNO UNIVERSITARIO 10011, BACK 2 SCHOOL WQT4227E, MEAD FIVE STAR 3 MATERIAS y KEITH HARING KH7804 no declaran las dimensiones y/o el gramaje de las hojas en su **información al consumidor**

■ Acabados

- Aquellos con pastas **plastificadas** están libres de defectos detectables a simple vista
- En los modelos con pastas **no plastificadas** encontramos que el cuaderno RAYTER ECOLÓGICO y CUADERNO UNIVERSITARIO 10011 presentan manchas en sus hojas, y el segundo incluso en sus pastas.

■ El **contenido de hojas** en todos los casos fue igual al declarado

■ En cuanto a la **resistencia de sus hojas** a la acción del borrado, encontramos que algunos modelos no alcanzaron el mínimo requerido, entre los cuales se encuentra: MONKY 758171 y BACK 2 SCHOOL WQT4227E, que obtuvieron un grado 12 en lugar del 14 requerido como mínimo, y RAYTER ECOLÓGICO que sólo alcanzó un grado 10, todos con pastas no plastificadas

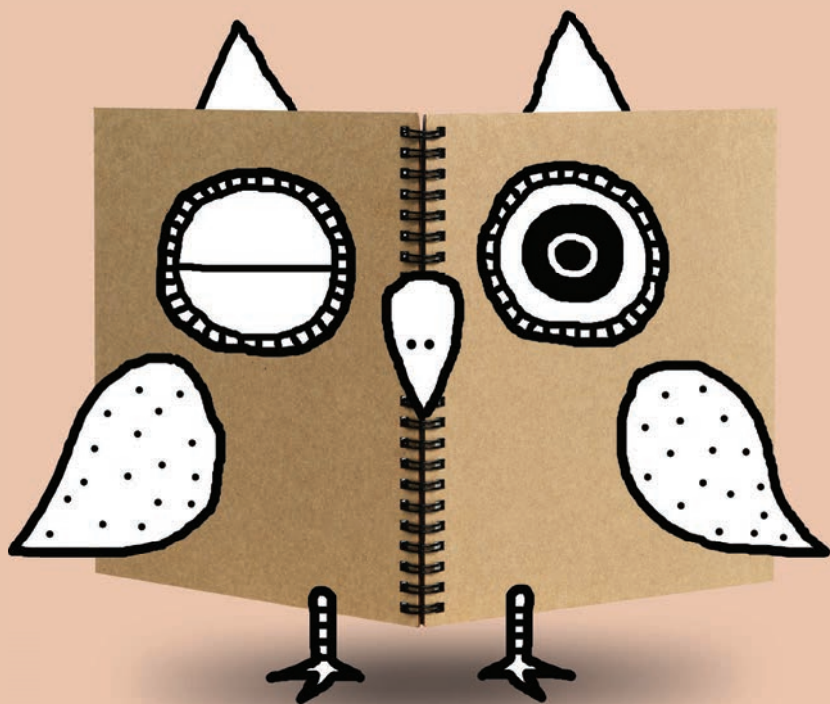
■ En lo referente al **gramaje**, el cuaderno KEITH HARING KH7804 fue el único que presentó un gramaje de hojas 5.65% inferior a lo declarado en su información ya que declara un papel de 60 g/m² y en realidad es de 56.6 g/m²

■ Los que presentaron las **hojas más blancas** fueron los cuadernos con pastas plastificadas de SCRIBE, DOBLE "O" KIDS y COSIDO EJECUTIVO

■ La **resistencia al desprendimiento de hojas** más alto lo obtuvieron igualmente los cuadernos con pastas plastificadas SCRIBE COSIDO CLÁSICO y NORMA COLOR

■ La **resistencia al desprendimiento de pastas** más alta la obtuvo también un cuaderno con pastas plastificadas, el PRO BUSINESS PB7804-3

■ En lo que se refiere a la **absorción de agua** encontramos que varios de los modelos analizados presentaron absorciones por debajo de 1 mg/cm², entre los cuales tenemos el ROCA / PLUS +, SHOT POINT 19016 ESPIRAL, U - PAC PASTA DURA "PEPSI" y GEARS OF WAR 3, BA-SIX BX 7803 y WILSON JONES P2138





PLASTILINAS DE BLOQUE



PLASTILINAS DE BLOQUE (COLOR ROJO)

Calificaciones
E excelente • MB muy bueno • B bueno • R regular • P pobre

Marca Modelo / Cantidad País de origen	Información al consumidor	Acabados	Contenido neto -g-, (-4.5 % Máximo)	Intensidad de color	Lavabilidad (% de desprendi- miento)	Suavidad	Toxicidad	Evaluación global de calidad
			Declarado / verificado					
1 Pelikan Plastilina tipo barra / 180g México	Completa	Sin defectos	180.0 / 180.2	Intenso	MB	MB	Cumple	MB
2 Vinci Modelina / 180 g México	Completa	Sin defectos	180.0 / 184.4	Intenso	MB	MB	Cumple	MB
3 Colorim Colorcitos / 180 g México	Completa	Sin defectos	180.0 / 184.0	Medio	R	E	Cumple	B
4 Colorim Popular / 200 g México	Completa	Sin defectos	200.0 / 202.0	Medio	R	E	Cumple	B
5 Smarty colors 2018 / 180 g México	Completa	Sin defectos	180.0 / 186.3	Intenso	B	MB	Cumple	B
6 Goloso Plastilina escolar / No indica México	Incompleta. No indica el contenido neto	Sin defectos	No indica / 178.6	Claro	B	MB	Cumple	B
7 Baco Con "b" de bueno / 180 g México	Completa	Sin defectos	180.0 / 181.2	Intenso	B	B	Cumple	R
8 Crayola / plastilina, 570380ml38 / 180 g / México	Completa	Sin defectos	180.0 / 183.3	Claro	B	B	Cumple	R

PLASTILINAS DE BLOQUE

Las muestras fueron en presentación en bloque o maqueta. Encontramos lo siguiente:

- En cuanto a la **información al consumidor**, encontramos que marca Goloso Plastilina Escolar es la única que la presenta incompleta, ya que no indica el contenido neto
- En los **acabados**, ninguna presentó defectos como impurezas o cambios de color (entre otros) a simple vista
- Respecto al **contenido neto**, todas ofrecen un poquito más de lo que declaran
- También se cuantificó **la intensidad del color** en tres rangos “Claro”, “Medio” e “Intenso”. Esta característica es importante, al igual que su suavidad, para la remoción de las manchas en la ropa provocada por este tipo de productos
- En cuanto a la **lavabilidad** observamos que en general no es tan fácil quitar manchas de plastilina, motivo por el cual su calificación fue de Regular a Muy buena, siendo Pelikan Plastilina tipo Barra y Vinci Modelina las que mejor calificaron, a pesar de haber presentado colores intensos
- Las plastilinas que presentaron la mayor **suavidad** fueron las de Colorim, Colorcitos y Popular, por este motivo penetran en los textiles haciendo muy difícil su remoción con un tallado normal
- En cuanto a Toxicidad, no se encontraron en ninguna de las muestras analizadas niveles de metales pesados que pudieran resultar peligrosos.





PEGAMENTOS LÍQUIDOS



PEGAMENTOS LÍQUIDOS

Calificaciones

E excelente • MB muy bueno • B bueno • R regular • P pobre

Marca Modelo / Cantidad País de origen	Información al consumidor	Materiales en que puede ser usado	Contenido neto (g)	Fuerza adhesiva en papel			Fuerza adhe- siva en madera	Evaluación global de calidad
			Declarado / Veri- ficado	Estado natural	A 40°C	A 5°C		
1 Resistol 850 / Chile	Completa	Papel, tela, madera, migajón, fotografías, cartón y cerámica	55.0 / 56.75 g	E	B	E	E	E
2 Bully Pegamento blanco escolar / México	Completa	Papel, cartulina, migajón y madera	35.0 / 38.06 g	B	MB	B	MB	MB
3 Pelikan Silicón líquido / México	Completa	Tela, madera, unisel, foamy, cartón, hule, cuero, vidrio, pedrería, papeles	100.0 / 105.71 ml	E	E	B	R	MB
4 ELMER'S E304 / E.U.A.	Incompleta. No presenta en idioma español la leyenda de no tóxico	Papel, tela, madera y cerámica	118.0 / 128.71 ml	MB	B	B	B	MB
5 Colorcitos Pegamento sintético / México	Completa	Madera, cartón, fibracel, triplay, formaica y papel	120.0 / 126.19	MB	B	R	B	MB
6 OfficeMax Pegamento blanco / China	Completa	Papel, tela y cartón	120.0 / 120.95 g	MB	R	R	B	B
7 PE-GAMUCHO Pegamento blanco sintético / México	Completa	Papel, madera, cartón, triplay, migajón y unisel	30.0 / 29.62 g	B	MB	R	B	B
8 Articolor Pegamento blanco escolar / México	Completa	Papel, cartón, piel, madera, migajón y tela	55.0 / 55.87 ml	B	B	R	B	B
9 TOP Pegamento blanco / China	Completa	Madera, cartón, papel y cartulina	40.0 / 39.81 g	B	R	R	B	B
10 Ke! Precio WGT0904B / China	Incompleta. No indica los materiales en los que puede ser usado	No indica	40.0 / 40.89 g	B	R	R	B	B
11 TRIS Pegamento blanco Disney princess / China	Completa	Papel, cartón, cartulina, tela y cuero	40.0 / 39.74 g	B	B	MB	R	B
12 JOCAR Pegamento blanco / China	Completa	Papel, cartón y madera	60.0 / 61.12 g	B	B	R	R	R
13 Stafford Pegamento escolar / México	Completa	Papel, cartón, migajón, carton- cillo y palitos de madera	60.0 / 61.71 g	B	B	R	R	R
14 Mendoza PB-60 / México	Completa	Papel, cartón y textiles	60.0 / 58.82 g	R	R	R	B	R
15 fix-up Pegamento vinílico / México	Completa	Papel, madera, migajón y cartón	125.0 / 130.44 g	B	R	R	R	R
16 COLOR'S Pegamento blanco / México	Completa	Papel y cartulina	250.0 / 215.70 g	R	R	P	R	P



PEGAMENTOS LÍQUIDOS

Estos productos en presentación escolar mostraron lo siguiente:

- Sólo dos modelos de los pegamentos analizados presentan incompleta su **información al consumidor**: ELMER'S E304, que no declara en español la leyenda "no tóxico", y Ke Precio WGT0904B, que no indica en qué materiales puede ser usado. Cabe mencionar que si bien esta última información no es obligatoria, sí es importante para el consumidor

- En cuanto al **contenido neto**, únicamente COLOR'S Pegamento blanco presentó 13.7% menos de lo declarado, porcentaje que rebasa la tolerancia marcada por la norma

- Hablando del **desempeño del pegado en papel**, todas las muestras analizadas pegan, no obstante algunas –de acuerdo a su composición– humedecen excesivamente el material donde se aplican –en este caso, hojas de papel Bond de 75 g/m²– por lo que la resistencia del papel disminuye considerablemente, además de provocar que las hojas queden visiblemente arrugadas cuando la cantidad de pegamento utilizado por hoja es alta. Por lo que, aunque todos pegan, la resistencia al despegado que medimos durante las pruebas a temperatura ambiente, baja y alta, varía de Pobre a Excelente.

Encontramos que el mejor **desempeño de pegado en papel** lo obtuvieron Resistol 850 y Pelikan Silicón líquido, siendo este último con base en agua, por lo que no es tóxico

- En cuanto al **desempeño del pegado en madera**, si bien algunos de los productos analizados no especifican que pueden pegar este tipo de materiales, todos fueron probados en madera ya que comúnmente este tipo de pegamentos líquidos es usado para realizar manualidades. El mejor en este rubro fue Resistol 850, seguido por Bully Pegamento blanco escolar

■ Detectamos que el pegamento PB-60 de la marca Mendoza despide **olores pestilentes** (como a podrido) en sus muestras analizadas



Calificaciones

E excelente
MB muy bueno
B bueno
R regular
P pobre

Información al consumidor

1.-No indica materiales en los que puede ser usado
2.-No presenta leyenda "No tóxico"

Materiales en que puede ser usado

Papel
Cartulina
Fotos
Tela y/o Tejidos
Cartón
Cromos y/o Estampas
Madera

Contracción de la barra

Cumple
No cumple

Calificaciones

E excelente
MB muy bueno
B bueno
R regular
P pobre



BARRAS ADHESIVAS



E
Pelifix
Lápiz
adhesivo /
China



MB
**Office
DEPOT**
Lápiz
adhesivo,
43936 /
China



MB
DIXON
Lápiz
adhesivo /
Corea



MB
UHU
stic/
Alemania



MB
MAE
Lam-9 /
China

Información al consumidor		Completa	Completa	Completa	Incompleta ¹	Incompleta ¹
Materiales en que puede ser usado					No indica	No indica
Contenido Neto (g)	Declarado	10.0	10.0	8.0	8.2	9.0
	Verificado	10.91	10.15	8.68	8.12	8.87
Adhesivo declarado vs. Útil (%)		100.8	89.8	94.1	94.3	86.4
Desempeño del elevador		E	B	E	E	E
Contracción de la barra						
Fuerza adhesiva (N)	Estado natural	E	E	R	MB	MB
	a 40°C	R	B	MB	R	B
	a 5°C	MB	MB	MB	MB	B

BARRAS ADHESIVAS
(CONTINUACIÓN)

MB
MANNY
GS-8D-30 /
Corea



MB
Resistol
LA101 /
México



MB
Bic
Stick /
China



B
BARRILITO
8GCH /
China



B
KE! PRECIO
WGT6400E /
China

Información al consumidor		Completa	Completa	Completa	Incompleta ^{1,2}	Incompleta ^{1,2}
Materiales en que puede ser usado					No indica	No indica
Contenido Neto (g)	Declarado	8.0	10.0	8.0	8.0	8.0
	Verificado	8.71	10.84	8.07	8.97	8.87
Adhesivo declarado vs. Útil (%)		98.0	100.0	89.9	99.4	96.8
Desempeño del elevador		R	R	E	B	E
Contracción de la barra						
Fuerza adhesiva (N)	Estado natural	B	B	B	R	B
	a 40°C	B	B	R	B	R
	a 5°C	MB	MB	MB	B	R



BARRAS ADHESIVAS

Calificaciones

E excelente • MB muy bueno • B bueno • R regular • P pobre

BARRAS ADHESIVAS (CONTINUACIÓN)

Información al consumidor		Pritt Original / México		BOMBIN Barra adhesiva / China		Bully Lápiz adhesivo escolar / México		OfficeMax Lápiz adhesivo 62274 / China		TOP Lápiz adhesivo / China	
Materiales en que puede ser usado		Completa		Incompleta ¹		Completa		Completa		Completa	
Contenido Neto (g)		11.0		No indica		11.0		10.0		8.0	
Declarado	Verificado	10.88		8.14		10.83		9.65		8.21	
Adhesivo declarado vs. Útil (%)		91.5		87.0		91.2		85.4		90.1	
Desempeño del elevador		P		E		P		R		P	
Contracción de la barra		✓		✓		✓		✓		✓	
Fuerza adhesiva (N)	Estado natural	B		R		R		MB		R	
	a 40°C	B		B		B		R		B	
	a 5°C	MB		B		MB		B		B	

BARRAS ADHESIVAS (CONTINUACIÓN)

Información al consumidor		Scotch 6008 / México		RIHAN TY310-8D/RH / China		JOCAR Lápiz adhesivo BATMAN / China		TOP NEON Lápiz adhesivo morado y rosa / China	
Materiales en que puede ser usado		Completa		Incompleta ¹		Completa		Incompleta ¹	
Contenido Neto (g)		8.0		No indica		9.0		8.0	
Declarado	Verificado	6.47		7.29		4.71		8.60	
Adhesivo declarado vs. Útil (%)		70.5		85.8		51.0		91.6	
Desempeño del elevador		B		E		E		B	
Contracción de la barra		✓		✗		✗		✓	
Fuerza adhesiva (N)	Estado natural	MB		R		B		P	
	a 40°C	R		R		R		P	
	a 5°C	B		R		R		P	

Información al consumidor

- 1.-No indica materiales en los que puede ser usado
- 2.-No presenta leyenda "No tóxico"

Materiales en que puede ser usado

- Papel
- Cartulina
- Fotos
- Tela y/o tejidos
- Cartón
- Cromos y/o estampas
- Madera

Contracción de la barra

- ✓ Cumple
- ✗ No cumple

Calificaciones

- E excelente
- MB muy bueno
- B bueno
- R regular
- P pobre

BARRAS ADHESIVAS

En los pegamentos en presentación tipo lápiz encontramos que:

■ Seis muestras presentaron incompleta la **información al consumidor**: UHU stic, MAE Lam-9, BOMBIN Barra adhesiva y RIHAN TY310-8D/RH, los cuales no indican los materiales en los que puede ser usados, y BARRILITO 8GCH y KE! PRECIO WGT6400E, que además no presentan la leyenda de "No tóxico"

■ En cuanto al **contenido neto**, la mayoría cumple, excepto Scotch 6008, que presentó 1.5 g menos que lo declarado, y JOCAR Lápiz adhesivo BATMAN, la cual presentó 4.3 g menos de lo declarado

■ El **adhesivo útil**, en la mayoría de las muestras, es menor a lo declarado como contenido neto, pues cierta cantidad de este adhesivo se queda en la base de su sistema elevador. No obstante, detectamos que algunos como Pelifix Lápiz adhesivo y Resistol LA101 contienen un poco más del adhesivo declarado para compensar la pérdida, siendo incluso el adhesivo útil igual o mayor al declarado

■ Para la prueba de **desempeño del elevador** se tomaron 15 muestras por marca y modelo a analizar, de las cuales cinco se prueban a baja temperatura, cinco más a temperatura ambiente y las restantes a temperatura alta, según la norma de referencia. Si falla un solo producto analizado del lote seleccionado –que deje de funcionar el sistema eleva-

dor con la barra afuera o adentro–, se puede considerar que todo el lote está defectuoso. Sin embargo, para la evaluación de la prueba en cuestión se consideraron **Buenos** aquellos productos que sólo presentaron falla en una temperatura en particular, **Regulares** los que presentaron falla en dos de las temperaturas de prueba y **Pobres** aquellos que presentaron

fallas en cada una de las temperaturas. Los que obtuvieron el mayor número de fallas fueron Pritt Original, Bully Lápiz adhesivo escolar y TOP Lápiz adhesivo, cuya calificación fue **Pobre**

■ En lo que respecta a la **contracción de la barra**, la cual generalmente se debe a que el producto tiene mucho tiempo en estante y/o su contenedor no cerró herméticamente –la causa principal–, lo que permite que el adhesivo se reseque y disminuya su adherencia y facilidad de aplicación, encontramos que los productos analizados que sobrepasan la

tolerancia especificada en la norma de referencia son: JOCAR Lápiz adhesivo, BATMAN, RIHAN TY310-8D/RH y Scotch 6008

■ En la evaluación del

desempeño del pegado en papel –uso para el que están destinados estos adhesivos– a temperatura ambiente, baja y alta, encontramos que, en comparación con el pegamento líquido, en las barras generalmente disminuye su adhesividad a temperaturas extremas, es decir bajas y altas. En este rubro, los productos que no presentan esta característica y hasta mejoran su adhesividad a estas temperaturas son DIXON Lápiz adhesivo, Bully Lápiz adhesivo escolar, TOP Lápiz adhesivo, Pritt Original, BOMBIN Barra adhesiva, Resistol LA101 y BARRILITO 8GCH





BOLÍGRAFOS

BOLÍGRAFOS

PUNTO MEDIANO, TINTA AZUL,
CON MECANISMO RETRÁCTIL

- Información al consumidor / **Completa**
- Acabados / **Sin defectos**
- Resistencia del mecanismo retráctil / **Sin falla** (después de 1000 ciclos)
- Toxicidad / **No cuantificable**

BOLÍGRAFOS

PUNTO MEDIANO, TINTA AZUL, SIN MECANISMO RETRÁCTIL

- Información al consumidor / **Completa**
- Acabados / **Sin defectos**
- Toxicidad / **BIC Diamante** cumple: Plomo 23.6 mg/kg. Todas las demás son **No cuantificable**



Calidad de escritura	Desempeño de escritura		Evaluación global de calidad
1 MAPED / Essentials Ice clic / China			
E	MB	B	MB
2 OFFICE MAX / 65812 / China			
E	B	MB	MB
3 ZEBRA / 7904-01 / Indonesia			
MB	R	B	B

Calidad de escritura	Desempeño de escritura		Evaluación global de calidad
4 OFIXPRES / 52697 / China			
E	E	E	E
5 BIC / Diamante / México			
E	MB	MB	MB
6 BOLEX / 011483 / México			
E	MB	MB	MB

Calidad de escritura	Desempeño de escritura		Evaluación global de calidad
7 BOLEX / Cristal / México			
E	MB	MB	MB
8 BOLEX / ECO / México			
E	MB	MB	MB
9 BOLEX / GRIP / México			
E	MB	MB	MB

Calidad de escritura	Desempeño de escritura		Evaluación global de calidad
10 LINC / TRENDY / India			
E	MB	MB	MB
11 LUMEN / 39724 / México			
E	MB	MB	MB
12 MAPED / Essentials Ice / China			
E	MB	MB	MB



Metros lineales de escritura



Rendimiento de escritura

BOLÍGRAFOS

En cuanto a plumas punto mediano con tinta azul, encontramos lo siguiente:

- Respecto a la **información al consumidor** todos los modelos analizados la presentaron completa

- Igualmente en **acabados**, ninguna de las muestras analizadas presentó defectos o fallas detectables a simple vista que demeritaran su presentación o funcionalidad

- En cuanto a la **calidad de escritura**, la gran mayoría de las muestras analizadas presentó un trazo constante, libre de chorreos graves o defectos de escritura hasta casi el final de su vida útil, casi todos calificaron de **Muy Bueno** a **Excelente**, excepto ZEBRA 7915-01 que calificó Bueno por presentar más fallas durante su trazo

- En cuanto al rendimiento en **metros lineales de escritura**, 63% de los bolígrafos analizados tienen un desempeño por arriba de los mil metros de escritura, siendo el más alto OFIXPRES 52697, con poco más de 1800 metros de escritura, seguido por BIC CRISTAL DURA + con poco más de 1600 metros
- El **rendimiento de escritura**, que consiste en la cantidad de tinta que un bolígrafo imprime por metro lineal, encontramos que osciló entre 2.8 a 5.6 mg/m. El bolígrafo que aplica más tinta por metro, cuya línea por lo tanto es más definida y de mayor grosor, fue el OFIXPRES 52697, seguido muy de cerca por el LUMEN 39724
- En este tipo de productos también se verifica que los **metales pesados** que pudieran estar presentes en los materiales pigmentados que conforman el cuerpo del producto estén por debajo de los límites permitidos. En todos los productos analizados, estos metales son prácticamente incuantificables, con excepción de BIC DIAMANTE, con contenido de plomo igual a 23.6 mg/kg. A pesar de esto, está muy por debajo de los 90 mg/kg de plomo biodisponible que permite la norma de referencia



Calidad de escritura	Desempeño de escritura		Evaluación global de calidad	
13 OFFICE MAX / 62125 / China				
E	B	MB	MB	
14 BIC / Cristal Dura + / México				
MB	MB	MB	MB	
15 OFFICE MAX / Ballpoint Pen (61125) / China				
MB	MB	MB	MB	

Calidad de escritura	Desempeño de escritura		Evaluación global de calidad	
16 A-INK / ABB-A / China				
MB	B	B	B	
17 ESCRIMEX / PLUBOL20512 / México				
MB	B	B	B	
18 PELIKAN / Tango / China				
MB	B	B	B	

Calidad de escritura	Desempeño de escritura		Evaluación global de calidad	
19 ZEBRA / 7915-01 / Indonesia				
B	B	B	R	

Calificaciones
E excelente
MB muy bueno
B bueno
R regular
P pobre



LÁPICES PARA ESCRITURA

■ Información al consumidor

*No indica el país de origen

^bNo indica la razón social

^cNo indica el domicilio del fabricante o importador

^dNo cuenta con empaque ni etiqueta que presente información comercial

■ Acabados / Sin defectos

■ Eficiencia de borrado / **Excelente** excepto para DIXON Lápiz Duo que no aplica (Lápiz bicolor, rojo y grafito)

■ Opacidad (grado 2); 85.23% A 94.47% / **Cumple**

■ Toxicidad / **No cuantificable**

Marca Modelo/ Material del cuerpo/ País de Origen	1 DIXON Lápiz Duo Madera No indica	2 NORMA Gignate Triangular (802087) Madera Indonesia	3 MAPED Black Pers Triangular Madera Vietnam	4 SHELY NEON-5 (184123) Madera Malasia	5 SMARTY 40059 Madera Vietnam	6 STAEDTLER 132 48-HB TH Madera Tailandia	7 STAEDTLER 13223SBK-1 NA Madera China	8 STAEDTLER RALLY 9122-2B12 Madera China
Información al consumidor	Incompleta ^d	Completa	Completa	Completa	Completa	Completa	Completa	Completa
Resistencia de puntillas	Muy alta	Muy alta	Alta	Alta	Alta	Alta	Alta	Alta
Evaluación global	E	E	E	E	E	E	E	E

Marca Modelo/ Material del cuerpo/ País de Origen	9 DIXON Ticonderoga (hexagonal) Madera No indica	10 MAE LM-72 Madera Vietnam	11 NORMA Triangular (359918) Madera Tailandia	12 OFFICE DEPOT 43959 Madera México	13 PELIKAN 214954 Madera Tailandia	14 PELIKAN 957047 Madera Vietnam	15 PELIKAN Ecológicos Sin madera México	16 STAEDTLER 13247C24A6 Madera Indonesia
Información al consumidor	Incompleta ^d	Completa	Completa	Completa	Completa	Completa	Completa	Completa
Resistencia de puntillas	Media	Media	Media	Media	Media	Media	Media	Media
Evaluación global	MB	MB	MB	MB	MB	MB	MB	MB

Marca Modelo/ Material del cuerpo/ País de Origen	17 STAEDTLER NORICA 132 46-HB TH Madera Alemania	18 STAEDTLER Sin Madera (292-30-HB-NA) Sin madera No indica	19 AZOR EKUZ Forma Triangular Sin madera México	20 BARRILITO 2LGB Madera México	21 BIC Conté Évolution Sin madera Francia	22 BIC Nuevo Évolution Amarillo Sin madera Francia	23 DIXON Mercurio Hexagonal Sin madera No indica	24 DIXON Ticonderoga Black Madera No indica
Información al consumidor	Completa	Incompleta ^a	Completa	Completa	Completa	Completa	Incompleta ^d	Incompleta ^d
Resistencia de puntillas	Media	Media	Baja	Baja	Baja	Baja	Baja	Baja
Evaluación global	MB	MB	B	B	B	B	B	B

Marca Modelo/ Material del cuerpo/ País de Origen	25 DIXON Ticonderoga Tri-Write (triangular) Madera No indica	26 DIXON METRICO 1910 Madera No indica	27 OFFICE MAX YELL-GRPH-12 (62173) Madera Pakistan	28 SMART PLUS 40055 Triangular Ergonómico Madera China	29 BUFFY BLA1806 Madera
Información al consumidor	Incompleta ^d	Incompleta ^d	Completa	Completa	Incompleta ^{a,b,c}
Resistencia de puntillas	Baja	Baja	Baja	Baja	Baja
Evaluación global	B	B	B	B	R

Calificaciones
E excelente
MB muy bueno
B bueno
R regular
P pobre





LÁPICES

En cuanto a los lápices con grafito número 2 para escritura, encontramos que:

- Algunos lápices no cuentan con empaque ni etiqueta que presente toda la información comercial requerida –se obtuvieron por pieza individual; fueron los casos DIXON, el LÁPIZ DUO, TICONDEROGA (HEXAGONAL), MERCURIO HEXAGONAL, TICONDEROGA BLACK, TICONDEROGA TRI-WRITE (TRIANGULAR) y METRICO 1910, así como STAEDTLER Sin madera (292 30-HB NA), el cual omite el país de origen y, BUFFY BLA1806, que además no incluye la razón social ni el domicilio del fabricante o importador

- 21% de las muestras analizadas están fabricadas “Sin madera”, por lo cual son amigables con el medio ambiente. El STAEDTLER Sin madera (292 30-HB NA) puede escribir con prácticamente todo el cuerpo del lápiz (excluyendo obviamente su goma incorporada) ya que todo pinta con la misma intensidad, sin desperdiciar.

- En cuanto a los acabados, todas las muestras analizadas están libres de defectos o fallas detectables a simple vista que demeriten su funcionalidad o presentación

- La resistencia de las puntillas varía entre 12 y 50 Newtons (N), calificando como **Media** las de 19 a 25 N, de 25 a 30 N como **Alta** y **Muy Alta** por arriba de los 30 N; por debajo de los 19 N la calificación fue de **Baja**, ya que estos pueden romperse continuamente durante su uso, dependiendo de la fuerza con que se escriba

- Respecto a la eficiencia de borrado, todas las gomas incorporadas a los lápices borran sin dejar mancha, por lo que calificaron **Excelente**. El único que no aplicó para esta prueba fue el lápiz DUO de DIXON, ya que por uno de sus lados (mitad) es un lápiz de grafito y por el otro lado un marcador de color rojo

- En cuanto a la opacidad o grado de oscuridad con que la mina del lápiz en cuestión cubre la hoja todos están en los límites que aplican para los lápices grado 2, que es entre 85 y 95%

- Verificamos que los metales pesados no excedieran los límites permitidos, y encontramos que en todos los productos analizados prácticamente son inexistentes



BORRADORES DE GOMA

GOMAS



BARRILITO
BWS30-2B /
China



DIXON
BS 30 /
México



MAPED
SOFTY (CD51178000) /
Francia



STAEDTLER
526T20LSA6 /
Tailandia



STAEDTLER
Portaborrador para lápiz
528 50 02 / Alemania

Información al consumidor
Acabados
% de desgaste de la goma
Eficiencia de borrado
Declaraciones
Toxicidad

Completa
Sin defectos
Muy bajo
E
No indica
No cuantificable

Completa
Sin defectos
Muy bajo
E
No tóxico
No cuantificable

Completa
Sin defectos
Muy bajo
E
No tóxico
No cuantificable

Completa
Sin defectos
Muy bajo
E
Sin látex
No cuantificable

Completa
Sin defectos
Muy bajo
E
Sin látex
No cuantificable

GOMAS (CONTINUACIÓN)



STAEDTLER
526 B30 02 /
Alemania



LEONCITO
UNI-8010 /
China



MAE
GM-30BE /
China



OFFICE MAX
62220 /
China



SMARTY
25941 /
México

Información al consumidor
Acabados
% de desgaste de la goma
Eficiencia de borrado
Declaraciones
Toxicidad

Completa
Sin defectos
Bajo
E
Sin látex
No cuantificable

Completa
Sin defectos
Medio
E
No tóxico
No cuantificable

Completa
Sin defectos
Alto
E
No tóxico
No cuantificable

Completa
Sin defectos
Alto
E
No indica
No cuantificable

Completa
Sin defectos
Alto
E
No tóxico
No cuantificable

GOMAS (SIN PVC)



STAEDTLER
Borrador Cubierto 525
Ps2 / China



MAPED
XPERT /
Francia



MAPED
ZENOA /
China



STAEDTLER
525 001A6 /
China



STAEDTLER
525 B20 /
Taiwan

Información al consumidor
Acabados
% de desgaste de la goma
Eficiencia de borrado
Declaraciones
Toxicidad

Completa
Sin defectos
Muy bajo
E
Sin PVC
No cuantificable

Completa
Sin defectos
Bajo
E
Sin PVC
No cuantificable

Completa
Sin defectos
Bajo
E
Sin PVC
No cuantificable

Completa
Sin defectos
Bajo
E
Sin PVC
No cuantificable

Completa
Sin defectos
Bajo
E
Sin PVC
No cuantificable



STAEDTLER
Portagoma Triangular
525Ps3bka6 / No Indica

Incompleta (no presenta país de origen)
Sin defectos
Muy bajo
E
No indica
No cuantificable



Jovi
Jovi 220 /
España

Completa
Sin defectos
Bajo
E
No indica
No cuantificable



MAPED
Soft 30 (112310) /
China

Completa
Sin defectos
Bajo
E
No tóxico
No cuantificable



OFFICE DEPOT
42692 / China

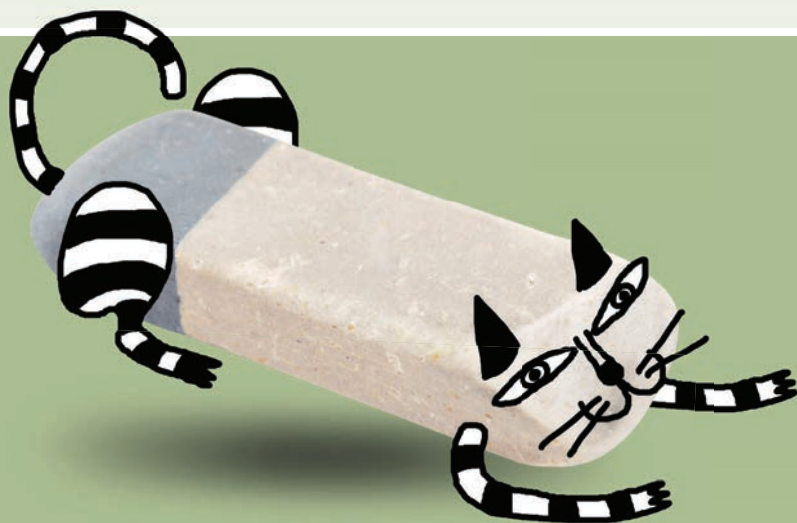
Completa
Sin defectos
Bajo
E
No indica
No cuantificable



STAEDTLER
526 50 / Alemania

Completa
Sin defectos
Bajo
E
Sin látex
No cuantificable

El PVC (policloruro de vinilo) es un material de origen químico y tóxico que genera un impacto negativo al medio ambiente durante su producción, uso y disposición, por lo que algunas organizaciones ambientales a nivel mundial promueven su eliminación en la fabricación de productos de consumo, como es el caso de las gomas



BORRADORES DE GOMA

En estos productos encontramos lo siguiente:

- **Todas** las muestras analizadas presentan **completa la información**

- **El desgaste** más alto lo presentaron **tres de las gomas de PVC** y una de las que declaran ser **libres de PVC**: SMARTY 25941, MAE GM-30BE, OFFICE MAX 62220 y PELIKAN WS 30
- **Algunas** de las gomas de la marca STAEDTLER declaran ser **sin látex**: 526T20LSA6, PORTA BORRADOR PARA LÁPIZ 528 50 02, 526 50 y 526 B30 02

■ **En eficiencia** de borrado, **todas** calificaron como **Exce-lente** en esta prueba, ya que **borraron sin dejar mancha**

■ **Encontramos** que ninguna de las muestras analizadas presenta metales pesados –como cromo, cadmio o plomo–, que puedan ser absorbidos por el usuario



STAEDTLER
Ergonómico 525 002 A6
/ China

Completa
Sin defectos
Bajo
E
Sin PVC
No cuantificable



PELIKAN
WS 30 /
México

Completa
Sin defectos
Alto
E
Sin PVC
No cuantificable

al consumidor, **excepto** STAEDTLER PORTAGOMA TRIANGULAR 525PS3BKA6, que no indica el país de origen

- En los acabados, **ninguna** de las muestras presentó **defectos** o contaminación detectables a simple vista
- **Encontramos** siete muestras que declaran ser libres de PVC: STAEDTLER el BORRADOR CUBIERTO 525 PS2, la 525 001 A6, la 525 B20 y el ERGONÓMICO 525 002 A6; De MAPED la X PERT y la ZENOA



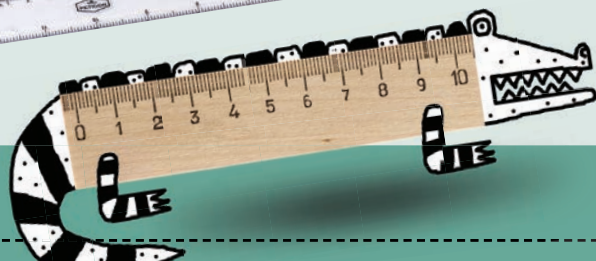
REGLAS

Encontramos que:

- En cuanto a **información al consumidor**, cuatro de las muestras analizadas no presentan la identificación de la unidad de medida para la graduación: BACK 2 SCHOOL WAT5045Z, KUM Regla para Zurdo de Plástico, SCOLA Regla Colores (Plástico) 280307 y OFFICEMAX 63328; las restantes sí presentan completa la información requerida
- En cuanto a **acabados**, 41% de los productos presentaron defectos tales como mala impresión, rayaduras, raspaduras, desprendimiento de pintura en la escala y/o rebabas
- En la **linealidad del trazo**, tres reglas presentan irregularidad en al menos uno de sus cantos: OFFICEMAX 63328, DANPEX Flexi Regla, 1136 y PETIGON Regla de Plástico de 30 cm

■ En la **exactitud de la escala**, todas las reglas analizadas cumplen satisfactoriamente

- Respecto a la **flexión a temperatura ambiente**, encontramos que las que no se ostentan como flexibles, al ser flexionadas se fracturan pero sin dejar astillas pronunciadas que pudieran ser riesgosas para el usuario; mientras que sólo cuatro de las siete, que sí se ostentan como flexibles, sí presentan daño permanente después de una flexión máxima, sin embargo, no se rompen



REGLAS DE PLÁSTICO (FLEXIBLES) DE 30 CM

Calificaciones

E excelente • MB muy bueno • B bueno • R regular • P pobre

Marca Modelo / Cantidad País de origen	Información al consumidor	Acabados	Linealidad del trazo	Exactitud de la escala	Comportamiento a la flexión	Evaluación global de calidad
1 FLEXIBLE 65612 / China	Completa	Sin defectos	Correcta	Cumple	Flexible (se recupera después de una flexión máxima sin presentar daño o rotura)	E
2 MAPED Irrompible 26006 / México	Completa	Sin defectos	Correcta	Cumple	Flexible (presenta daño después de una flexión máxima, sin romperse)	E
3 OFFICE DEPOT Regla Flexible, 43810 / China	Completa	Sin defectos	Correcta	Cumple	Flexible (se recupera después de una flexión máxima sin presentar daño o rotura)	E
4 KUM Regla para Zurdo de Plástico / Alemania	Incompleta ¹	Sin defectos	Correcta	Cumple	Flexible (presenta daño después de una flexión máxima, sin romperse)	E
5 BARRILITO Transparente RF30N / México	Completa ¹	b	Correcta	Cumple	Flexible (presenta daño después de una flexión máxima, sin romperse)	E
6 OFFICEMAX 63328 / China	Incompleta	Sin defectos	Irregular	Cumple	Flexible (presenta daño después de una flexión máxima, sin romperse)	B
7 DANPEX Flexi Regla, 1136 / China	Completa	a, b, e	Irregular	Cumple	Flexible (se recupera después de una flexión máxima sin presentar daño o rotura)	B

REGLAS DE PLÁSTICO DE 30 CM

Marca Modelo / Cantidad País de origen	Información al consumidor	Acabados	Linealidad del trazo	Exactitud de la escala	Comportamiento a la flexión	Evaluación global de calidad
8 LEONCITO Regla de Plástico Escolar / China	Completa	Sin defectos	Correcta	Cumple	Se fractura sin presentar astillas	E
9 MAPED 271410 / México	Completa	Sin defectos	Correcta	Cumple	Se fractura sin presentar astillas	E
10 SABLÓN Regla Flexible No Astillable, 1075 / México	Completa	Sin defectos	Correcta	Cumple	Se fractura sin presentar astillas	E
11 TRIS Regla "Cars", 627731 / China	Completa	Sin defectos	Correcta	Cumple	Se fractura sin presentar astillas	E
12 VINCI Regla de 30 cm / México	Completa	Sin defectos	Correcta	Cumple	Se fractura sin presentar astillas	E
13 BACK 2 SCHOOL WAT5045Z / China	Incompleta ¹	b	Correcta	Cumple	Se fractura sin presentar astillas	MB
14 ARLY Lupa (213) / México	Completa	b, f	Correcta	Cumple	Se fractura sin presentar astillas	MB
15 BACO Con "B" de Bueno, N° 5030 / México	Completa	b, f	Correcta	Cumple	Se fractura sin presentar astillas	MB
16 SCOLA Regla Colores (Plástico) 280307 / México	Incompleta ¹	b, f	Correcta	Cumple	Se fractura sin presentar astillas	MB
17 PETIGON Regla de plástico de 30 cm / Méxic	Completa	e	Irregular	Cumple	Se fractura sin presentar astillas	B

Información al consumidor

1.-No presenta identificación de la unidad de medida utilizada para la indicación de la graduación.

Acabados

a.-Presenta defectos de impresión

b.-Presenta rayaduras

c.-Presenta raspaduras

d.-Presenta desprendimiento de

pintura en la escala

e.-Presenta rebabas

f.- Presenta manchas



TIJERAS

TIJERAS ESCOLARES

MAE
MT-4 / China



Maped
Reflex 3D vivo para zurdos 472730 / China



Pelikan
Tijera escolar 5" / China



Pelikan
Ultra Safe / China



Petigon
Tijera escolar 5" / México



Información al Consumidor		Completa	Completa	Completa	Completa	Completa
Partes punzocortantes y/o rebabas		No presenta	No presenta	No presenta	No presenta	No presenta
Ángulo de filo		Cumple	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple
Punta roma	Hojas abiertas	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple
	Hojas cerradas	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple
Oxidación		Sin presencia de óxido	Sin presencia de óxido	Sin presencia de óxido	No aplica	Sin presencia de óxido
Materiales		Acero inoxidable	Acero inoxidable	Acero inoxidable	Plástico	Acero inoxidable

TIJERAS ESCOLARES (CONTINUACIÓN)

Pelikan
Super Soft / China



Barrilito
B60 / China



DELTA
D10 / China



RIHAN
SCHR024 / China



MAE
MT-5R / China



Información al Consumidor		Completa	Completa	Completa	Completa	Incompleta ^d
Partes punzocortantes y/o rebabas		No presenta	Presenta rebabas	Presenta rebabas	Presenta rebabas	Presenta rebabas
Ángulo de filo		Cumple	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple
Punta roma	Hojas abiertas	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple
	Hojas cerradas	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple	Cumple
Oxidación		Con presencia de óxido	Con presencia de óxido	Con presencia de óxido	Con presencia de óxido	Con presencia de óxido
Materiales		Acero inoxidable	Acero inoxidable	Acero inoxidable	Acero inoxidable	Acero inoxidable

TIJERAS ESCOLARES (CONTINUACIÓN)

Swingline
P1617 / China



Información al Consumidor		Incompleta ^{d, f}
Partes punzocortantes y/o rebabas		Presenta rebabas
Ángulo de filo		No cumple
Punta roma	Hojas abiertas	Cumple
	Hojas cerradas	No cumple
Oxidación		Con presencia de óxido
Materiales		Acero inoxidable

Información al Consumidor

- a.- No presenta en el producto las palabras en idioma español
- b.- No presenta en el envase las palabras en idioma español
- c.- No indica material de fabricación.
- d.- No indica denominación del producto.
- e.- No presenta en el producto la marca
- f.- No presenta en el producto la descripción del material con que está fabricada
- g.- No presenta en el envase la descripción del material con que está fabricada
- h.- No presenta indicación del contenido

Calificaciones

- E excelente
- MB muy bueno
- B bueno
- R regular
- P pobre
- NC No cumple



E

PILOT
F-5 / China



B

JOCAR
JCP53A / China



B

Maped
470222 / China



B

Maped
Mágica, 379230 / China



B

Maped
TATOO GIRLY, 470011 / China



B

Maped
TATOO SOFT, 379220 / China



B

Maped
zenoa fit, 670221 / China

Completa
No presenta
Cumple
Cumple
Cumple
Sin presencia de óxido
Acero inoxidable

Completa
No presenta
Cumple
Cumple
Cumple
Con presencia de óxido
Acero inoxidable

Completa
No presenta
Cumple
Cumple
Cumple
Con presencia de óxido
Acero inoxidable

Completa
No presenta
Cumple
Cumple
Cumple
Con presencia de óxido
Acero inoxidable

Completa
No presenta
Cumple
Cumple
Cumple
Con presencia de óxido
Acero inoxidable

Completa
No presenta
Cumple
Cumple
Cumple
Con presencia de óxido
Acero inoxidable

Completa
No presenta
Cumple
Cumple
Cumple
Con presencia de óxido
Acero inoxidable



R

SCHOOLIO
OfficeMax / 70243 / China



R

SELANUSA
SA2025 / China



NC

ASHA
ASHA55 / China



NC

KePrecio
WVT4203B / China



NC

MAE
MT-5B / China



NC

TRIS
Winnie the Pooh / 633084 / China



NC

KIEL
TS-789 / China

Incompleta ^d
Presenta rebabas
Cumple
Cumple
Cumple
Con presencia de óxido
Acero inoxidable

Incompleta ^{g,h}
Presenta rebabas
Cumple
Cumple
Cumple
Con presencia de óxido
Acero inoxidable

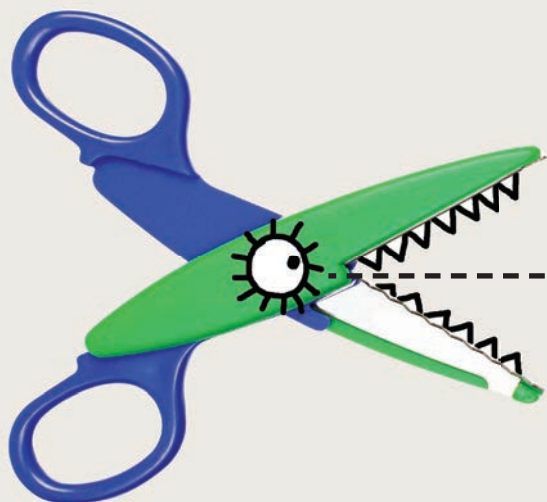
Completa
Presenta rebabas
Cumple
Cumple
Cumple
Con presencia de óxido
No es acero inoxidable

Incompleta ^{e,f,g}
Presenta rebabas
Cumple
Cumple
No cumple
Con presencia de óxido
Acero inoxidable

Incompleta ^d
Presenta rebabas
No cumple
Cumple
Cumple
Con presencia de óxido
Acero inoxidable

Incompleta ^{d,f}
No presenta
No cumple
Cumple
No cumple
Con presencia de óxido
Acero inoxidable

Incompleta ^{a,b,c,d}
No presenta
No cumple
Cumple
No cumple
Con presencia de óxido
Acero inoxidable



PARA QUE SAQUES UN 10 EN CONSUMO RESPONSABLE, Y CONOZCAS Y EJERZAS TUS DERECHOS COMO CONSUMIDOR, CONSULTA A PARTIR DE AGOSTO NUESTRA **GUÍA DE REGRESO A CLASES 2015** EN NUESTRO SITIO **PROFECO.GOB.MX**. TAMBIÉN PREGUNTA EN TU DELEGACIÓN O EN EL TELÉFONO DEL CONSUMIDOR **55 688 722 0** AL **01 800 468 8722** DONDE SE LLEVARÁ A CABO LA **FERIA DE REGRESO A CLASES** MÁS CERCANA A TU LOCALIDAD



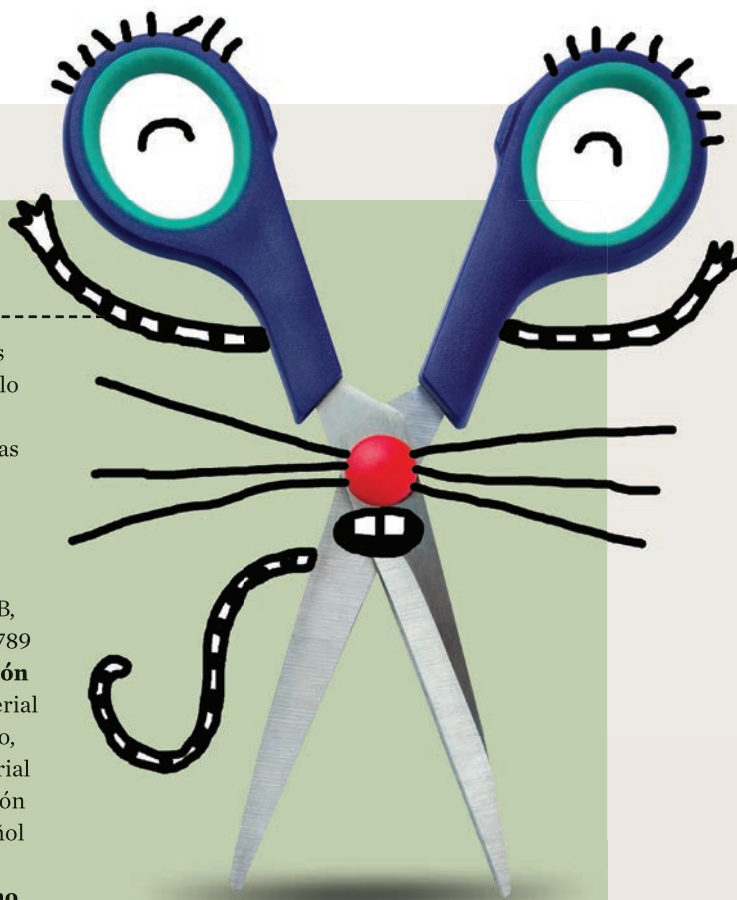
TIJERAS

Analizamos las que se venden como tijeras escolares o escolar papelería y detectamos lo siguiente:

- **Casi un tercio** de las muestras analizadas presentan **incompleta** la información al consumidor requerida en la normatividad nacional vigente, entre ellas MAE MT-5R y MT-5B, SCHOOLIO, OfficeMax 70243, SELANUSA SA2025, KePrecio WVT4203B, TRIS Winnie the Pooh 633084, KIEL TS-789 y Swingline P1617, que **omiten información** en el empaque y/o el producto como: material de fabricación, denominación del producto, marca, contenido, la descripción del material con que está fabricada o bien, la información está escrita en una lengua distinta al español
- En cuanto a partes punzo-cortantes y/o rebabas, **40%** de las muestras analizadas **no cumple**

■ **Para prevenir lesiones**, el ángulo de filo no debe ser mayor a 10° de acuerdo con la norma; sin embargo la MAE MT-5B, TRIS Winnie the Pooh 633084, la KIEL TS-789 y Swingline P1617 presentan ángulos superiores a lo permitido

- En el **mercado nacional** existen algunas tijeras que **no indican** ser “escolar” o “papelería escolar” o “escolar papelería”, no obstante de acuerdo al criterio en materia de certificación se define que la tijera escolar es un “Instrumento para cortar, compuesto por dos piezas denominadas hojas cuya geometría en la punta es redonda (punta roma), articuladas por un eje que puede ser un tornillo o un remache, y es capaz de cortar materiales en las etapas preescolar y escolar (papel, cartulina, cartoncillo e hilos de estambre) incluyendo a aquellas que su empaque o la presentación gráfica de este y/o el diseño del producto inducen a su uso por los infantes en etapa



escolar correspondiente”; definición que nos invita a probar todas aquellas tijeras que por sus características físicas pueden inducir a error al consumidor

- **Verificamos** que, tal como indica la norma de referencia para evitar lesiones, la punta roma de las tijeras tuviera un radio mínimo de 3.97 mm con las cuchillas cerradas o abiertas. Todas las muestras analizadas cumplen cuando son probadas con las hojas abiertas, pero los siguientes modelos incumplen cuando las hojas están cerradas: KePrecio WVT4203B, TRIS Winnie the Pooh 633084, KIEL TS-789 y Swingline P1617

■ Todas las tijeras analizadas, con excepción de la Pelikan Ultra Safe, son de acero y cerca de **79%** muestra una ligera **presencia de óxido** en sus hojas

- De las tijeras que declaran ser de acero inoxidable, **sólo** la ASHA ASHA55 **no dio positivo** para este material, por lo que **no cumple**



Para más información sobre este estudio, llama al Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor, al 5544-2122 en el área metropolitana de la Ciudad de México. Puedes consultar otros estudios de calidad en nuestro sitio www.profeco.gob.mx



Recomendaciones y consideraciones

1 Recuerda que por lo general muchos de los **útiles del ciclo pasado** o incluso de los anteriores se pueden seguir utilizando. Antes de comprar, revisa su estado actual.

2 Revisa que el **pegamento líquido** tenga una consistencia fluida pero espesa, libre de natas o grumos, y que no despidan olores pestilentes.

3 Antes de adquirir un **bolígrafo**, comprueba que pinte correctamente; si el empaque no permite probarlo, revisa que este se encuentre perfectamente sellado y en buen estado.

4 Prefiere **plastilinas** en envoltura plástica, cerrada herméticamente, ya que esto las conserva en buen estado por más tiempo.

5 La **decoración** de estos productos -como imágenes o acabados vistosos- no contribuye a su calidad y desempeño, pero sí incrementa su precio.

6 Para los productos cuya **calidad es similar**, los gustos y el poder adquisitivo son el factor para elegir.

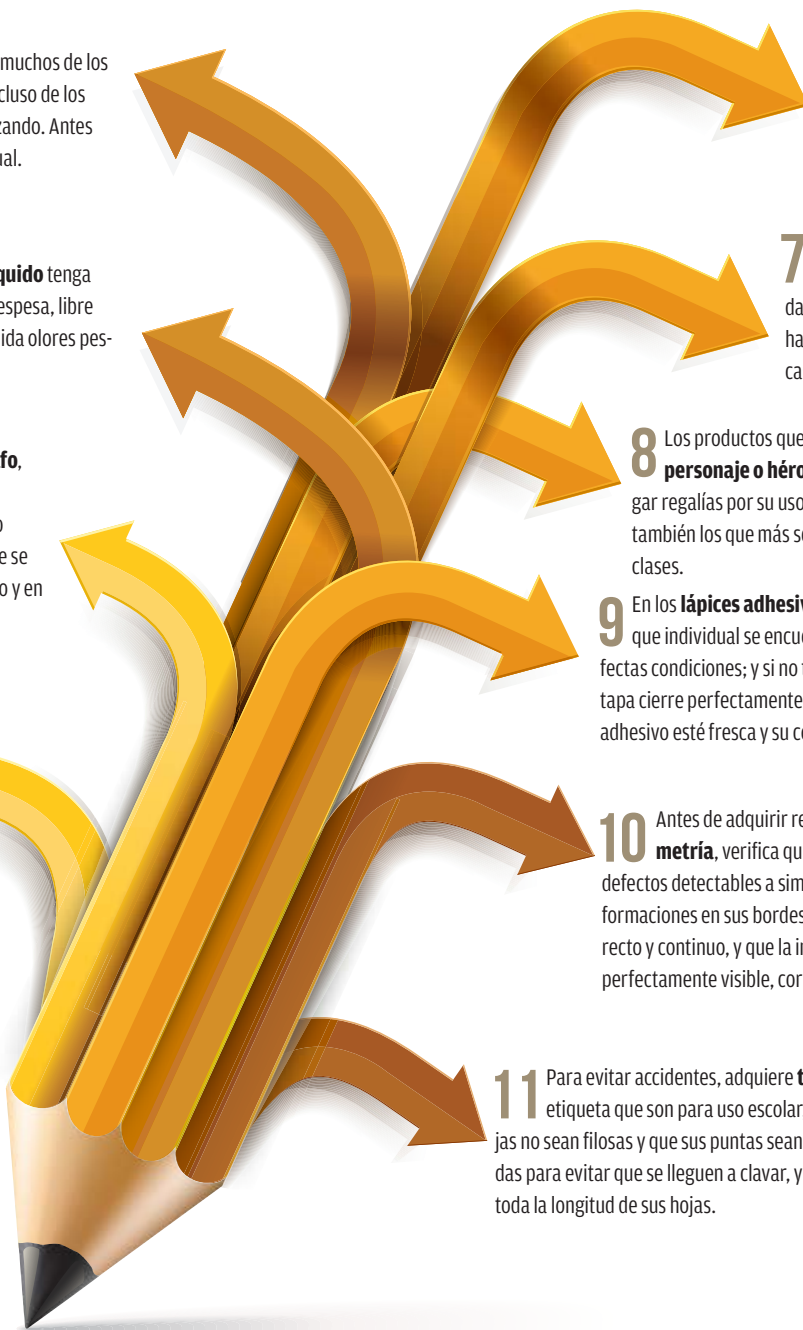
7 Adquiere tus útiles en **tien-
das establecidas** y guarda tu ticket de compra para hacer efectiva la garantía en caso necesario.

8 Los productos que ofrecen la **imagen del personaje o héroe de moda** tienen que pagar regalías por su uso, suelen ser más caros y también los que más se extravían en el salón de clases.

9 En los **lápices adhesivos**, checa que su empaque individual se encuentre cerrado y en perfectas condiciones; y si no tiene empaque, que su tapa cierre perfectamente y que la superficie del adhesivo esté fresca y su consistencia sea pegajosa.

10 Antes de adquirir reglas o **juegos de geometría**, verifica que estas estén libres de defectos detectables a simple vista -rebabas o deformaciones en sus bordes- que impidan un trazo recto y continuo, y que la impresión de la escala sea perfectamente visible, correcta y completa.

11 Para evitar accidentes, adquiere **tijeras** que indiquen en su etiqueta que son para uso escolar, verificando que sus hojas no sean filosas y que sus puntas sean suficientemente redondas para evitar que se lleguen a clavar, y con un mismo ancho en toda la longitud de sus hojas.



Precios mínimos y máximos de útiles escolares en las ciudades de México y zona Metropolitana, Mérida y Villahermosa / Precios recopilados del 1 al 5 de junio de 2015

Marca / Modelo / Presentación / País de origen	Ciudad de México y zona Metropolitana			Mérida			Villahermosa		
	Precio mínimo o único	Tienda (Sucursal)	Precio máximo	Tienda (Sucursal)	Precio mínimo o único	Tienda (Sucursal)	Precio máximo	Tienda (Sucursal)	
BARRAS ADHESIVAS									
Pelikan / Pelifix / Lápiz adhesivo / Blister 1 pieza 10 g / China	\$9.00	Dabo (Rojo Gómez / Tlalpan)	\$10.75	Marchand (Sor Juana)	-	-	-	-	
Office Depot / Lápiz adhesivo, 43936 / Blister 1 pieza 8.2 g / China	\$1990	Office Depot (Del Valle / Miramontes / Mixcoac / Modelo Gustavo Baz / Patriotismo / Santa Mónica / Satélite / Villa Coapa / Zaragoza)	-	-	\$1990	Office Depot (Plaza Dorada)	-	Office Depot (404 / Villahermosa 415)	
Uhu / stic / Blister 1 pieza 8.2 g / Alemania	\$9.30	Chedraui (Mundo E)	\$15.50	Dabo (Tlalpan / Rojo Gómez)	\$10.50	Paperería del Ahorro (Ahorro 1)	\$13.50	Comercial Mexicana / Mega Comercial Mexicana (Los Balcones)	
Resistol / LA101 / Blister 1 pieza 10 g / México	\$13.30	Bodega Comercial Mexicana (Azcapotzalco / Santa María La Ribera / Zaragoza) / Chedraui (Universidad / Zaragoza) / Comercial Mexicana (Villa Coapa) / Mega Comercial Mexicana (Arboledas / Mixcoac / Rojo Gómez)	\$15.31	Marchand (Sor Juana)	\$13.30	Comercial Mexicana / Chedraui / Mega Comercial Mexicana (Los Balcones)	-	Chedraui (Carrizal / Olme-ca Selecto / Plaza Krystal / Plaza Las Américas) / Mega Comercial Mexicana (Hermosa Depo)	
Bic / Stick / Blister 1 pieza 8 g / China	\$9.40	Bodega Aurrera (Plaza Aragón / Villa Coapa) / Chedraui (Coapa / Mundo E / Zaragoza)	\$11.30	Bodega Comercial Mexicana (Azcapotzalco / Zaragoza) / Comercial Mexicana (El Dorado / Villa Coapa) / Mega Comercial Mexicana (Arboledas / Mixcoac / Pílares / Rojo Gómez)	\$9.50	Walmart	\$11.30	Comercial Mexicana / Mega Comercial Mexicana (Los Balcones)	
Pritt / Original / Blister 1 pieza 11 g / México	\$11.80	Walmart (Las Américas)	\$17.40	Tony Súper Papelerías (Tlalnepantla)	\$12.40	Tony Súper Papelerías (54) / Ofix	\$17.40	Bodega Aurrera	
Bully / Lápiz adhesivo escolar / Blister 1 pieza 11 g / México	\$9.80	Bodega Comercial Mexicana (Santa María La Ribera / Zaragoza) / Comercial Mexicana (El Dorado) / Mega Comercial Mexicana (Arboledas / Pílares / Rojo Gómez)	\$11.90	Tony Súper Papelerías (Tlalnepantla)	\$9.00	Comercial Mexicana	\$11.90	Tony Súper Papelerías (Hermosa Depo)	
OfficeMax / Lápiz adhesivo, 62274 / Blister 4 piezas 10 g c/u / China	\$23.90	Office Max (Arboledas 110 / Insurgentes / Pronto Satélite 215 / Revolución / Villa Coapa)	-	-	-	-	-	Office Max	

Scotch / 6008 / Blister 1 pieza 8 g / México	\$14.00	Bodega Comercial Mexicana (Santa María La Ribera / Azcapotzalco) / Chedraui Coapa / Mundo E / Universidad / Zaragoza) / Comercial Mexicana (El Dorado / Villa Coapa) / Mega Comercial Mexicana (Arboledas / Mixcoac / Pilares / Rojo Gómez) / Mercado Soriana (Cd. Azteca)	-	\$14.00	Comercial Mexicana / Chedraui / Mega Comercial Mexicana (Los Balcones)	-	\$14.00	Chedraui (Carrizal / Olmeca Selecto / Plaza Krystal / Plaza Las Américas) / Mega Comercial Mexicana (Hermosa Depo)	-
BOLÍGRAFOS PUNTO MEDIANO, TINTA AZUL, CON MECANISMO RETRÁCTIL									
Office Max / 65812 / Caja 12 piezas / China	\$39.90	Office Max (Arboledas 110 / Insurgentes / Revolución / Villa Coapa)	-	-	-	-	\$40	Office Max	-
BOLÍGRAFOS PUNTO MEDIANO, TINTA AZUL, SIN MECANISMO RETRÁCTIL									
Ofixpres / 52697 / Caja 12 piezas / China	\$22.50	Office Depot (Miramontes / Mixcoac / Modelo Gustavo Baz / Patriotismo / Santa Mónica / Villa Coapa / Zaragoza)	-	\$22.50	Office Depot	-	\$22.50	Office Depot (404)	-
Bic / Diamante / Caja 12 piezas / México	\$43.71	Marchand (Florenia)	\$49.00	Lumen (Villa Coapa)	Optivosa (65)	\$50.40	\$44.16	Compucoapias	\$56.64
Lumen / 39724 / Caja 12 piezas / México	\$17.90	Hiperlumen (Relox / Satélite) / Lumen (La Salle / Patriotismo / Villa Coapa)	-	-	-	-	-	-	-
Bic / Cristal Dura + / Bolsa 4 piezas / México	\$14.33	Tienda UNAM (02)	\$20.90	Hiperlumen (Relox / Satélite) / Lumen (La Salle / Patriotismo / Villa Coapa)	Papelaría del Ahorro (Ahorro 1) / Ofix	\$18.80	\$16.90	Ofix (Villahermosa)	\$19.10
Bic / Cristal Dura + / Caja 12 piezas / México	\$24.90	Tony Súper Papelerías (Tlalnepantla)	\$36	Dabo (Rojo Gómez / Tlalpan)	Tony Súper Papelerías	\$34	\$26.70	Tony Súper Papelerías	\$36.50
CUADERNOS TAMAÑO PROFESIONAL, NO PLASTIFICADOS									
Scribe / Espiral Escolar Plus / 100 hojas / México	\$9.90	Bodega Aurrerá (Cantill) / Chedraui (Zaragoza)	\$12.50	Bodega Comercial Mexicana (Azcapotzalco / Santa María La Ribera / Zaragoza) / Dabo (Tlalpan) / Mega Comercial Mexicana (Arboledas / Mixcoac / Pilares / Rojo Gómez)	Chedraui	\$12.50	\$9.90	Bodega Aurrerá / Chedraui (Plaza Las Américas)	\$17.00
Scribe / Mega Plus / 100 Hojas / México	\$10.50	Tony Súper Papelerías (Tlalnepantla)	\$12.50	Comercial Mexicana (El Dorado) / Dabo (Tlalpan) / Mega Comercial Mexicana (Arboledas)	Chedraui	\$12.50	\$9.90	Chedraui (Plaza Las Américas)	\$17.00
Scribe / Mega Plus / 100 Hojas / México	\$10.50	Tony Súper Papelerías (Tlalnepantla)	\$12.50	Comercial Mexicana (El Dorado) / Dabo (Tlalpan) / Mega Comercial Mexicana (Arboledas)	Chedraui	\$12.50	\$9.90	Chedraui (Plaza Las Américas)	\$17.00

Nota. Las direcciones de los establecimientos que se muestran en el cuadro, las puede solicitar en el teléfono \$655-6700 ext. 1621 o en el correo quienesquien@profeco.gob.mx.

Precios mínimos y máximos de útiles escolares en las ciudades de México y zona Metropolitana,
Mérida y Villahermosa / Precios recopilados del 1 al 5 de junio de 2015

Marca / Modelo / Presentación / País de origen	Ciudad de México y zona Metropolitana				Mérida			Villahermosa		
	Precio mínimo o único	Tienda (Sucursal)	Precio máximo	Tienda (Sucursal)	Precio mínimo o único	Tienda (Sucursal)	Precio máximo	Precio mínimo o único	Tienda (Sucursal)	Precio máximo
CUADERNOS TAMAÑO PROFESIONAL, PLASTIFICADOS										
Norma / Color / 100 hojas / México	\$39.81	Marchand (Floresncia)	\$49.90	Lumen (La Salle) / Lumen (Patriotismo)	\$41.90	Papelaría Farah (60)	\$49.00	Office Depot (Plaza Dorada)	Tony Súper Papelerías	\$59.00
Shot Point / 33883 Costido / 100 hojas / China	\$48.90	Hiperlumen (Relox / Satélite) / Lumen (Patriotismo)	-	-	-	-	-	-	-	-
Inspira / Libreta profesional multimatéricas / 150 hojas / China	\$93.00	Soriana (Coapa)	-	-	-	-	-	-	-	-
Norma / Jean Book / 100 hojas / México	\$49.60	Dabo (Rojo Gómez / Tlalpan)	\$62.50	Office Depot (Santa Mónica) / Office Max (Arboledas 110 / Insurgentes / Revolución)	\$49.00	Chedraui	\$59.00	Office Depot (Plaza Dorada)	Soriana	\$65.00
Norma / Kut / 100 hojas / México	\$49.00	Bodega Aurrera (Cantil / Plaza Aragón / Unidad Zaragoza / Villa Coapa) / Chedraui (Zaragoza)	\$61.80	Office Max (Arboledas 110 / Insurgentes / Pronto Satélite 215 / Revolución)	\$49.00	Chedraui	\$59.30	Mega Comercial Mexicana (Los Balcones) / Comercial Mexicana	Bodega Aurrera	\$59.90
Scribe / Doble o Kids / 100 hojas / México	\$38.70	Dabo (Tlalpan)	\$45.50	Comercial Mexicana (Villa Coapa) / Mega Comercial Mexicana (Mixcoac / Rojo Gómez)	\$29.10	Tony Súper Papelerías	\$45.50	Mega Comercial Mexicana (Los Balcones)	Tony Súper Papelerías	\$45.00
Rhein / Clubes Europeos / 150 hojas / Chile	\$125.00	Office Depot (Del Valle / Miramontes / Santa Mónica / Villa Coapa)	-	-	\$125.00	Office Depot	-	-	-	-
Rhein / Super Class / 150 hojas / Chile	\$112.00	Office Max (Revolución)	\$115.00	Office Depot (Modelo Gustavo Baz / Patriotismo / Santa Mónica / Villa Coapa / Zaragoza)	\$115.00	Office Depot	-	-	-	-
Mead / Five star 3 materias / 150 hojas / E.U.	\$58.50	Dabo (Tlalpan)	-	-	\$83.00	Office Depot	-	-	-	-
GOMAS										
Maped / Mini Softy (Cd51178000) / Blister 6 piezas / Francia	\$15.21	Hiperlumen (Satélite)	\$21.90	Chedraui (Coapa / Universidad) / Office Max (Arboledas 110 / Insurgentes / Revolución / Villa Coapa)	\$15.06	Optivosa (65)	-	-	Chedraui (Olmea Selecto / Plaza Krystal) / Office Max	\$22.90
									Chedraui (Plaza Las Américas)	

Office Depot / 42692 / Blister 2 piezas / China	\$5.00	Office Depot (Del Valle / Miramontes / Mixcoac / Modelo Gustavo Baz / Patriotismo / Santa Mónica / Satélite / Villa Coapa / Zaragoza)	-	-	\$5.00	Office Depot (Plaza Dorada)	-	-	\$5.00	Office Depot (404 / Villahermosa 415)	-	-
Staedtler / 526 50 / Blister 1 pieza / Alemania	\$22.50	Hiperlumen (Relox / Satélite) / Lumen (La Salle / Patriotismo) / Office Depot (Del Valle / Mixcoac / Modelo Gustavo Baz / Patriotismo / Satélite / Villa Coapa / Zaragoza)	-	-	\$22.50	Office Depot (Plaza Dorada)	-	-	\$22.50	Office Depot (404)	-	-
Office Max / 62220 / Blister 2 piezas / China	\$5.90	Office Max (Arboledas 110 / Insurgentes / Revolución / Villa Coapa)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
GOMAS (SIN PVC)												
Maped / Zenoa / Blister 1 pieza (Color azul rey) / China	\$13.50	Dabo (Rojo Gómez / Tlalpan)	\$24.50	Office Max (Insurgentes / Revolución)	\$18.90	Papelaría Farah (60)	-	-	-	-	-	-
Pelikan / Ws 30 / Blister 2 piezas / México	\$5.85	Dabo (Rojo Gómez / Tlalpan)	\$10.50	Hiperlumen (Relox / Satélite) / Lumen (La Salle / Patriotismo)	\$6.90	Optivosa (65) / Papelaría del Ahorro (Ahorro 1) / Papelaría Farah (60)	\$8.00	Office Depot	\$6.90	Del Sol	\$9.90	Office Max
LÁPICES PARA ESCRITURA												
Norma / Gigante triangular (802087) / Blister 3 piezas (Con sacapuntas) / Indonesia	\$40.67	Dabo (Tlalpan)	\$52.90	Hiperlumen (Relox / Satélite) / Lumen (Patriotismo)	\$41.90	Papelaría Farah (60)	\$50.00	Optivosa (66)	\$49.00	Office Depot (404) / Papelaría del Ahorro		
Maped / Black pers triangular / Bolsa 6 piezas / Vietnam	\$14.90	Office Max (Arboledas 110)	\$16.50	Hiperlumen (Relox / Satélite) / Lumen (Patriotismo)	\$16.40	Tony Súper Papeléricas (54 / Plaza Royal)			\$15.90	Office Max	\$16.40	Tony Súper Papeléricas
Maped / Black pers triangular / Caja 12 piezas / Vietnam	\$29.50	Dabo (Rojo Gómez)	\$30.50	Hiperlumen (Relox / Satélite) / Lumen (Patriotismo)	\$29.90	Office Depot						
Office Depot / 43959 / Caja 12 piezas / México	\$12.90	Office Depot (Del Valle / Miramontes / Mixcoac / Modelo Gustavo Baz / Patriotismo / Santa Mónica / Satélite / Villa Coapa / Zaragoza)			\$12.90	Office Depot (Plaza Dorada)			\$12.90	Office Depot (404 / Villahermosa 415)		
Pelikan / 214954 / Caja 12 piezas / Tailandia	\$35.75	Dabo (Rojo Gómez)	\$36.61	Marchand (Florescía / Sor Juana)	\$33.60	Farah	\$42.00	Optivosa (65)	\$34.80	Compucopias	\$42.00	Papelaría del Ahorro

Nota. Las direcciones de los establecimientos que se muestran en el cuadro, las puede solicitar en el teléfono \$655-6700 ext.1621 o en el correo quienesquien@profeco.gub.mx.

Precios mínimos y máximos de útiles escolares en las ciudades de México y zona Metropolitana,
Mérida y Villahermosa / Precios recopilados del 1 al 5 de junio de 2015

Marca / Modelo / Presentación / País de origen	Ciudad de México y zona Metropolitana				Mérida				Villahermosa			
	Precio mínimo o único	Tienda (Sucursal)	Precio máximo	Tienda (Sucursal)	Precio mínimo o único	Tienda (Sucursal)	Precio máximo	Tienda (Sucursal)	Precio mínimo o único	Tienda (Sucursal)	Precio máximo	Tienda (Sucursal)
LÁPICES PARA ESCRITURA (CONTINUACIÓN)												
Pelikan / Ecológicos / Caja 10 piezas / México	\$31.50	Hiperlumen (Relox) / Lumen (Villa Coapa)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Straedtler / Norica 132 46-Hb Th / Blistér 8 piezas / Alemania	\$27.00	Dabo (Rojo Gómez / Tlalpan)	\$31.80	Office Max (Arboledas 110 / Villa Coapa)	-	-	-	-	-	-	-	-
Bic / Nuevo Evolution Amarillo / Blistér 4 piezas (Con bolígrafo)	\$15.00	Dabo (Rojo Gómez / Tlalpan)	\$17.50	Office Depot (Miramontes / Mixcoac / Modelo Gustavo Baz)	\$16.90	Optivosa (65)	\$17.50	Office Depot	\$17.40	Tony Súper Papelerías	-	-
Office Max / Vell-Graph-12 (6273) / Caja 12 piezas / Pakistán	\$14.90	Office Max (Villa Coapa)	-	-	-	-	-	-	\$14.90	Office Max	-	-
Dixon / Métrico 1910 / Blistér 5 piezas / No Indica	\$9.90	Bodega Aurrera (Villa Coapa)	\$12.90	Chedraui (Coapa / Mundo E / Universidad)	\$12.90	Optivosa (65) / Papelería del Ahorro (Ahorro 1)	-	-	\$9.90	Bodega Aurrera	\$12.90	Chedraui (Olmeca Selecto / Plaza Krystal / Plaza Las Américas) / Papelería del Ahorro
Dixon / Métrico 1910 / Caja 100 piezas / No Indica	\$126.00	Tony Súper Papelerías	\$164.20	Dabo (Rojo Gómez / Tlalpan)	\$126.00	Tony Súper Papelerías (54 / Plaza Royal)	\$160.00	Papelería del Ahorro (Ahorro 1)	\$126.00	Tony Súper Papelerías	\$180.00	El Escritorio (Construcción)
PEGAMENTOS LÍQUIDOS												
Resistol / 850 / Botella 55 g / Chile	\$14.90	Bodega Aurrera (Cantill) / Soriana (Coapa / Mixcoac) / Soriana Hiper (Zaragoza)	\$18.90	Chedraui (Coapa / Universidad / Zaragoza)	\$16.80	Comercial Mexicana / Mega Comercial Mexicana (Los Balcones)	\$21	El Estudiante	\$16.80	Mega Comercial Mexicana (Hermosa Depo)	\$23.00	Papelería Mercantil (Plaza Krystal)
Bully / Pegamento blanco escolar / Botella 35 g / México	\$5.82	Marchand (Flores) / Sor Juana	\$6.80	Tony Súper Papelerías	\$6.50	Optivosa (56 / 65) / Papelería del Ahorro (Ahorro 1)	\$9.60	Tony Súper Papelerías (54)	\$6.50	Papelería del Ahorro	\$7.50	Compucopias (Plaza Las Flores)
Pelikan / Silicón líquido / Botella 100 ml / México	\$18.39	Marchand (Flores)	\$21.50	Office Depot (Del Valle / Miramontes / Modelo Gustavo Baz / Patriotismo / Santa Mónica / Satélite / Villa Coapa / Zaragoza)	\$20.00	El Estudiante	\$22.30	Optivosa (65)	\$19.50	Compucopias (Plaza Las Flores)	\$21.50	Office Depot (404 / Villahermosa 415)

Office Max / Pegamento blanco / Botella 120 ml y 2 lápices adhesivos de 8 g c/u / China	\$19.90	Office Max (Arboledas 110 / Villa Coapa)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Ke Precio / Wgt0904B / Blister 2 piezas de 40 g c/u / China	\$10.00	Bodega Comercial Mexicana (Zaragoza) / Comercial Mexicana (Villa Coapa)	-	-	\$10.00	Comercial Mexicana / Mega Comercial Mexicana (Los Balcónes)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Stafford / Pegamento escolar / Botella 60 g / México	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	\$8.03	Computucopias	-	-	-
PLASTILINAS DE BLOQUE																				
Pelikan / Plastilina tipo barra / 180 G / Paquete 180 g / México	\$5.09	Marchand (Florenia)	\$8.90	Hiperlumen (Relox) / Lumen (Patriotismo)	\$5.50	Optivosa (65) / Papelería del Ahorro (Ahorro 1)	\$6.30	Tony Súper Papelerías (Plaza Royal)	\$5.55	Computucopias (Plaza Las Flores)	\$6.21	Computucopias								
Vinci / Modelina / 180 G / Paquete 180 g / México	\$5.15	Marchand (Florenia / Sor Juana)	\$8.50	Casa del Libro (Satélite / Tlalnepantla)	\$5.50	Optivosa (65) / Papelería del Ahorro (Ahorro 1)	\$7.50	Papelería Farah (60)	\$5.50	Papelería del Ahorro	\$7.13	Computucopias (Plaza Las Flores)								
Colorim / Popular / 200 G / Paquete 200 g / México	\$5.17	Dabo (Rojo Gómez / Tlalpan)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Baco / Con "B" de Bueno / 180 G / Paquete 180 g / México	-	-	-	-	\$5.80	Optivosa (56 / 65) / Papelería del Ahorro (Ahorro 1)	\$7.20	Librería Burrel (Centro)	\$5.91	Computucopias (Plaza Las Flores)	\$8.00	Papelería Mercantil (Plaza Krystal)								
Cravola / Plastilina, 570380M138 / 180 G / Paquete 180 g / México	\$10.50	Walmart (Copilco / Cuicilahuac / Las Américas / Miramontes / Pirules / Plaza Aragón / Plaza Ecatepec / Plaza Oriente / Satélite / Villa Coapa)	\$11.50	Casa del Libro (Satélite) / Comercial Mexicana (El Dorado / Villa Coapa) / Hiperlumen (Relox / Satélite) / Lumen (La Salle / Patriotismo) / Mega Comercial Mexicana (Mixcoac / Pliares)	\$9.20	Papelería del Ahorro (Ahorro 1)	\$11.50	Mega Comercial Mexicana (Los Balcónes) / Comercial Mexicana	\$10.50	Walmart	\$12.00	Papelería Mercantil								
REGLAS DE PLÁSTICO (FLEXIBLES) DE 30 CM																				
Maped / Irrompible 26006 / Blister 1 pieza / México	\$11.90	Dabo (Rojo Gómez / Tlalpan)	\$13.50	Hiperlumen (Satélite)	\$14.90	Papelería Farah (60)	\$17.60	Papelería del Ahorro (Ahorro 1)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Office Depot / Regla Flexible, 43810 / China	\$9.90	Office Depot (Del Valle / Miramontes / Mixcoac / Modelo Gustavo Baz / Patriotismo / Santa Mónica / Satélite / Villa Coapa / Zaragoza)	-	-	\$9.90	Office Depot (Plaza Dorada)	-	-	\$9.90	Office Depot (404 / Villahermosa 415)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Officemax / 63328 / Bolsa 1 pieza / China	\$7.90	Office Max (Arboledas 110 / Insurgentes / Villa Coapa)	-	-	-	-	-	-	\$7.90	Office Max	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Nota. Las direcciones de los establecimientos que se muestran en el cuadro, las puede solicitar en el teléfono \$655-6700 ext.1621 o en el correo quienesquien@profeco.gob.mx.

Precios mínimos y máximos de útiles escolares en las ciudades de México y zona Metropolitana, Mérida y Villahermosa / Precios recopilados del 1 al 5 de junio de 2015

Marca / Modelo / Presentación / País de origen	Ciudad de México y zona Metropolitana				Mérida				Villahermosa			
	Precio mínimo o único	Tienda (Sucursal)	Precio máximo	Tienda (Sucursal)	Precio mínimo o único	Tienda (Sucursal)	Precio máximo	Tienda (Sucursal)	Precio mínimo o único	Tienda (Sucursal)	Precio máximo	Tienda (Sucursal)
REGLAS DE PLÁSTICO DE 30 CM												
Scola / Regla Colores (Plástico) 280307 / Bolsa 1 pieza / México	\$7.00	Bodega Comercial Mexicana (Santa María La Ribera)	\$7.50	Bodega Comercial Mexicana (Azapatzalco / Zaragoza) / Comercial Mexicana (Villa Coapa) / Mega Comercial Mexicana (Rojo Gómez)	\$7.50	Comercial Mexicana / Mega Comercial Mexicana (Los Balcones)	-	-	-	-	-	-
TIJERAS ESCOLARES												
Maped / Reflex 3D vivo para zurdos 472730 / Blister 1 pieza / China	\$14.90	Office Depot (Del Valle / Miramontes / Mixcoac / Modelo Gustavo Baz / Patriotismo / Satélite / Zaragoza)	\$17.60	Tony Súper Papelerías (Tlalnepantla)	\$14.90	Office Depot (Plaza Dorada)	\$18.50	Ofix	\$14.90	Office Depot (404 / Villahermosa 415)	\$23.00	Papelería Mercantil (Plaza Krystal)
Maped / 470222 / Blister 1 pieza / China	\$26.00	Dabo (Rojo Gómez)	\$33.50	Hiperlumen (Relox / Satélite / Lumen (Patriotismo))	\$27.81	Papelería Farah (60)	\$32.50	Office Depot (Plaza Dorada)	\$28.80	Office Max	\$32.50	Office Depot (404 / Villahermosa 415)
Maped / Mágica, 379230 / Blister 1 pieza / China	\$16.90	Casa del Libro (Satélite / Tlalnepantla)	\$22.50	Hiperlumen (Relox / Satélite / Lumen (Patriotismo))	\$19.50	Office Depot (Plaza Dorada)	\$20.50	Ofix	\$18.80	Ofix (Villahermosa)	\$19.50	Office Depot (Villahermosa 415)
Maped / Tatoo Giny, 470011 / Bolsa 1 pieza / China	\$28.50	Casa del Libro (Satélite / Tlalnepantla)	\$33.90	Hiperlumen (Satélite)	\$31.00	Ofix	\$32.50	Office Depot (Plaza Dorada)	\$29.80	Office Max	\$39.00	Papelería Mercantil (Plaza Krystal)
Barrilito / B60 / Blister 1 pieza / China	\$9.90	Office Max (Arboledas 110 / Insurgentes / Pronto Satélite 215 / Revolución / Villa Coapa)	\$20.80	Comercial Mexicana (El Dorado / Villa Coapa) / Mega Comercial Mexicana (Piares)	\$11.90	Walmart	\$20.80	Comercial Mexicana	\$11.90	Walmart	\$14.97	Computopias

Nota. Las direcciones de los establecimientos que se muestran en el cuadro, las puede solicitar en el teléfono 562-5-6700 ext.: 1621 o en el correo quienesquien@profeco.gob.mx.

Entre las bendiciones del cielo y la tierra

Cuitzeo reúne un paseo sin igual entre vegetación, arquitectura y maíz



Para llegar a Cuitzeo

Esta bella población se encuentra 35 km al norte de Morelia, la capital michoacana, desde donde se debe tomar la carretera 43 durante media hora para llegar a las orillas del lago con el mismo nombre

Si necesitas información o apoyo, acude a la Delegación Regional de Turismo de Cuitzeo, en la Glorieta Mártires de Uruapan s/n, Los Cerritos. O marca al 01 (455) 357 0252

Cuitzeo, Michoacán, es famoso por sus textiles y su laguna, además de contar con una extensa gama de recintos arquitectónicos, tales como el Convento Agustino, el Santuario de la Virgen de Guadalupe, la Iglesia Parroquial del Monasterio y la Capilla del Niño Jesús. Gastronómicamente se puede disfrutar de pulque, mole de guajolote, uchepos, corundas, nacatamales, grano en dulce, charales, atole negro, calabaza en dulce y más delicias inolvidables.

Te invitamos a conocer Cuitzeo, un poblado con vasta vegetación, declarado “Pueblo Mágico” en el año 2006.



INDISPENSABLES



1 Fiesta Patronal de Santa María Magdalena. Cada 22 de julio hay baile, feria, vendimias y fuegos artificiales. Allá tú si te lo pierdes



2 Santa Clara del Cobre. La calidad de las artesanías creadas por los artistas locales no tiene similar desde épocas precolombinas. En sus calles abundan talleres y tiendas con productos de todo tipo y utilidad



3 Huandacareo. A 16 kilómetros, hacia el occidente, se encuentra una zona de balnearios y albercas que disfrutará toda la familia



4 Tres Cerritos. Antiguo centro funerario, religioso y habitacional perteneciente a los purépechas de Pátzcuaro, quienes lo ocuparon cerca del año 1200 d.C. En esta colina se han descubierto tres llamativos montículos, una plaza central y un adoratorio



5 Convento de Santa María Magdalena. Los frailes agustinos edificaron este conjunto en el siglo XVI que incluye atrio, templo, claustro y museo. Su fachada es una muestra del arte renacentista, y su interior posee una mezcla de neoclásico con gótico y barroco. A un costado está la capilla abierta del exconvento, cuyo claustro presenta murales y una biblioteca con textos monásticos antiguos



6 Laguna de Cuitzeo. Admira su paisaje desde el largo puente carretero de cuatro kilómetros que lo atraviesa desde o rumbo a Morelia. El charal, bagre, carpa y mojarra habitan esta masa cristalina de agua, mientras que sus orillas están cubiertas por la flora del tule y son hogar de ranas y de las aves migrantes del norte, como patos, pelícanos y golondrinas

CARTERA CON BOLSAS DE PLÁSTICO

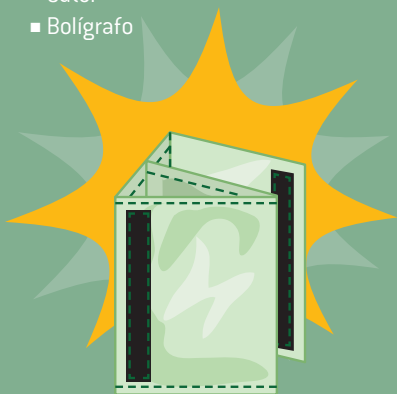
Hagamos una cartera con bolsas de plástico. Así es: reutilizarás las bolsas de plástico del súper para hacer una bonita cartera. Necesitas:

Materiales

- Bolsas de plástico (puedes usar cualquier tipo de bolsa)
- Papel encerado
- Hilo y aguja
- Velcro

Herramientas

- Plancha
- Máquina de coser (sólo si cuentas con una)
- Tijeras
- Cúter
- Bolígrafo

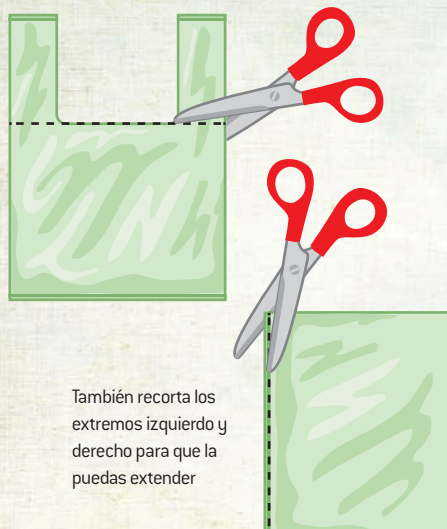


Checka el procedimiento de esta TDP en <http://bit.ly/1eE1YBH>

PROCEDIMIENTO

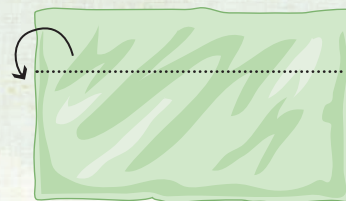
1

Recorta la bolsa de plástico
Quítale las orejas a la bolsa (si las tiene)



2

Después de recortar y extender tendrá forma de rectángulo. Es hora de doblar. Divide el alto de la bolsa en tres partes iguales y dobla la primera como se ve en la imagen



Dóblala de nuevo hasta que quede una franja, esto hará que la bolsa quede más gruesa



3

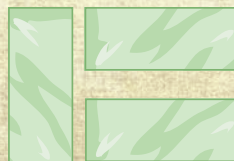


Pon sobre la mesa una hoja de papel encerado y sobre ella la franja de plástico que has doblado antes, dobla el papel encerado y cubre por completo la franja de plástico. Revisa que el plástico no sobresalga del papel encerado



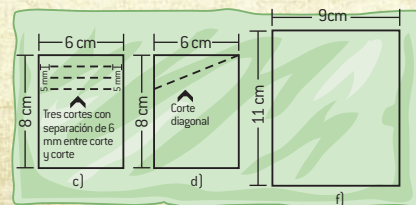
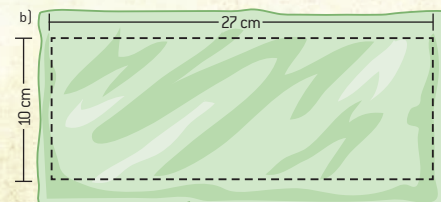
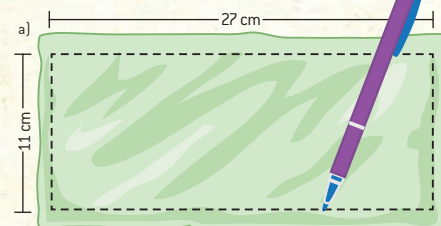
Pasa la plancha caliente por ambos lados para que se comprima el plástico (el papel encerado protege el plástico para que no se derrita en la base de plancha). Ahora tendrás una franja de plástico más resistente. Si el plástico no ha logrado unificarse en una sola pieza, pasa la plancha de nuevo

Repite esto con varias bolsas hasta tener los tres plásticos que vas a ocupar



4

Marca con el bolígrafo las medidas que se indican para cada uno de los tres rectángulos de plástico reforzado

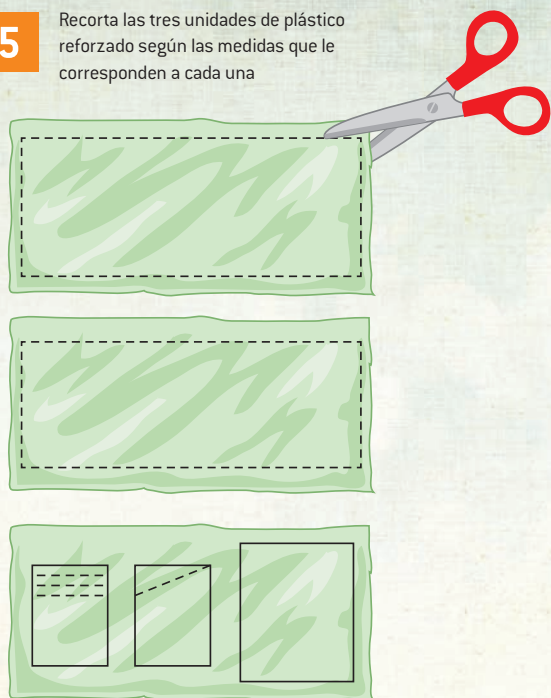


Esta tecnología es cortesía de:

hacedores.com

5

Recorta las tres unidades de plástico reforzado según las medidas que le corresponden a cada una



6

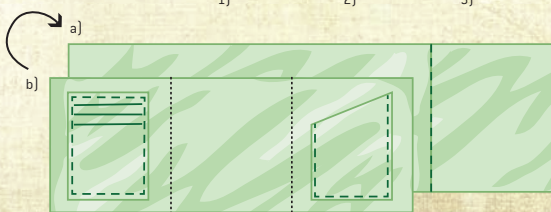
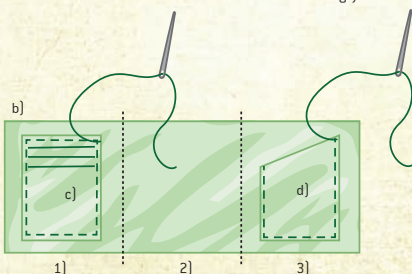
Hora de armar. Si tienes una máquina de coser puedes hacerlo con ella; en este caso se utilizó hilo y aguja aunque el proceso es más tardado

Se cose la parte a con la f



No olvides utilizar un dedal, a veces el plástico está muy duro y puedes lastimarte con la aguja

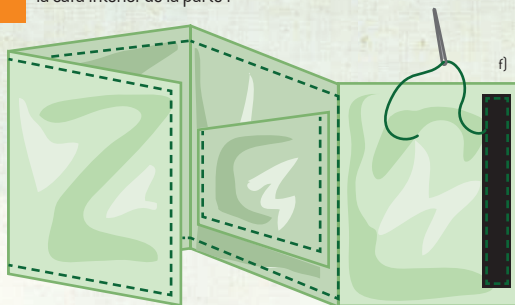
Divide la parte b en tres, en la sección 1 cose c; y en la 3, la d



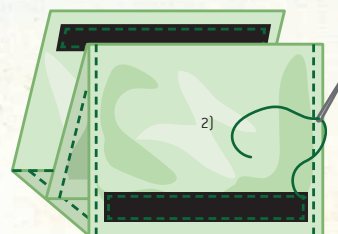
Cose la parte b sobre la parte a

7

Por último, cose una de las piezas del velcro sobre la cara interior de la parte f



La otra pieza del velcro, cóselas sobre la cara de atrás, de la parte 2



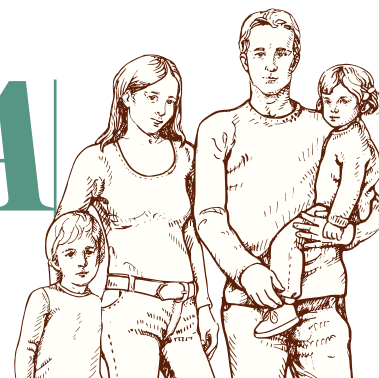
RECOMENDACIONES

- Puedes utilizar una bolsa de plástico que te permita aprovechar su diseño y colores
- Usa hilo resistente y una aguja de canavá con punta para que el trabajo sea más sencillo





CRIANZA



ARTE PARA CRECER

LA IMPORTANCIA DE LA SENSIBILIZACIÓN DE LOS NIÑOS AL ARTE

El arte no es exclusivo de museos y de artistas de renombre, sino una experiencia que también se puede desarrollar con la familia en la sala de la casa

Pregunta para padres: ¿Qué tipo de vínculo mantienen con el arte? Es probable que nadie se haya preocupado por despertar al pequeño artista que desde niño llevas dentro, y que por falta de uso parezca que hayas perdido la capacidad innata de desarrollar esa sensibilidad extraordinaria y la posibilidad de goce que produce el arte.

Ahora que eres papá o mamá, una alternativa es recuperar ese tiempo perdido y jugar en familia a ser artista para darte permiso de hacer arte para enriquecer a tus hijos y a ti personalmente.

Muchas veces se ha confundido al arte con las manualidades, la culpa la tienen los profesores que nos hicieron pegar sopa de pasta sobre dibujos o pintar cosas pensando que usar un pincel y pintura ya es arte. Borra de tu memoria esas oscuras experiencias y piensa en el arte como un espacio de creación y expresión más que como una actividad de entretenimiento que se resume en reproducir.

Entendamos como arte un concepto complejo que reúne las creaciones humanas para expresar una visión sensible del



mundo –real o imaginario–, a través de recursos plásticos, lingüísticos o sonoros usados para expresar ideas, emociones, percepciones y sensaciones.

OBSERVAR Y EXPRESAR

Para el profesor de arte Elliot Eisner, el desarrollo de la sensibilización perceptual incluye tres acciones: la percepción en el tiempo, hablar de lo observado y hablar de lo que se ha hecho.

No se trata de llegar a Van Gogh en dos pasos, primero acércales material visual para dialogar con ellos. Pídeles que observen y descubran en las ilustraciones significados, deja que construyan ideas sobre lo que reconocen, piensan y sienten.

Sé paciente y comprensivo.

Seguro ya lo has vivido antes, mientras ellos se entretienen con una hoja en blanco y millones de trazos donde tú no ves absolutamente nada, ellos te dicen que hay un cohete, un perro o una luna; los niños viven la creación a través de la experiencia y probablemente lo que menos les importa son los resultados. Da un voto de confianza a lo que construyen con su imaginación, aunque tú no lo veas, considera que es su obra.

La sensibilización artística supone valores como el respeto y la admiración por el trabajo de los otros, así como el asombro por lo nuevo o lo distinto. Los terrenos de creación artística deben ser espacios seguros, donde el ambiente se defina por la libertad y el respeto a la expresión.

El desarrollo de la creatividad es una habilidad que les servirá a los niños para toda la vida, así que no teman en abrirse camino a la experiencia.

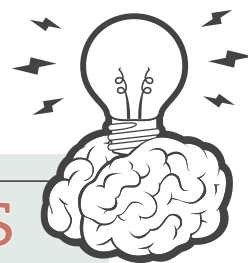
Una última recomendación: reúne las creaciones de los pequeños en una carpeta o lleva un registro fotográfico de las mismas, eso les permitirá ver la evolución del trabajo elaborado y, a la par, tener un buen recuerdo.

¡MANOS A LA OBRA!

Seguro no sabes por dónde empezar ahora, pero te vamos a ir explicando. Puedes buscar espacios de arte para tus hijos, pero si te arriesgas y te aventuras seguro puedes producir esas experiencias en tu casa y disfrutarlas como una actividad familiar que te dará muchas sorpresas.

Es importante la sensibilización al arte ya que se fortalece la expresión y la creatividad de los niños; en la educación –formal e informal– constituye una herramienta pedagógica a nivel cognitivo y afectivo.

Como papá o mamá, serás un facilitador, y permítete el juego, busca caminos y espacios para que puedan trabajar juntos.



20 RAZONES

POR LAS QUE EL ARTE ES BUENO PARA LOS NIÑOS SEGÚN EL MUSEO DE ARTE DE NIÑOS – THE MUSEUM OF CHILDREN'S ART (MOCHA)

- 1 El arte **estimula** ambos lados del **cerebro**
- 2 Un tercio de los niños **aprende** visualmente
- 3 Los que hacen arte son mejores en **lectura, matemáticas y ciencias**
- 4 El arte es una excelente manera para que **aprendan** a través de sus **sentidos**
- 5 Deben tener un lugar en la escuela para **expresarse**
- 6 Fomenta la **autoestima**
- 7 Aumenta la **conciencia** del **espacio físico**
- 8 **Desarrolla** la coordinación entre ojos y manos
- 9 Estimula el desarrollo **perceptivo**
- 10 **Enseña** sobre el **pensamiento** sin límites, restricciones o estructuras. Representa una cultura de preguntas más que de asumir respuestas
- 11 Demuestra que puede haber más de una **solución** para un mismo **problema**
- 12 **Instruye** a los niños a usar la **creatividad** para la resolución de problemas
- 13 Al **compartir** y **reflexionar** acerca de su arte, aprenden algo de sí mismos, de los otros y del mundo en el que viven
- 14 Se comprometen más con el **proceso** de **aprendizaje** cuando el arte está integrado a otras materias del programa escolar
- 15 Está expuesto a la **posibilidad**, al **descubrimiento** y a la **libertad**, así alterna entre el control y lo previsible de la educación convencional
- 16 **Nutre** el alma. ¡Se siente bien hacerlo!
- 17 Incluye los **recursos culturales** de la comunidad al aula
- 18 **Involucra** a padres y tutores en la escuela para que participen como voluntarios
- 19 **Apoya** para superar **estereotipos raciales**, barreras y prejuicios
- 20 El arte es **valioso por sí mismo**

“Actividades”:
Te invitamos a revisar la sección **Pequeños consumidores** para que empiecen de una vez

Fuentes

• Guía metodológica Crearte, UNESCO: <http://bit.ly/1EmrzUu>

Para leer:

• Lark-Horowitz, B. *La educación artística del niño*, Barcelona: Paidós, 1995
• Hoppe, Miguel Ángel. *Pedagogía desde el arte*. México: Save the children, 2009



¡Baila, brinca, pinta!

¡Hagamos arte con los pies!

Tú también puedes hacer una obra de arte como la que ves en las paredes de los museos, sólo que lo harás de una manera más original y divertida: ¡Vas a usar los pies para pintar!



Material

- **Pintura acrílica**
para actividades manuales



- **Papel Kraft**

Será tu lienzo, elige el más grueso

Lo puedes conseguir en la misma tienda de pinturas



- **Plástico burbuja**

Ese que alguna vez reventaste por horas pellizcándolo



- **Cinta adhesiva**



- **Bolsas para basura**

Busca las más grandes, también pueden ser pliegos grandes de plástico usados



- **Ropa vieja**

Aquella que ya no te queda y está muy rota para ser reparada



¡No manches! Prepara el lugar

Ve al lugar más amplio en tu casa, puede ser el patio o la sala

Corta uno de los lados de las bolsas de basura y extiéndelas sobre el piso. Sobre estas coloca el papel kraft y fíjalo con cinta adhesiva

No olvides cubrir con plástico los muebles más cercanos

¡Botas de plástico burbuja!

Con ayuda de tus padres forra tus pies con el plástico burbuja como si formaras una bolsa y asegúrala con cinta adhesiva

Dile a tus papás que también se hagan las suyas para que pinten contigo



¿No sabes qué pintar?

Pon tu música favorita
y déjate llevar por el
ritmo. Te sorprenderás
con el resultado

¡A pintar!

¿Ya sabes qué vas a pintar?

Puedes elegir tu momento favorito
de un cuento, o una de las historias
que te cuentan tus abuelos

Vacia un poco de cada pintura sobre
el papel kraft. ¡Experimenta combi-
nándolos! Pisa sobre la pintura con
tus bota de plástico burbuja, luego
pisa sobre el papel kraft. ¡Has dado
tu primera pie-píncelada!

Elige un lugar especial de
tu casa para el pequeño
mural, así quedará a la
vista de todos

Gráfico: Bruno Piña

CAPRICHOS

1

Chef's Table

La intención que le damos a nuestros actos, por muy pequeños que sean, la recubre de un sentido adicional. Los seis chefs documentados en esta serie exclusiva de Netflix son expertos justamente en eso, en alterar el sentido normal de los platos para construir una oferta única en sabores y presentaciones, a veces por su sencillez o por su complejidad. ¡Una serie deliciosa!

netflix.com



2

The Hippopotamus Chair

El hipopótamo es la más nueva incorporación a la The Animal Chair Collection, creada hace unos años por el artista español Maximo Riera. La figura del mamífero fue realizada en una escala 1:1, como el resto de las piezas de la colección, no apta para pieles demasiado políticamente correctas.

maximoriera.com/animalchaircollection

2

3

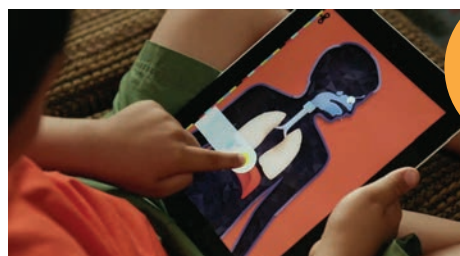
Macetilla

Si saliste corriendo a media noche de la fiesta en el palacio (de la salsa) y ahora tienes un zapato sin par, sigue la idea de otra princesa para generar un bonito adorno de mesa.

3



4



4

The Human Body

La vocación docente de algunos artistas, cuando se enriquece con la tecnología como la de las pantallas retina de las iPad, puede tener resultados espléndidos, como es la app El cuerpo humano o The Human Body, un viaje por nuestro cuerpo para saber cómo estamos hechos y cómo trabajamos. Las animaciones están a cargo de la artista multipremiada Kelli Anderson, una creadora que gusta de experimentar con nuevas maneras para generar imágenes y experiencias. Esta aplicación espectacular, exclusiva para iPhone o iPad, vale cada peso que cuesta. Se recomienda para niños y niñas de 6 a 8 años de edad, pero los papás van a querer jugar con ella también.

tinybop.com/apps/the-human-body



5

Nana

Lactar es una de las experiencias más hermosas en la relación madre e hijos, por lo que bien vale la pena invertir una suma considerable, casi 15.000 pesos, en una mecedora de lactancia tan bien diseñada y construida como Nana; creación del estudio español de diseño ALEGRE. Está fabricada con telas transpirables y rellenos de mucha suavidad para evitar cualquier riesgo de golpes y provocar la mayor comodidad posible. Una provocación más para hacer crecer la familia.

alegreddesign.es/proyectos/nana



5



6

6

Myth

Myth es la primera colección de zapatos para mujeres creada en una imprenta 3D y lista para usarse. Cada diseño se realiza entre 90 y 100% con materiales optimizados para pequeñas imprentas en tres dimensiones. Su terminado es a mano y cada cliente puede darle el toque personalísimo que quiera.

continuumfashion.com/3D-printed-shoes-2014.php



7

Play Mat T-shirts

Bkykid es una simpática fábrica de ropa casual para el disfrute de los más pequeños, y esto se cumple incluso cuando lo que diseñan es para sus papás, como esta playera que en la espalda luce una carreterita que alguien recorrerá con ahínco mientras papá duerme la siesta.

bkykid.etsy.com

7



8

8

PowerPot 5

Buenas noticias para los desesperados *wall huggers*: si deciden ir al campo por varios días la pila de su teléfono inteligente se agotará en 24 horas. Excepto si antes de salir se pasaron por la tienda de Power Practical y consiguieron la PowerPot 5, la única olla de aluminio de 1.2 litros que, al calentarse, carga tu celular. Es ideal para preparar café, caldo de pollo y al mismo tiempo cargar cualquier dispositivo vía USB. Así como lo lees: el calor se transforma en voltaje para alimentar tu teléfono y no perder esa jugada maestra en Candy Crush.

powerpractical.com/products/powerpot5-thermoelec



5

Nana

Lactar es una de las experiencias más hermosas en la relación madre e hijos, por lo que bien vale la pena invertir una suma considerable, casi 15.000 pesos, en una mecedora de lactancia tan bien diseñada y construida como Nana; creación del estudio español de diseño ALEGRE. Está fabricada con telas transpirables y rellenos de mucha suavidad para evitar cualquier riesgo de golpes y provocar la mayor comodidad posible. Una provocación más para hacer crecer la familia.

alegreddesign.es/proyectos/nana



5



6

6

Myth

Myth es la primera colección de zapatos para mujeres creada en una imprenta 3D y lista para usarse. Cada diseño se realiza entre 90 y 100% con materiales optimizados para pequeñas imprentas en tres dimensiones. Su terminado es a mano y cada cliente puede darle el toque personalísimo que quiera.

continuumfashion.com/3D-printed-shoes-2014.php



7

Play Mat T-shirts

Bkykid es una simpática fábrica de ropa casual para el disfrute de los más pequeños, y esto se cumple incluso cuando lo que diseñan es para sus papás, como esta playera que en la espalda luce una carreterita que alguien recorrerá con ahínco mientras papá duerme la siesta.

bkykid.etsy.com

7



8

8

PowerPot 5

Buenas noticias para los desesperados *wall huggers*: si deciden ir al campo por varios días la pila de su teléfono inteligente se agotará en 24 horas. Excepto si antes de salir se pasaron por la tienda de Power Practical y consiguieron la PowerPot 5, la única olla de aluminio de 1.2 litros que, al calentarse, carga tu celular. Es ideal para preparar café, caldo de pollo y al mismo tiempo cargar cualquier dispositivo vía USB. Así como lo lees: el calor se transforma en voltaje para alimentar tu teléfono y no perder esa jugada maestra en Candy Crush.

powerpractical.com/products/powerpot5-thermoelec



OBJETO DEL DESEO

Inu

El *scooter* para lucir al hombro

Inu –nombre tomado de “perro” en japonés– es una revolucionaria *scooter* que integra perfectamente el mejor diseño futurista, la practicidad de ser un vehículo eléctrico, ligero y fácil de llevar, incluso al hombro ya que se trata de una versión plegable, que se abre o cierra en 4 segundos después de accionar su *app* instalada en tu *smartphone*

➤ Sus creadores lo ven como un *transformer* que ha aprendido ballet, sin embargo es mucho más que eso: su autonomía máxima es de 40 kilómetros y su conectividad incluye WiFi y una tarjeta SIM de cobertura mundial. Desde aquí el siguiente paso es comprar la de Tron Legacy.

inu.city | \$4,999 euros



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 a 18 horas.

DELEGACIONES PROFECON

AGUASCALIENTES

Juan de Montoro #103, col. Centro, CP 20000, Aguascalientes. Tel. (01 449) 915 9460 y 915 1082

BAJA CALIFORNIA

Guadalupe Victoria #9440, edificio Daroca, a espaldas de Plaza Fiesta, col. Zina del Río, CP 22320, Tijuana. Tel. (01 664) 684 8795

Subdelegación: Palacio Federal Mexicali, Manzana 11, Lote 76 de Calzada Independencia y Av. De los Pioneros #1005, CP 21000, Mexicali. Tel. 557 3084 y 557 3085

BAJA CALIFORNIA SUR

Jalisco s/n, esq. Francisco I. Madero, col. Pueblo Nuevo, CP 23060, La Paz. Tel. (01 612) 125 3887

CAMPECHE

Av. 16 de Septiembre s/n, Palacio Federal, primer piso, col. Centro, CP 24000, Campeche. Tel. (01 981) 811 0672, 816 6002

CHIAPAS

Blvd. Serra Rojas #1090, edificio anexo de la Torre Chiapas, Sección A, Nivel 1, Col. Paso Limón, CP 29095, Tuxtla Gutiérrez. Tel. (01 961) 602 5943

Subdelegación: 8.ª Avenida Sur #46, col. Centro, CP 30700, Tapachula de Córdova y Ordóñez. Tel. 626 7501

CHIHUAHUA

Ramírez #2007, esq. Calle 22, col. Pacífico, CP 31030, Chihuahua. Tel. (01 614) 437 0770

Subdelegación: Benjamín Franklin #3220, centro comercial Plaza de Las Américas, loc. 7-A, col. Anillo Envoltente del Pronaf, CP 32315, Cd. Juárez. Tel. (01 656) 613 5093, 613 5089 y 613 5087

COAHUILA

Blvd. Venustiano Carranza #2879, col. La Salle, CP 25240, Saltillo. Tel. 416 5445, 415 9556 y 416 7544
Subdelegación: Av. Matamoros #1285 Poniente, col. Centro, CP 27000, Torreón. Tel. 712 6406 y 716 9674

COLIMA

Calle Manuel Álvarez Núm. 44 Col. Centro, C.P. 28000, Colima, Colima. Tel. 314 6949, 312 7991 y 92
Subdelegación: Balvino Dávalos #54, esq. Carrillo Puerto, col. Centro, CP 28200, Manzanillo. Tel. 332 9180 y 332 9107

DISTRITO FEDERAL

Centro (Benito Juárez, Gustavo A. Madero, Cuauhtémoc, Azcapotzalco): Dr. Carmona y Valle #11, 4.ª y 5.ª piso, col. Doctores, CP 06720. Tel. (01 55) 5578 1771

Oriente (Iztacalco, Iztapalapa y Venustiano Carranza): Azafrán #18, 1.º piso, col. Granjas México, del. Iztacalco, CP 08400. Tel. (01 55) 2636 0311

Poniente (Álvaro Obregón, Cuajimalpa, Magdalena Contreras, Miguel Hidalgo): Toltecas #23, esq. Calle 10, col. San Pedro de los Pinos, CP 01180. Tel. 5273 9745, 5272 9847 y 5272 7511

Sur (Milpa Alta, Tláhuac, Tlalpan, Coyoacán y Xochimilco): Blvd. Adolfo Ruiz Cortines #5323, col. Isidro Fabela, del. Tlalpan, CP 14030. Tel. 5528 2293, 5528 4771, 5528 7419, 5528 7829 y 5528 8435

DURANGO

Zaragoza #110 Sur, col. Centro, CP 34000, Durango. Tel. 825 3322 y 27

ESTADO DE MÉXICO

Naucalpan: Av. 3 #47, entre Av. De las Torres y Blvd. Toluca, col. Fraccionamiento Industrial Naucalpan, CP 53370. Tel. 5576 6375 y 5576 6028

Nezahualcóyotl: Calle La Cucaracha #293, esq. Dr. Gustavo Baz, col. Benito Juárez, CP 57000. Tel. 5743 5746, 5112 2741 y 5743 7866

Tlalnepantla: Mario Colín #56, col. Centro, CP 54000. Tel. 5390 7539, 5390 8309 y 5390 9784

Toluca: Calle Santos Degollado Oriente #103, col. Centro, CP 50000. Tel. 215 7070 al 72, 215 5198 y 213 6372
Subdelegación Ecatepec: Av. Hank González #50, Mza. 44, pasillo 29 Center Plaza Ecatepec, col. Valle de Anáhuac, CP 55210. Tel. 5774 5006

GUANAJUATO

Calle 5 de Mayo #341, col. Obregón, CP 37320, León. Tel. 716 6044, 716 5682 y 716 6808

Subdelegación: Av. Guerrero #1385, esq. Francisco Sarabia, col. Moderna, CP 36690, Irapuato. Tel. 635 2414 y 15

GUERRERO

Av. Costera Miguel Alemán #304, col. Centro, CP 39300, Acapulco. Tel. 483 1558, 483 5885 y 483 9363

Subdelegación: Av. Vicente Guerrero #112, col. Centro, CP 40000, Iguala. Tel. 332 7450 y 51

HIDALGO

Av. Cuauhtémoc #700 esq. Pasaje a la Iglesia La Villita, col. Revolución, CP 42060, Pachuca. Tel. 714 0636, 714 0690 y 714 3419

JALISCO

Calle Marsella #49 (entre calle Pedro Moreno y Morelos), 2.º piso, Sector Juárez, col. Americana, CP 44160, Guadalajara. Tel. 3615 7383, 3615 7393 y 3616 7667

MICHOACÁN

Blvd. García de León #1908, col. 5 de Diciembre, CP 58280, Morelia. Tel. 315 6150, 315 6307 y 315 6255

MORELOS

Av. Morelos No. 277, Col. Centro, CP 62000, Cuernavaca. Tel. 314 5918 al 22 y 314 5877

NAYARIT

Av. México Sur #142, col. Centro, CP 63000, Tepic. Tel. 212 3457, 210 2525 y 213 6541

NUEVO LEÓN

Av. Profesor Moisés Sáenz #602, col. Mitras Centro, CP 64460, Monterrey. Tel. 8347 4849 y 8347 8222

OAXACA

Heroico Colegio Militar #1109, planta alta, col. Reforma, CP 68050, Oaxaca de Juárez. Tel. 513 4141, 513 4555 y 515 1478

PUEBLA

Calle 19 Sur #506, desp. 103, col. La Paz, CP 72160,

Puebla. Tel. 232 6700, 246 1522 y 246 5861

QUERÉTARO

Circuito Moisés Solana # 82, col. Prados del Mirador, CP 76070, Querétaro. Tel. 223 5722, 223 5723 y 223 6263

QUINTANA ROO

Av. Coba lotes 9 y 11, planta alta, manzana 8, supermanzana 22, col. Centro, CP 77500, Cancún. Tel. 884 2634, 887 2877 y 884 2701

Subdelegación: Av. Juárez por 45 Sur, local 8 (interior Plaza Papagallos), col. Centro, CP 77710, Playa del Carmen. Tel. 803 1261 y 879 4484

SAN LUIS POTOSÍ

Librado Rivera 215 y 225, col. Del Valle, CP 78200, San Luis Potosí. Tel. 841 2500 al 03

SINALOA

Blvd. Francisco I. Madero #744 Poniente, col. Centro, CP 80000, Culiacán. Tel. 712 5848, 713 0742 y 716 0906

SONORA

Oaxaca #150, col. Centro, esq. con Escobedo, Edificio San Enrique CP 83000, Hermosillo. Tel. 214 9393 y 213 8618

Subdelegación: Chihuahua #169 Sur, entre Guerrero e Hidalgo, col. Centro, CP 85000, Ciudad Obregón. Tel. (01 644) 415 2588

TABASCO

Carmen Cadena de Buendía #133, col. Nueva Villahermosa, CP 86070, Villahermosa. Tel. 312 3795, 314 1575, 314 3122 y 314 5699

TAMAULIPAS

Juan B. Tijerina #925, esq. Nicolás Bravo, col. Centro, CP 87000, Ciudad Victoria. Tel. 312 9471, 316 1357 y 312 2296

Subdelegación: Blvd. Morelos #475-A, altos, col. Andaluzas, CP 88630, Reynosa. Tel. 922 7769, 922 7770 y 922 5460

Subdelegación: Av. Hidalgo #5004, 1.º piso, local 1 y 3, col. Sierra Morena, CP 89210, Tampico. Tel. 213 2432, 213 4764 y 213 7050

TLAXCALA

Calle 33 #203, col. Loma Xicoténcatl, CP 90070, Tlaxcala. Tel. 462 7835, 462 2022 y 462 9990

VERACRUZ

Av. Salvador Díaz Mirón #2880, esq. con Calle Salubridad, col. Fraccionamiento Moderno, CP 91918, Veracruz. Tel. 100 3891, 94 y 97

Subdelegación: Calle Cánovas #2, col. Centro, CP 91000, Xalapa. Tel. 812 4382, 817 3796 y 817 3359

YUCATÁN

Calle 49 #479-A, entre calles 54 y 56, col. Centro, CP 97000, Mérida. Tel. 928 5966, 923 6320 y 924 2466

ZACATECAS

Calle Fernando Villalpando #214, col. Centro Histórico, CP 98000, Zacatecas. Tel. 922 0460, 922 0611 y 922 8561



Revista del Consumidor

SUSCRÍBETE POR

\$250

Recibe hasta la puerta de tu casa
12 números por el precio de 10

Llama al **5516 6612** o **5212 0468** desde el DF y zona Metropolitana
o al **01 800 468 8722** (larga distancia sin costo) para más información

PLATILLO SABIO

P R O F E C O

Edición
coleccionable

No.4

El comino es una semilla típica del Mar Mediterráneo, apreciada en la cocina por su aroma y sabor característico. En la Francia del siglo XIX el comino era considerado como una plaga, sin importancia ni utilidad, por lo cual dio origen a la expresión: "¡Me importa un comino!"

COMINO

El comino (*Cuminum cyminum*) es una hierba de la familia de las Umbelíferas, con tallo ramoso y acanalado. Sus hojas están divididas en lacinias filiformes y agudas, flores pequeñas, blancas o rojizas, y de semilla de forma aovada. Su unidad es par, convexa y estriada por una parte, plana por la otra, de color pardo, olor aromático y sabor acre. Se usan en medicina y para condimento.

TIPOS DE COMINO



Comino blanco

El más usado en la cocina



Comino negro

Se agrega a los platillos persas y es más dulce en el aroma



BENEFICIOS EN LA SALUD

El comino reduce los gases intestinales o flatulencias, también produce un efecto sedante: su resultado es analgésico y soporífero, también relaja los músculos. Ayuda con los cólicos intestinales y en digestiones difíciles por razones nerviosas. Puedes hacer una infusión con sus semillas. Utiliza de 10 a 20 gramos de semillas recién molidas por litro de agua.



EL COMINO EN LA COCINA

Basta un poco de comino para aromatizar y enriquecer el sabor de un platillo. Es familiar del perejil, su sabor es amargo y picante, mientras su olor es penetrante y de sensación dulce. Se consigue en grano o en polvo y es utilizado para sazonar diferentes tipos de carne, arroz, salsas, sopas y ensaladas. Suele usarse entero, crudo, tostado o molido. Te recomendamos tostar el comino a fuego lento antes de usarlo, eso intensificará su aroma y mantendrá la persistencia de su sabor amargo.

Fuentes

Comino, consultado el 5 de junio de 2015 en <http://lema.rae.es/drae/?val=comino>

Comino, consultado el 5 de junio de 2015 en <http://bit.ly/1JsXo6p>

Comino, consultado el 5 de junio de 2015 en <http://bit.ly/1IIdfNa>

"El comino y sus propiedades terapéuticas", consultado el 5 de junio de 2015 en <http://bit.ly/1GdzWHB>

"Tipos de comino", consultado el 5 de junio de 2015 en: <http://bit.ly/1JxnBit>

AGUACATES RELLENOS

(6 porciones)

Aporte nutrimental por ración:



Kcal.
491



Proteínas
27 g



Grasa
24 g



Colesterol
36 mg



Fibra
dietética **7 g**

INGREDIENTES

- 6 aguacates (1.200 kg) lavados
- 300 g de atún en agua drenado
- 120 g de queso Oaxaca deshebrado
- 2 papas medianas (450 g) cortadas en cubitos y cocidas
- 18 galletas de maíz tostadas (108 g)
- 12 hojas de lechuga orejona (210 g) lavadas y desinfectadas
- 200 g de chícharos cocidos
- 6 rabanitos (150 g) en flor
- 3 limones (115 g) -el jugo-
- 1 chile pimiento rojo (110 g) cortado en cuadritos
- ¼ pza. de cebolla (60 g)
- 2 cucharadas de chile chipotle (20 g) adobado picado
- 2 cucharadas de cilantro picado (10 g)
- Sal y pimienta al gusto

PREPARACIÓN

1. Corta los aguacates por la mitad. Retira la semilla y saca la pulpa con una cuchara, pícala en cuadritos y colócala en un recipiente con el jugo de limón. Reserva las cáscaras
2. Aparte, mezcla los chícharos con el pimiento, las papas, la cebolla, cilantro picado, sal y pimienta. Mezcla hasta integrar
3. Por último, integra el aguacate con el jugo de limón y mezcla cuidadosamente con movimientos envolventes
4. Rellena las cáscaras con la preparación anterior. Sirve los aguacate de inmediato sobre las hojas de lechuga, esparce encima el queso y adorna con el chipotle al gusto. Acompaña con las tostadas

CERDO CON VERDOLAGAS Y CALABACITAS

(6 porciones)

Aporte nutrimental por ración:



Kcal.
475



Proteínas
30 g



Grasa
23 g



Colesterol
74 mg



Fibra
dietética **5 g**

INGREDIENTES

- 12 pedazos de carne de cerdo (600 g) sin grasa visible y limpia
- ½ kg de verdolagas (quitar raíces y tallos más gruesos)
- ½ kg de tomate verde hervido
- 3 calabacitas italianas (450 g) cortadas en rebanadas gruesas
- 3 tazas de arroz blanco preparado (390 g)
- 1/2 cebolla (100 g) asada
- 2 limones (70 g) opcional
- 3 chiles anchos (24 g) asados, limpios y remojados en un poquito de agua
- 3 ramas de cilantro (15 g) limpio
- 2 chiles pasilla (14 g) asados, limpios y remojados en un poquito de agua
- 1 rama de epazote (5 g)
- 2 dientes de ajo (4 g) asados
- 2 cucharadas de aceite (20 ml)
- 1 pizca de comino
- 2 tazas de agua (500 ml)
- Sal y pimienta al gusto

PREPARACIÓN

1. En una cazuela con una cucharada de aceite caliente, sella la carne previamente salpimentada. Retira y reserva
2. Muele los tomates verdes con los chiles, el ajo y la cebolla y el cilantro, cuele y sofríe con una cucharada de aceite. Agrega la rama de epazote, el comino, salpimienta y deja que sazone
3. Añade las 2 tazas de agua, cuando esté en ebullición regresa la carne, tapa y deja cocer durante 15 minutos a fuego medio
4. Por último, incorpora las calabacitas y las verdolagas, deja que las verdolagas reduzcan, si te gusta más caldoso agrega agua al gusto y verifica la sazón. Deja al fuego moviendo ocasionalmente hasta que las calabacitas se sientan tiernas
5. Sirve muy caliente acompañado del arroz blanco y adorna con unas hojitas de verdolaga. Si lo sirves caldoso, te recomendamos agregarle unas gotas de limón

CONGELACIÓN

Tips del chef

La necesidad de preservar los alimentos por más tiempo hizo que el ser humano se las ingeniara de diversas formas, sobre todo en épocas de escasez; primero aprovechó el frío de las cavernas, el hielo de las montañas y la sal. Hoy cualquiera tiene un congelador en casa

En México existe el **Programa H** para prevenir la contaminación de los alimentos, que va de acuerdo con la norma mexicana¹ que consigna los requerimientos para garantizar la higiene y calidad de los alimentos y bebidas congelados:

1. **Cuando** compres alimentos **congelados** deben estar a **-18°C**
2. Los **helados** y **nieves** deben estar a **-14°C**
3. **Revisa** que **no presenten** signos de **escurrimiento, descongelación o recongelación**: si son cárnicos, estos pierden su textura, color original y firmeza
4. **La temperatura** del congelador de los refrigeradores de hoy alcanza los **-24°C**, suficiente para un congelado óptimo; pero es **necesario** dar **mantenimiento y limpieza** cada **6 meses**
5. Si vas a congelar un platillo que acabas de cocinar y que **aún está caliente**, colócalo en un envase de plástico tapado y báñalo en agua con hielos para bajar rápidamente su temperatura. Una vez frío -alrededor de **4°C-**, métele al congelador.
6. **Etiqueta** los contenedores con la **fecha de elaboración**, consume primero los más antiguos
Y no los consumas pasada su **vigencia**:

Caducidad de los alimentos congelados

Producto	Tiempo
Leche y salsas	1 mes
Carne molida, aves cocinadas, pescado ahumado, mariscos, pan, yogur, crema y embutidos	2 meses
Salmón y tortillas	3 meses
Pescado cocinado, tomate y pimiento	4 meses
Cerdo, filete de pescado crudo, comidas cocinadas, mantequilla, queso, helado, galletas, arroz, pasta, cereal y frutas	6 meses
Verduras	8 meses
Aves crudas	10 meses
No congelar	
Ensaladas	
Cebollas verdes	
Huevo	
Mayonesa	
Leche evaporada, condensada	
Queso crema	
Crema dulce	
Leche fórmula infantil	

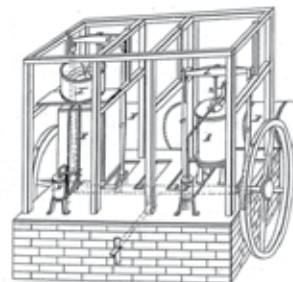


María José Castañeda es chef y sommelier miembro de DO Urbano, un concepto que abarca una revista impresa y digital, junto con la organización e impartición de talleres, viajes gastronómicos. Contáctala en dourbano.mx y en [@dourbanos](https://www.instagram.com/dourbanos)



7. **Las verduras** con mucha agua -como hojas-, pierden su consistencia si se congelan, por lo que antes hay que **cocerlas**
8. **Si no** quieres que se peguen las porciones, sepáralas con **plásticos**
9. **La velocidad** de descongelada debe ser **igual** a la de congelación. El **microondas** es una buena herramienta para **evitar** la contaminación mientras se descongela. Los guisados **preparados** pueden ser colocados directamente al fuego

Las primeras máquinas para refrigerar los alimentos datan de finales del siglo XIX; el primer congelador debutó hasta mediados del siglo XX



¹ NMX-F-605-NORMEX-2004 Alimentos - Manejo higiénico en el servicio de alimentos preparados para la obtención del distintivo H