

Revista del

# Consumidor



## TU MERO MOLE

INFORMACIÓN Y PODER

**MALLAS  
DEPORTIVAS**

ESTUDIO DE LABORATORIO

**REVISA EL  
ETIQUETADO FRONTAL**

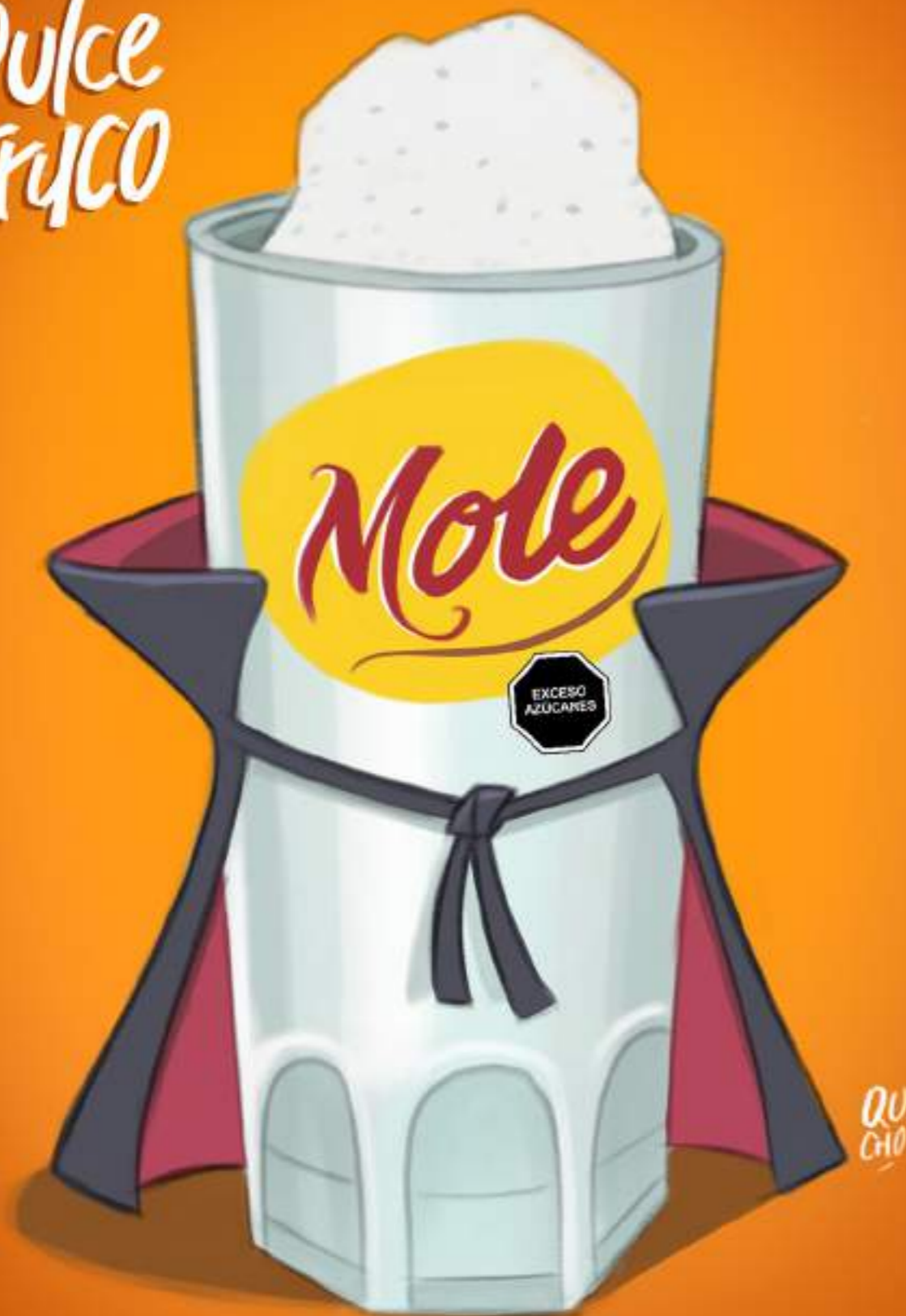
A CUIDARNOS

**QUE NO TE ESTAFEN  
POR LLAMADAS**

ENTORNO DIGITAL

OCT. 2023  
# 560

Dulce  
tryco



ECONOMÍA | PROFECO  
SECRETARÍA DE ECONOMÍA | PROCURADURÍA FEDERAL DEL CONSUMIDOR

## Revista del Consumidor

**Ricardo Sheffield**  
Procurador Federal del Consumidor

**David Aguilar Romero**  
Coordinador General de Educación y Divulgación

**Diana F. Piedra Flores**  
Directora General de Difusión

**Víctor Alfredo Carrizal Pérez**  
Director Editorial

**Tania Ovalle Rodríguez**  
Editora en Jefe

**Roberto Paz Amaya**  
Editor Gráfico

**Azul Rocío Ramírez**  
Redactora

**J. Esteban Muñoz Hernández**  
Maricarmen Tovar Rodríguez  
Diseño

**Ernesto Casas Monroy**  
Departamento de Comunicación Digital

### Consejo Editorial

**Surit Berenice Romero Domínguez**  
**Alma Laurence Contreras Garibay**  
**Pedro Francisco Rangel Magdaleno**  
**Francisco Javier Chico Goarne Cobian**  
**José de Jesús Montaña Barragán**  
**Maricela Juárez Herrera**  
**Carlos Manuel Orozco Ruiz**  
**Ilse Marianna González Benavides**  
**Ricardo de la Peña Gutiérrez**

[www.gob.mx/profeco](http://www.gob.mx/profeco)

✕ @Profeco  
✕ @RdelConsumidor  
f @ProfecoOficial  
f @RevistaDelConsumidorMX  
@ @revistadelconsumidormx  
/ProfecoTV

Fotografía de portada José Rodríguez Magos y Eduardo Rodríguez Nospango.

Las marcas utilizadas en la Revista del Consumidor son con fines informativos y/o comparativos, de conformidad a lo dispuesto por la Ley Federal de Protección a la Propiedad Industrial.

## EDITORIAL



Desde 1976, la Revista del Consumidor se ha ganado un lugar en el imaginario colectivo de nuestro país. Desde entonces es referente de información y una aliada para la economía de las familias mexicanas.

A lo largo de estos 47 años la revista ha atravesado por varias eras. Nació como una pieza de colección y consulta para dar a conocer los análisis del Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor, pero poco a poco y gracias a la preferencia de la gente fue tomando forma, y ahora da difusión a temas de interés general convirtiéndose así en una publicación de referencia que responde a la realidad del pueblo de México.

Siempre a la vanguardia, marcando tendencia en diseño editorial y contenidos innovadores; se creó además la versión televisiva y radiofónica, dándole voz a grandes figuras de la comunicación que pasaron por los estudios de grabación de la Profeco.

Actualmente por nuestros estudios caminan leyendas del deporte mexicano, los chefs más reconocidos, cocineras tradicionales, agricultores, artistas, médicos, productores de todas las industrias que con su experiencia y colaboración han consolidado a nuestra querida Revista del Consumidor como el medio de información más relevante en temas de consumo y la han convertido en un medio cuyos contenidos llegan a millones de personas a través de todas sus plataformas.

Tener la oportunidad de encabezar esta institución ha sido un verdadero desafío y sobre todo, un gran honor.

Con información empoderamos al que menos sabe, menos tiene y menos puede, poniendo límites a los pasados de rosca.

**Ricardo Sheffield**  
Procurador Federal del Consumidor

### Colaboradores

**Alma Delia Beade Ruelas**  
**Alba Orozco Gómez**  
**Antonio Reyes Luna**  
**Carlos Cárdenas Ocampo**  
**Carlos Enrique García Soto**  
**Edgar Araiza Escalera**  
**Eduardo Rodríguez Nospango**

**Elia Marlene Segura Segura**  
**Erika Castillo Escobedo**  
**José Rodríguez Magos**  
**José Luis Sandoval**  
**Karina del Carmen Anguiano Chávez**  
**María Guadalupe Velasco Rodríguez**  
**Nancy Ortiz Ávila**

**Noel Díaz Ortega**  
**Ricardo del Real**  
**Rubén Alejandro Aguilar Echeverría**  
**Víctor Saúl Herrera Silva**



# SUMARIO

Platillo Sabio

4



BOLITAS DE HUMMUS

Tecnología Doméstica

43

MOLE POBLANO



Finanzas Personales

70



LA PROPINA

Estudios DE Calidad PROFECO

8

# Mole Industrializado

Azúcar o aceite, ¿cuál es su primer ingrediente?



Brújula de Compra

72

¿PASOS EN LA AZOTEA? PODRÍAN SER PIOJOS



Qué Hacer Si

76

BUEN FIN 2023



Entorno Digital

80

LLAMADAS FANTASMA



A Cuidarnos

82



ETIQUETADO FRONTAL DE ALIMENTOS

Nadie Afuera

84



DISCRIMINACIÓN POR VIH

A Libro Abierto

86

ENTREVISTA A IMANOL MARTÍNEZ DESAHUCIO



44

# MALLAS DEPORTIVAS PARA DAMA

Elegir de una manera informada te brindará comodidad.







**Platillo Sabio**  
PROFECO

# Bolitas de Hummus



Si quieres ver esta y otras recetas suscríbete a nuestro canal de **YouTube PROFECO**

**Una rica combinación de ingredientes saludables.**



### Ingredientes:

- 450 g de hummus de garbanzo
- 120 g de queso panela en cuadritos
- 1 tz de avena molida
- 1 tz de leche descremada
- 5 cucharaditas de aceite
- Sal y pimienta al gusto

### Para la ensalada:

- 3 tz de espinaca
- 2 tz de uvas rojas, partidas por la mitad y sin semillas
- Nueces picadas

### Procedimiento:

1. En un recipiente vierte la leche, salpiméntala, mézclala y déjala reposar 5 minutos.
2. Con 2 cucharadas de hummus forma cada bolita, hazles un hueco, agrega un cuadrito de queso panela y cierra.
3. Sumerge las bolitas en la leche por 10 minutos, después escúrrelas y pásalas por la avena molida para empanizarlas.
4. En una sartén pon el aceite, deja que se caliente a fuego bajo y fríe las bolitas. Voltéalas para que se doren por ambos lados. Retíralas y escúrreles el exceso de aceite en papel absorbente.
5. En un plato pon una cama de espinacas, uvas, las bolitas de hummus y espolvorea nueces al gusto.



308 KCAL  
POR PORCIÓN



\$223



6 PORCIONES



40 MINUTOS

Fotografía: José Luis Sandoval



Consulta de información del 11 al 18 de septiembre del 2023 / Ciudad de México y Área Metropolitana.



Inténtalo en tu casa y etiquétanos en Instagram [#PlatilloSabioProfeco](#) y [@revistadelconsumidormx](#).



# Ricardo del Real

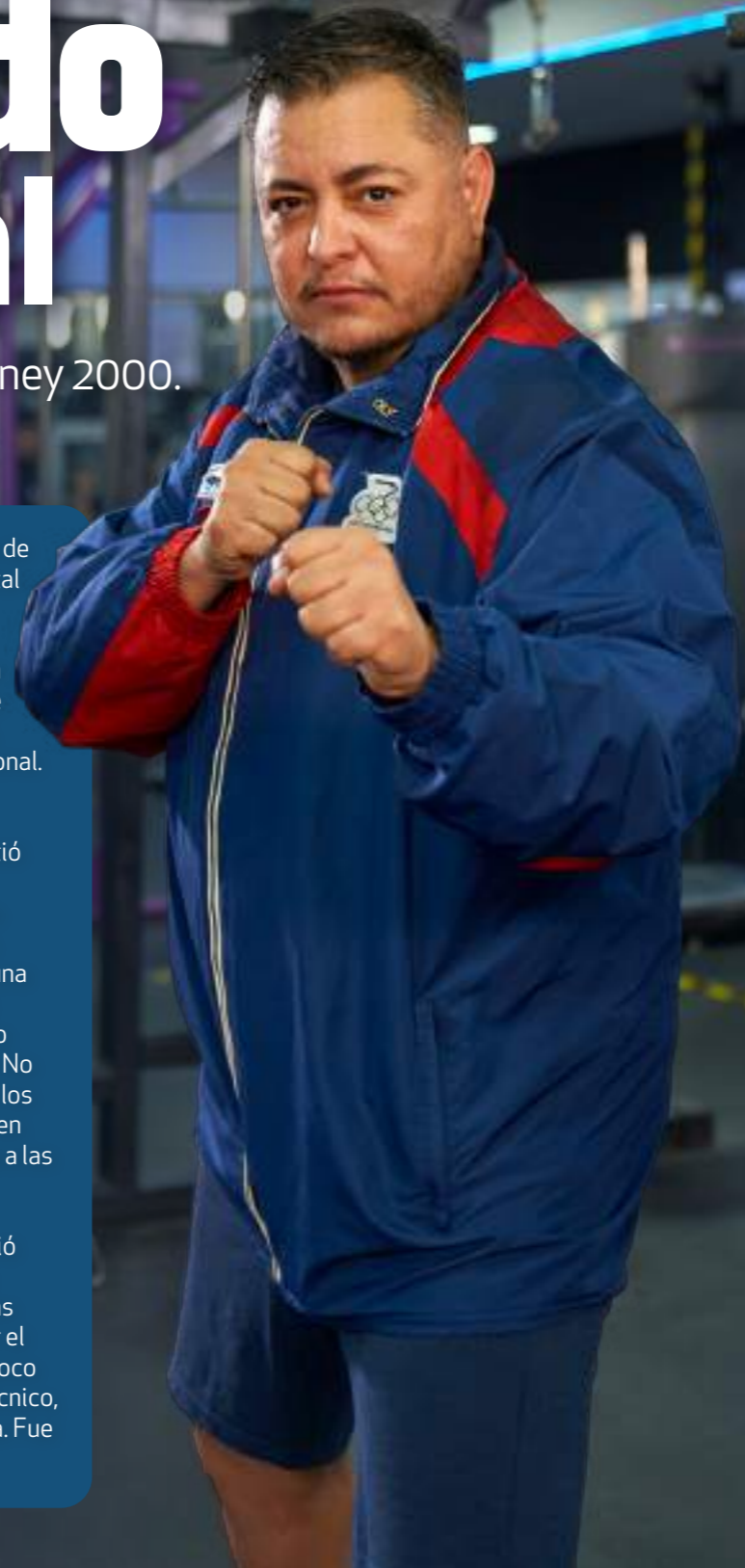
Seleccionado olímpico en Sidney 2000.

⌚ Tiempo de lectura: 2 minutos 30 segundos.

Cuando vio *Karate Kid* se enamoró totalmente de la disciplina. Tenía 9 años y aún vivía en su natal Aguascalientes, y aunque también le gustaban deportes como el basketbol y el voleibol, el karate le encantó. Con lo que Ricardo no contaba es que lo inscribieron en taekwondo, y a partir de ahí comenzó su amor y periplo por este deporte, tanto así que estuvo 10 años en la selección nacional.

Durante ese tiempo Ricardo formó parte del equipo nacional representando a México, compitió en cinco campeonatos del mundo, en Juegos Centroamericanos, Panamericanos y también en Juegos Olímpicos. Dentro de esos campeonatos obtuvo tres medallas de bronce y una de oro en una Copa del Mundo, la primera en la historia de ese entonces, esto fue en 1997. Por esa presea de oro fue merecedor del Premio Nacional del Deporte. No hay que olvidar su notable participación durante los Juegos Olímpicos de Sidney 2000, donde quedó en noveno lugar. Con todo este trabajo abrió brecha a las nuevas generaciones.

Por supuesto que para llegar a lo más alto requirió de trabajo, disciplina y amor a lo que hace. Tenía tres entrenamientos al día que eran de 6 a 8 horas diarias, "Prácticamente era despertar para hacer el entrenamiento físico, desayunar, descansar un poco para después comenzar con el entrenamiento técnico, descansar, comer y volver a trabajar en la técnica. Fue muy pesado pero valió la pena."



Actualmente, es miembro permanente en el Comité Olímpico Mexicano (COM), también es la voz para muchos grupos vulnerables en el deporte, como la comunidad de la diversidad. Es embajador del Movimiento Olímpico Mexicano y colabora para el Comité Olímpico Internacional (COI), donde imparte talleres sobre cómo enfrentar la vida laboral después del retiro.

Al igual que otros deportistas olímpicos, Ricardo fue acreedor a un pin que dice Oly, "Todos los que alguna vez fuimos olímpicos lo obtuvimos y es todo un honor y por supuesto un orgullo."

Ricardo recomienda realizar alguna actividad física, "No es necesario ser un atleta de alto rendimiento para poder hacer deporte, puedes hacerlo en familia, jugando de una manera progresiva si no estás tan acostumbrado o acostumbrada, pero ten en mente siempre ejercitarte, es algo muy sano para la mente e incluso para el humor".

**“La alimentación es la base de todo, si no estás bien alimentado, no rindes igual en tu día a día”.**

Fotografía: José Rodríguez Magos



# Mole Industrializado

Azúcar o aceite, ¿cuál es su primer ingrediente?

🕒 Tiempo de lectura: 15 minutos.



En el mole se combinan diferentes sabores y aromas, el dulzor del chocolate, el picante de los chiles, el toque de las especias y de otros ingredientes. Su origen se remonta a la época prehispánica, su nombre deriva del náhuatl *mulli* que significa salsa, se hacía con chiles y otros

ingredientes, posteriormente se fueron agregando componentes traídos por los españoles que complementaron la receta.

Pusimos a prueba diferentes marcas de mole industrializado para que sepas lo que llevas a tu mesa.

## NORMATIVIDAD

- **NOM-002-SCFI-2011.** "Productos Preenvasados-Contenido Neto-Tolerancias y Métodos de Verificación".
- **NOM-051-SCFI/SSA1-2010.** "Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados- Información comercial y sanitaria".
- **REGLAMENTO DE CONTROL SANITARIO DE PRODUCTOS Y SERVICIOS.**
- **NMX-F-422-1982.** "Productos alimenticios para uso humano - Alimentos regionales - Mole y sus variedades".

## FICHA TÉCNICA

**Realización del estudio:** del 16 de mayo al 10 de agosto del 2023.

**Adquisición de muestras:** del 16 de mayo al 27 de junio del 2023.

**Marcas analizadas:** 33.

**Pruebas realizadas:** 429.





# TIPOS DE MOLE

La norma de referencia para el mole indica que estos productos contienen ingredientes básicos e ingredientes opcionales, así como especias y condimentos<sup>1</sup>. Sin embargo, en el país existen muchas recetas de moles y sus ingredientes son tan variados que hay diferentes tipos y nombres, como:



Además, cada región del país imprime su propio sello, como:



## APORTE NUTRIMENTAL

Dependiendo de su formulación y del tamaño de la porción el aporte nutricional será distinto, pero a grandes rasgos el mole proporciona principalmente:

- Grasa
- Carbohidratos
- Azúcares

## GRASA

El tipo de grasa empleada en su producción es diferente entre las marcas, ya que algunas usan aceites vegetales y/o grasas hidrogenadas. Estas últimas, a pesar de ser de origen vegetal, por el tratamiento físico-químico al que son sometidas se comportan en nuestro organismo como **la grasa saturada, que en exceso contribuye a aumentar los niveles de colesterol sanguíneo.**



<sup>1</sup>NMX-F-422-1982. "Productos alimenticios para uso humano – Alimentos regionales – Mole y sus variedades".

# ¿QUÉ CONTIENE EL MOLE INDUSTRIALIZADO?

## Ingredientes Básicos

- Chiles
- Agua
- Aceites y/o grasas comestibles
- Harinas, féculas o almidones
- Sal

## Azúcares

## Antioxidantes

Para evitar la rancidez del aceite o grasa.

## Conservadores

Para evitar el crecimiento de hongos, principalmente. Pueden ser:

- Benzoato de sodio
- Sorbato de potasio

## Especias y Condimentos

- Ajo
- Cebolla
- Nuez moscada
- Pimienta
- Clavo
- Cominos
- Anís
- Semillas de ajonjolí
- Semillas de cilantro
- Canela
- Hierbas de olor
- Otros

## Ingredientes Opcionales

- Semillas de chile
- Chocolate
- Cacao
- Cacahuete
- Pasas
- Almendras
- Avellanas
- Nueces
- Pan blanco
- Tortillas o tostadas
- Jitomate
- Plátano macho
- Otros

## Potenciadores de sabor

Se utilizan para reforzar el sabor de los alimentos. Pueden ser:

- Caldo de pollo que puede contener Glutamato monosódico
- Extractos de levadura
- Extractos de soya

## Colorantes

Para unificar el color de los productos en cada lote. Pueden ser:

- Caramelo clase IV
- Rojo allura
- Indigotina
- Tartrazina



Nota: No todas las marcas analizadas contienen todos los ingredientes que aquí se presentan.



# CONOCE EL ESTUDIO

Se analizaron **33 productos** productos denominados mole en presentaciones en polvo y pasta.

- 10 Moles
- 5 Moles negros
- 2 Moles con cacao o chocolate
- 5 Moles rojos
- 10 Moles almendrados
- 1 Mole con camarón

## LAS PRUEBAS

### Información al consumidor

Se verificó que el etiquetado que ostentan las muestras incluyera, de forma clara y legible y en español, la información requerida en la normatividad nacional vigente, como:



### APORTE NUTRIMENTAL

Se verificó lo siguiente, tomando como referencia 100 gramos del producto preparado conforme a las instrucciones indicadas en su etiqueta. En los productos que no contienen instrucciones de uso o estas no son claras, los moles se prepararon de acuerdo a lo señalado por el fabricante\*.



### CALIDAD SANITARIA

Con el fin de que los productos no representen un riesgo para los consumidores, se revisó la presencia de microorganismos patógenos, de deterioro y aquellos que indican un mal manejo sanitario.



\*El fabricante proporcionó las cantidades de preparación.



# MOLE



Precios Promedio de Mole en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Puebla, Oaxaca y Villahermosa, levantados del 4 al 8 de septiembre del 2023.

\$ Precio promedio por envase.

## DEMANE ARTESANÍA GOURMET

México/ 420 ml



Proteína  
**2.2%**

Grasa  
**5.7%**

Carbohidratos  
**11.8%**

Contenido energético  
**107 kcal**  
/100g

Azúcares totales  
**9.1%**

- Sus instrucciones de uso no son claras\*.
- Declara 420 ml de contenido neto, pero contiene 380 ml.
- La etiqueta **no se ha ajustado a los requisitos de la norma de etiquetado vigente.**
- Le falta el sello **EXCESO AZÚCARES**

\*Se preparó con 200 ml de agua, de acuerdo a lo señalado por el fabricante.

## DOÑA MARÍA

México/ 235 g



Proteína  
**3.1%**

Grasa  
**8.2%**

Carbohidratos  
**9.3%**

Contenido energético  
**123 kcal**  
/100g

Azúcares totales  
**5%**

## EL SABOR DE OAXACA

México/ 500 g



Proteína  
**2.4%**

Grasa  
**2.8%**

Carbohidratos  
**13.1%**

Contenido energético  
**87 kcal**  
/100g

Azúcares totales  
**9.4%**

- **No presenta su declaración nutrimental** con base en el producto preparado.
- Usa sellos que no debería de usar porque no se estimaron sobre 100 g de producto preparado.
- La etiqueta **no se ha ajustado a los requisitos de la norma de etiquetado vigente.**





Precios Promedio de Mole en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Puebla, Oaxaca y Villahermosa, levantados del 4 al 8 de septiembre del 2023.

\$ Precio promedio por envase.

### GOLDEN HILLS

México/ 240 g



\$21

Proteína **2.2%**

Grasa **7.8%**

Carbohidratos **9.9%**

Contenido energético **118 kcal** /100g

Azúcares totales **7.7%**

EXCESO AZÚCARES

EXCESO SODIO

### LA COSTEÑA

México/ 235 g



\$41

Proteína **2.1%**

Grasa **6.1%**

Carbohidratos **11.4%**

Contenido energético **109 kcal** /100g

Azúcares totales **6.7%**

EXCESO AZÚCARES

### GREAT VALUE

México/ 235 g



\$36

Proteína **3%**

Grasa **9.8%**

Carbohidratos **16.7%**

Contenido energético **166 kcal** /100g

Azúcares totales **11.6%**

EXCESO AZÚCARES

### ROGELIO BUENO

México/ 245 g



\$30

Proteína **3.4%**

Grasa **7.8%**

Carbohidratos **10.9%**

Contenido energético **127 kcal** /100g

Azúcares totales **6.9%**

EXCESO AZÚCARES

EXCESO GRASAS SATURADAS



## SAN PEDRO

México/ 250 g



Proteína  
**5.6%**

Grasa  
**10.9%**

Carbohidratos  
**16.5%**

Contenido energético  
**187 kcal**  
/100 g

Azúcares totales  
**13.7%**

• Sus instrucciones de uso no son claras\*.

• La etiqueta **no se ha ajustado a los requisitos de la norma de etiquetado vigente.**

• No presenta su declaración nutrimental con base en el producto preparado.

• Le falta el sello **EXCESO AZÚCARES**

\*Se preparó con 400 ml de agua, de acuerdo a lo señalado por el fabricante.



Precios Promedio de Mole en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Puebla, Oaxaca y Villahermosa, levantados del 4 al 8 de septiembre del 2023.

\$ Precio promedio por envase.

## MOLE ROJO

### CORO

México/ 365 g



Proteína  
**2.6%**

Grasa  
**8.7%**

Carbohidratos  
**22%**

Contenido energético  
**177 kcal**  
/100 g

Azúcares totales  
**9.5%**

• Declara 3% de carbohidratos y contiene 22%.

• Declara 1% de azúcares totales y contiene 9.5%.

• Le falta el sello **EXCESO AZÚCARES**

## XIQUEÑO

México/ 230 g



Proteína  
**1.8%**

Grasa  
**17.2%**

Carbohidratos  
**21.8%**

Contenido energético  
**249 kcal**  
/100 g

Azúcares totales  
**18.7%**

• Presenta la leyenda "Producto no perecedero" y tiene declaración de fecha de caducidad, por lo que no es veraz.

## DOÑA MARÍA

México/ 230 g



Proteína  
**2.7%**

Grasa  
**9%**

Carbohidratos  
**15%**

Contenido energético  
**152 kcal**  
/100 g

Azúcares totales  
**8.5%**





Precios Promedio de Mole en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Puebla, Oaxaca y Villahermosa, levantados del 4 al 8 de septiembre del 2023.

\$ Precio promedio por envase.

## DON REY

México/ 250 g



Proteína  
**5.2%**

Grasa  
**36.2%**

Carbohidratos  
**42.9%**

Contenido energético  
**127 kcal**  
/100 g

Azúcares totales  
**25.4%**

- Sus instrucciones de uso no son claras.
- No presenta su declaración nutrimental con base en el producto preparado.
- La etiqueta **no se ha ajustado a los requisitos de la norma de etiquetado vigente.**
- El fabricante no presentó información sobre la preparación, se reportan valores en el producto en pasta.

## MOLE DON PANCHO

México/ 500 g



Proteína  
**2.6%**

Grasa  
**3.9%**

Carbohidratos  
**14.5%**

Contenido energético  
**104 kcal**  
/100 g

Azúcares totales  
**10.4%**

## GOLDEN HILLS

México/ 240 g



Proteína  
**2.5%**

Grasa  
**7.3%**

Carbohidratos  
**10.4%**

Contenido energético  
**117 kcal**  
/100 g

Azúcares totales  
**6.9%**





# MOLE NEGRO

Precios Promedio de Mole en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Puebla, Oaxaca y Villahermosa, levantados del 4 al 8 de septiembre del 2023.

\$ Precio promedio por envase.

## COCINA MESTIZA

México/ 400 g

NO COMPROBÓ

\$101



EXCESO AZÚCARES

Proteína <b>2.4%</b>	Grasa <b>5.8%</b>	Carbohidratos <b>12.5%</b>
-------------------------	----------------------	-------------------------------

Contenido energético  
**112 kcal**  
/100 g

Azúcares totales  
**9.2%**

**No comprobó** la frase:  
**UN SABOR Y TEXTURA INIGUALABLE**

## EL SABOR DE OAXACA

México/ 500 g

NO CUMPLE

\$86



EXCESO CALORÍAS

EXCESO AZÚCARES

EXCESO GRASAS SATURADAS

EXCESO SODIO

Proteína <b>2.7%</b>	Grasa <b>3.9%</b>	Carbohidratos <b>11%</b>
-------------------------	----------------------	-----------------------------

Contenido energético  
**90 kcal**  
/100 g

Azúcares totales  
**11%**

- No presenta instrucciones de uso\*.
- No presenta su declaración nutrimental con base en el producto preparado.
- Usa sellos que no debería de usar porque no se estimaron sobre 100 g de producto preparado.
- La etiqueta **no se ha ajustado a los requisitos de la norma de etiquetado vigente.**

\*Se preparó con 750 g de puré de tomate y 1 l de agua, de acuerdo a lo señalado por el fabricante.

## DOÑA MARÍA

México/ 230 g

\$59



EXCESO AZÚCARES

Proteína <b>2.8%</b>	Grasa <b>7.9%</b>	Carbohidratos <b>14.7%</b>
-------------------------	----------------------	-------------------------------

Contenido energético  
**141 kcal**  
/100 g

Azúcares totales  
**8.5%**

## LA COMANDANTA

México/ 400 g

NO CUMPLE

\$153



EXCESO CALORÍAS

EXCESO AZÚCARES

EXCESO AZÚCARES

EXCESO SODIO

Proteína <b>3.2%</b>	Grasa <b>4.6%</b>	Carbohidratos <b>16.9%</b>
-------------------------	----------------------	-------------------------------

Contenido energético  
**122 kcal**  
/100 g

Azúcares totales  
**15.3%**

- No presenta su declaración nutrimental con base en el producto preparado.
- Usa sellos que no debería de usar porque no se estimaron sobre 100 g de producto preparado.



## ORIGEN SANO

México/ 250 g



EXCESO CALORÍAS

Proteína  
**3.9%**

Grasa  
**13.1%**

Carbohidratos  
**27.5%**

Contenido energético  
**243 kcal**  
/100 g

Azúcares totales  
**16.9%**

- Sus instrucciones de uso no son claras\*.
- No presenta su declaración nutrimental con base en el producto preparado.
- La etiqueta **no se ha ajustado a los requisitos de la norma de etiquetado vigente.**
- Le falta el sello **EXCESO AZÚCARES**

\*Se preparó con 250 ml de agua, de acuerdo a lo señalado por el fabricante.



Precios Promedio de Mole en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Puebla, Oaxaca y Villahermosa, levantados del 4 al 8 de septiembre del 2023.

\$ Precio promedio por envase.

## MOLE ALMENDRADO

### AMORES Y SABORES

México/ 300 g



EXCESO AZÚCARES

Proteína  
**3.5%**

Grasa  
**7.8%**

Carbohidratos  
**22.9%**

Contenido energético  
**176 kcal**  
/100 g

Azúcares totales  
**14.8%**

- Sus instrucciones de uso no son claras\*.
- Se denomina "mole almendrado", sin embargo **no indica cuánta almendra contiene.**

\*Se preparó con 2 tazas de agua (500 ml), de acuerdo a lo señalado por el fabricante.

### COCINA MESTIZA MÉXICO

Mole negro almendrado  
México/ 210 g



EXCESO AZÚCARES

EXCESO GRASAS SATURADAS

EXCESO SODIO

Proteína  
**2.7%**

Grasa  
**6.2%**

Carbohidratos  
**8%**

Contenido energético  
**98 kcal**  
/100 g

Azúcares totales  
**6.5%**

- Se denomina "mole almendrado", sin embargo **no indica cuánta almendra contiene.**

Productos ordenados alfabéticamente.



\$ Precio promedio por envase.

### COCINA MESTIZA MÉXICO

Mole rojo almendrado  
 México/ 210 g



**\$70**

Proteína <b>2.6%</b>	Grasa <b>5.8%</b>	Carbohidratos <b>9.7%</b>
-------------------------	----------------------	------------------------------

Contenido energético  
**101 kcal**  
 /100g

Azúcares totales  
**6.8%**

• Se denomina "mole almendrado", sin embargo **no indica cuánta almendra contiene.**

### GOLDEN HILLS

México/ 240 g



**\$26**

Proteína <b>2.2%</b>	Grasa <b>7.9%</b>	Carbohidratos <b>8.9%</b>
-------------------------	----------------------	------------------------------

Contenido energético  
**115 kcal**  
 /100g

Azúcares totales  
**6.8%**

• Se denomina "mole almendrado", sin embargo **no indica cuánta almendra contiene.**

### DOÑA MARÍA

México/ 235 g



**\$45**

Proteína <b>2.7%</b>	Grasa <b>8.3%</b>	Carbohidratos <b>12.1%</b>
-------------------------	----------------------	-------------------------------

Contenido energético  
**134 kcal**  
 /100g

Azúcares totales  
**7%**

### GREAT VALUE

México/ 235 g



**\$37**

Proteína <b>2.9%</b>	Grasa <b>8.7%</b>	Carbohidratos <b>14.4%</b>
-------------------------	----------------------	-------------------------------

Contenido energético  
**148 kcal**  
 /100g

Azúcares totales  
**13%**



\$ Precio promedio por envase.

### GURRUMINA

México/ 350 g



Proteína <b>1.6%</b>	Grasa <b>5.6%</b>	Carbohidratos <b>16.9%</b>
-------------------------	----------------------	-------------------------------

Contenido energético <b>125 kcal</b> /100 g	Azúcares totales <b>16.5%</b>
---	----------------------------------

- Se denomina "mole almendrado", sin embargo **no indica cuánta almendra contiene.**
- No presenta su declaración nutricional con base en el producto preparado.
- Usa sellos que no debería de usar porque no se estimaron sobre 100 g de producto preparado.

### LA COSTEÑA

México/ 225 g



Proteína <b>2%</b>	Grasa <b>6.1%</b>	Carbohidratos <b>10.4%</b>
-----------------------	----------------------	-------------------------------

Contenido energético <b>104 kcal</b> /100 g	Azúcares totales <b>6.5%</b>
---	---------------------------------

- Se denomina "mole almendrado", sin embargo **no indica cuánta almendra contiene.**
- Sus instrucciones de uso no son claras\*.
- No presenta su declaración nutricional con base en el producto preparado.
- Le falta el sello **EXCESO AZÚCARES**

### MOLE DON PANCHO

México/ 500 g



Proteína <b>2.4%</b>	Grasa <b>4.8%</b>	Carbohidratos <b>13.4%</b>
-------------------------	----------------------	-------------------------------

Contenido energético <b>106 kcal</b> /100 g	Azúcares totales <b>9.3%</b>
---	---------------------------------

- Se denomina "mole almendrado", sin embargo **no indica cuánta almendra contiene.**

### ORIGEN SANO

México/ 250 g



Proteína <b>4.4%</b>	Grasa <b>14.7%</b>	Carbohidratos <b>23.9%</b>
-------------------------	-----------------------	-------------------------------

Contenido energético <b>246 kcal</b> /100 g	Azúcares totales <b>15%</b>
---	--------------------------------

- Se denomina "mole almendrado", sin embargo **no indica cuánta almendra contiene.**
- Sus instrucciones de uso no son claras\*.
- No presenta su declaración nutricional con base en el producto preparado.
- Le falta el sello **EXCESO AZÚCARES**

\*Se preparó con 250 ml de agua, de acuerdo a lo señalado por el fabricante.



# MOLE CON CACAO/CHOCOLATE

**DOÑA MARÍA**

México/ 235 g



\$46

Proteína  
**2.2%**

Grasa  
**8.1%**

Carbohidratos  
**15.3%**

Contenido energético  
**143 kcal**  
/100g

Azúcares totales  
**7.6%**

EXCESO AZÚCARES

EXCESO GRASAS SATURADAS

**LA COSTEÑA**

México/ 225 g



\$36

Proteína  
**1.8%**

Grasa  
**5%**

Carbohidratos  
**13.1%**

Contenido energético  
**105 kcal**  
/100g

Azúcares totales  
**8.8%**

EXCESO AZÚCARES

# MOLE CON CAMARÓN



Precios Promedio de Mole en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Puebla, Oaxaca y Villahermosa, levantados del 4 al 8 de septiembre del 2023.

\$ Precio promedio por envase.

**COCINA MESTIZA**

México/ 400 g



\$97

Proteína  
**3.2%**

Grasa  
**6.6%**

Carbohidratos  
**9.7%**

Contenido energético  
**111 kcal**  
/100g

Azúcares totales  
**6.8%**

EXCESO AZÚCARES

EXCESO SODIO

• Se denomina "mole con camarón", sin embargo **no indica cuánto camarón contiene.**





# LO QUE ENCONTRAMOS

## SU PRIMER INGREDIENTE ES AZÚCAR O ACEITE



En la mayoría de las marcas analizadas el primer ingrediente es **azúcar o aceite**.



Fotografía: jcomp (aceite), emoji / Freepik

## LOS QUE SU PRIMER INGREDIENTE ES AZÚCAR:



**DOÑA MARÍA**  
MOLE NEGRO ESTILO OAXAQUEÑO



**DOÑA MARÍA**  
MOLE ROJO ESTILO POBLANO



**GREAT VALUE**  
MOLE ALMENDRADO



**GREAT VALUE**  
MOLE POBLANO



**GOLDEN HILLS**  
MOLE ALMENDRADO EN PASTA



**GOLDEN HILLS**  
MOLE DULCE EN PASTA



**GOLDEN HILLS**  
MOLE ROJO EN PASTA



**LA COSTEÑA**  
MOLE



**LA COSTEÑA**  
MOLE ALMENDRADO



**LA COSTEÑA**  
MOLE CON CHOCOLATE



**MOLE DON PANCHO**  
MOLE ESPECIAL ROJO ALMENDRADO EN POLVO



**MOLE DON PANCHO**  
MOLE ROJO ATOCPAN EN POLVO

## LOS QUE SU PRIMER INGREDIENTE ES ACEITE:



**CORO**  
MOLE ROJO ARTESANAL



**DOÑA MARÍA**  
MOLE



**DOÑA MARÍA**  
MOLE ALMENDRADO



**DOÑA MARÍA**  
MOLE PICANTE



**DOÑA MARÍA**  
MOLE POBLANO CON CACAO



**ROGELIO BUENO**  
MOLE NEGRO



# LO QUE ENCONTRAMOS

## MOLE CON CACAO O CHOCOLATE

Hay productos que contienen chocolate o cacao y en algunos casos forman parte de su denominación. Aunque no hay un mínimo de cuánto deben contener sí deben declarar la cantidad, tal es el caso de:



## MOLE ALMENDRADO

Hay productos que se denominan "mole almendrado", y aunque no hay un mínimo establecido de este fruto seco que debieran contener sí deben declarar cuánto contienen, tal es el caso de:



## NO INDICA EL CONTENIDO DE CAMARÓN

Este producto se denomina "mole con camarón" por lo que debería declarar la cantidad de camarón, al no hacerlo incumple la Norma Oficial Mexicana\*.



COCINA MESTIZA

\*NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

Los productos que no cumplen con las Normas Oficiales Mexicanas pueden ser sujetos a medidas precautorias y sus proveedores a requerimientos y, en su caso, a procedimientos por infracciones a la ley. La Profeco está dando seguimiento a los hallazgos del Estudio de Calidad.

## NO INDICAN EL CONTENIDO DE ALMENDRA

Estos productos se denominan "mole almendrado", por lo que deberían declarar la cantidad de almendra que contienen, al no hacerlo incumplen la Norma Oficial Mexicana\*.



AMORES Y SABORES

COCINA MESTIZA MÉXICO MOLE NEGRO ALMENDRADO

COCINA MESTIZA MÉXICO MOLE ROJO ALMENDRADO

DON PANCHO



GURRUMINA

GOLDEN HILLS

ORIGEN SANO

\*NOM-051-SCFI/SSA1-2010.



# LO QUE ENCONTRAMOS

## LES FALTA EL SELLO

A pesar de tener exceso de azúcares no presentan el sello que lo advierte, por lo que incumplen la Norma Oficial Mexicana\*.



CORO



DEMANE ARTESANÍA GOURMET



ORIGEN SANO



SAN PEDRO

## NO PRESENTA INSTRUCCIONES DE USO

Es obligatorio que las instrucciones sean parte de la Información al Consumidor, por lo que al no presentarlas este producto incumple la Norma Oficial Mexicana\*.



EL SABOR DE OAXACA

\*NOM-051-SCFI/SSA1-2010.

Los productos que no cumplen con las Normas Oficiales Mexicanas pueden ser sujetos a medidas precautorias y sus proveedores a requerimientos y, en su caso, a procedimientos por infracciones a la ley. La Profeco está dando seguimiento a los hallazgos del Estudio de Calidad.

## SUS INSTRUCCIONES DE USO NO SON CLARAS

Estos productos deben informar de manera precisa las instrucciones de preparación con las cantidades y procedimientos necesarios para asegurar su correcta utilización, al no hacerlo incumplen la Norma Oficial Mexicana\*.



AMORES Y SABORES



DEMANE ARTESANÍA GOURMET



DON REY



ORIGEN SANO  
MOLE ALMENDRADO CON AJONJOLÍ



ORIGEN SANO  
MOLE NEGRO



SAN PEDRO

\*NOM-051-SCFI/SSA1-2010.



## LO QUE ENCONTRAMOS

# NO PRESENTAN DECLARACIÓN NUTRIMENTAL SOBRE EL PRODUCTO PREPARADO

Los productos que se preparan para comerse deben presentar su información nutrimental ya preparados, al no hacerlo incumplen la Norma Oficial Mexicana\*.



DON REY



GURRUMINA



EL SABOR DE OAXACA



EL SABOR DE OAXACA MOLE NEGRO



LA COMANDANTA



ORIGEN SANO MOLE ALMENDRADO CON AJONJOLI



ORIGEN SANO MOLE NEGRO



SAN PEDRO

\*\*NOM-051-SCFI/SSAI-2010.

Los productos que no cumplen con las Normas Oficiales Mexicanas pueden ser sujetos a medidas precautorias y sus proveedores a requerimientos y, en su caso, a procedimientos por infracciones a la ley. La Profeco está dando seguimiento a los hallazgos del Estudio de Calidad.

# SU ETIQUETA NO ESTÁ ACTUALIZADA

El etiquetado de estos productos no se ha ajustado a los requisitos de la Norma Oficial Mexicana de etiquetado vigente\*.



DEMANE ARTESANÍA GOURMET



DON REY



ORIGEN SANO MOLE ALMENDRADO



ORIGEN SANO MOLE NEGRO



SAN PEDRO



EL SABOR DE OAXACA



EL SABOR DE OAXACA MOLE NEGRO

# NO ES VERAZ EN SU DECLARACIÓN DE NUTRIENTES

Declara menos carbohidratos y azúcares de los que contiene, por lo que no es veraz en su Información al Consumidor.



CORO

### Azúcares

Declara **1% g** /100 g

En realidad contiene **9.5% g** /100 g

### Carbohidratos

Declara **3% g** /100 g

En realidad contiene **22% g** /100 g

\*NOM-051-SCFI/SSAI-2010.



# LO QUE ENCONTRAMOS

## CONTIENE MENOS DEL CONTENIDO NETO DECLARADO

El siguiente producto ofrece menos producto del que declara, por lo que no es veraz en su Información al Consumidor.



Contenido	
Declara	<b>420 ml</b>
/100 g	
En realidad contiene	<b>380 ml</b>

DEMANE ARTESANÍA GOURMET

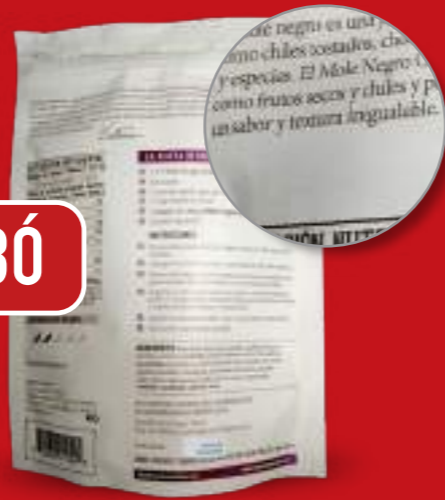
## PRESENTA LEYENDA QUE NO COMPRUEBA

"... UN SABOR Y TEXTURA INIGUALABLE"



COCINA MESTIZA

NO COMPROBÓ



... mole negro es una mezcla de especias, chiles tostados, chiles y especias. El Mole Negro como frutos secos y dulces y por un sabor y textura inigualable.

# NO SIEMPRE LO ENVASADO ES LO MEJOR

## GREAT VALUE VS DOÑA MARÍA



AZÚCARES TOTALES: **13%**

**\$37**

**AZÚCAR**  
COMO PRIMER INGREDIENTE



GRASA: **8.3%**

**\$45**





**VS ACEITE**  
COMO PRIMER INGREDIENTE

UN CONSUMIDOR SABIO CONSUME RAZONADAMENTE.  
**ANALIZA LO QUE CONSUMES.**





# CONSIDERACIONES

## DE COMPRA

- 
**Revisa la etiqueta**  
 Revisa los ingredientes y recomendaciones de uso. Recuerda que la mayoría adiciona azúcar.
- 
**Revisa el empaque**  
 No lo compres si está inflado o golpeado.
- 
**Revisa su primer ingrediente**  
 Los ingredientes se presentan de mayor a menor cantidad, por lo que el primero en la lista será el que abunde.
- 
**Pueden contener alérgenos**  
 Como cacahuete o nuez, de ahí la importancia de leer la etiqueta. Si tienes algún problema consulta a tu médico.

## DE USO

- 
**Sigue las instrucciones de preparación**  
 Debido a la naturaleza de su fabricación es recomendable dejarlo hervir.
- 
**No lo consumas si huele mal**  
 O presenta aromas no característicos del producto, como rancidez.







# Mole Poblano

## Ingredientes

- 150 g de chile mulato
- 50 g de chile ancho
- 50 g de chile chipotle
- 50 g de chile pasilla
- 50 g de cacahuete picado
- 50 g de ajonjolí tostado
- 50 g de almendras sin cáscara
- 50 g de pasas
- 4 piezas de pan tostado frito
- 1 tablilla de chocolate tradicional
- 3 dientes de ajo sin cáscara
- 2 rajas de canela
- 1 cucharadita de anís entero
- 1 cucharadita de pimienta
- 1 tortilla frita y en trozos
- ½ cebolla picada
- ½ cucharadita de sal
- 1/3 de tz de aceite de cocina

## Procedimiento

- 1 Calienta el aceite en una sartén a fuego medio. Dora los chiles moviéndolos para que no se quemen. Retíralos y colócalos en un tazón.
- 2 En la misma sartén acitrona el ajo y la cebolla, después tuesta las almendras, nueces y cacahuates. Coloca todo con los chiles.
- 3 En una licuadora muele los ingredientes del tazón junto con el ajonjolí, las pasas, el pan tostado, el chocolate, la canela, la pimienta, la tortilla, la sal y el anís hasta formar una pasta homogénea.
- 4 Guarda el mole en un recipiente de plástico con tapa hermética, de preferencia de un color oscuro para que no deje pasar la luz del sol.

-  **Caducidad:** 6 meses
-  **Porciones:** 6
-  **kcal por porción:** 468
-  **Costo promedio:** \$176



 Consulta de información del 11 al 18 de septiembre del 2023 / Ciudad de México y Área Metropolitana.



# MALLAS DEPORTIVAS PARA DAMA

Elegir de una manera informada te brindará comodidad.

🕒 Tiempo de lectura: 15 minutos.

Las mallas deportivas son prendas de tela suave, ligera y elástica que se ajustan muy bien al contorno de las piernas. El mercado de ropa deportiva ofrece una amplia variedad, por ello, analizamos el desempeño y las características que presentan las principales marcas y modelos para orientarte en tus decisiones de compra.



## FICHA TÉCNICA

**Realización del estudio:** del 15 de mayo al 11 de agosto del 2023.  
**Adquisición de muestras:** del 17 de mayo al 16 de junio del 2023.  
**Marcas/Modelos analizados:** 12/26.  
**Pruebas realizadas:** 260.

## NORMATIVIDAD

- **NOM-004-SCFI-2021.** Información comercial-Etiquetado de productos textiles, prendas de vestir, sus accesorios y ropa de casa.
- **NMX-A-2076-INNTEX-2013.** Industria textil-Fibras Químicas – Nombres genéricos.
- **NMX-A-3758-INNTEX-2014.** Textiles- Código de generación de etiquetas de cuidado con el uso de símbolos.
- **NMX-A-139-INNTEX-2014.** Industria textil – Atmósferas normales para acondicionamiento y ensayo.
- **NMX-A-1833/1-INNTEX-2014.** Industria textil – Análisis químico cuantitativo – Parte 1 -Principios generales de ensayo.
- **NMX-A-084-INNTEX-2015.** Industria textil – Fibras textiles – Análisis cualitativo – cuantitativo para una fibra 100%.
- **NMX-A-105-E04-INNTEX-2019.** Industria textil – Ensayo de solidez del color al sudor.
- **NMX-A-105-C06-INNTEX-2015.** Industria textil – Método de ensayo de solidez del color – Parte C06- Solidez del color al lavado doméstico y comercial.
- **NMX-A-3759-INNTEX-2011.** Industria textil – Preparación, marcado y medición de especímenes de las telas y prendas para determinar los cambios dimensionales.
- **NMX-A-5077-INNTEX-2015.** Industria textil – Determinación del cambio dimensional en lavado y secado.
- **NMX-A-3801-INNTEX-2012.** Industria textil – Método de prueba para determinar la masa por unidad de área del tejido Método No. 5.
- **NMX-A-172-INNTEX-2012.** Industria textil-Determinación de la resistencia a la abrasión plana Taber en los materiales textiles-método de prueba.
- Metodologías internas de la Dirección General del Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor.

Credito de foto: Freepik





# CONOCE EL ESTUDIO

Se analizaron

26  
modelos



## Las pruebas



### INFORMACIÓN AL CONSUMIDOR

Se verificó que el etiquetado que ostentan incluyera, de forma clara y legible y en español, la información requerida en la normatividad nacional vigente, como:

- Marca comercial
- País de origen
- Nombre y domicilio del fabricante o importador
- Descripción de insumos (fibras) por orden de predominio
- Talla
- Instrucciones de cuidado



### ACABADOS EN TELA Y CONFECCIÓN

Se verificó que las prendas no tuvieran defectos que pudieran verse a simple vista, como decoloración o manchas en el proceso de teñido y que el tejido fuera homogéneo, sin agujeros, nudos, motas u otros defectos.

Se revisó que sus costuras fueran uniformes y no presentaran deformaciones provocadas por un mal corte de la tela, como ondulaciones o tela fruncida.

Se comprobó que las partes que integran la prenda tuvieran una simetría adecuada y sin defectos, como hilos sueltos o roturas.



### CORRESPONDENCIA DE TALLAS

Se comparó que las dimensiones de la prenda fueran acordes a lo esperado conforme a la talla declarada en su etiqueta.



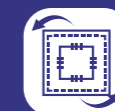
### IDENTIFICACIÓN Y CONTENIDO DE FIBRAS

Se verificó que el tipo, composición y porcentaje de fibras declarado en la etiqueta coincidieran con la muestra.



### PESO DEL TEJIDO DE LA PRENDA (MASA)

El peso del tejido corresponde a la densidad (cantidad de masa por unidad de área) y grosor del hilo con que fue fabricada la tela con la que se confeccionó la prenda, de esta forma, entre mayor es esta cantidad indica que el tejido es más cerrado y esto nos permite saber, de manera comparativa, si una prenda es ligera o pesada.



### CAMBIOS DIMENSIONALES

Se evaluó el encogimiento o alargamiento que presentan estas prendas por la acción del lavado después de un ciclo completo. Para ello, se hacen marcas con tinta indeleble en las mallas antes de lavarlas para luego comparar las medidas finales contra las que se obtuvieron previamente.



### DURABILIDAD DE LA TELA (RESISTENCIA A LA ABRASIÓN)

Se determinó el desgaste de la tela causado, principalmente, por el roce de esta contra diferentes materiales durante la actividad física. Esto se evaluó simulando de forma acelerada dicho roce, colocando cortes de la tela en un aparato de plataforma rotatoria con doble rueda de abrasión, de esta manera el pedazo de tela es sometido a la abrasión de dicho material con un peso y a velocidad constante.



### RESISTENCIA A LA DECOLORACIÓN (SOLIDEZ DEL COLOR)

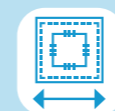
Se determinó el grado de decoloración que pueden sufrir por los efectos causados en el lavado y por la acción del sudor al que están expuestas en su uso. Las pruebas fueron:

#### • SOLIDEZ DEL COLOR AL LAVADO HÚMEDO

Se lavó una muestra de tela de acuerdo a la norma de referencia<sup>1</sup> para después compararla con la tela original.

#### • SOLIDEZ DEL COLOR AL SUDOR

Se sumergieron muestras de la tela en soluciones sintéticas de sudor ácido y sudor alcalino (líquidos que simulan las características del sudor humano). Al terminar la prueba se retiró el exceso del líquido y se comparó la tela original con la tela tratada.



### DETERMINACIÓN DE LA ELASTICIDAD

Con el fin de determinar la máxima elasticidad de la tela y su grado de recuperación después de su uso, se obtuvieron cortes de la tela para ser sometidos a una fuerza de tensión en un tensómetro.

Todas las muestras fueron tratadas con la misma fuerza de tensión durante 30 minutos y se midió la longitud máxima alcanzada para luego dejar que la tela recuperara su forma original y medir su nueva longitud después del estiramiento. Las telas que mantuvieron sus dimensiones, lo más cercano posible a su estado original, obtuvieron una mejor calificación a diferencia de aquellas que después del estiramiento se alargaron unos pocos centímetros.



<sup>1</sup> NMX-A-105-C06-INNTEX-2015. Industria textil – Método de ensayo de solidez del color – Parte C06- Solidez del color al lavado doméstico y comercial.



# MALLAS DEPORTIVAS PARA DAMA 2023



Precios Promedio de Mallas Deportivas para Dama en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Cancún, Cuernavaca y Durango, levantados del 4 al 14 de septiembre del 2023.



**E**  
\$299



**E**  
\$1,359



**E**  
\$229



**E**  
\$499

## ACTIVE OPTIMA

39306 / TALLA EG

México

<b>Información</b>	<b>Acabados</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b>
✓ Completa	<b>E</b>	✓ Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b>	<b>Elasticidad</b>	<b>Solidez del color</b>
296.6 g/m <sup>2</sup>	<b>E</b>	<b>E</b>

## ADIDAS

HM1133 / TALLA G

Indonesia

<b>Información</b>	<b>Acabados</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b>
✓ Completa	<b>E</b>	✓ Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b>	<b>Elasticidad</b>	<b>Solidez del color</b>
249.6 g/m <sup>2</sup>	<b>E</b>	<b>E</b>

## DANSKIN

GO19SA01701 / TALLA EG

México

<b>Información</b>	<b>Acabados</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b>
✓ Completa	<b>E</b>	✓ Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b>	<b>Elasticidad</b>	<b>Solidez del color</b>
262 g/m <sup>2</sup>	<b>E</b>	<b>E</b>

## DANSKIN

GO23SAPS28 / TALLA G

China

<b>Información</b>	<b>Acabados</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b>
✓ Completa	<b>E</b>	✓ Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b>	<b>Elasticidad</b>	<b>Solidez del color</b>
229.8 g/m <sup>2</sup>	<b>E</b>	<b>E</b>

### Notas:

(1) En caso de no cumplimiento significa que los valores medidos presentan una desviación con respecto al valor declarado por el fabricante en un porcentaje mayor a la tolerancia que permite la norma ( $\pm 3\%$ ), o bien algún tipo de fibra verificada no corresponde a la declarada.

(2) Gramos por metro cuadrado.

- Todos los modelos cumplieron en las pruebas de: Correspondencia de tallas, Cambios dimensionales y Resistencia a la abrasión (Durabilidad de la tela).
- Por su relevancia, la Prueba de elasticidad equivale al 40% de la evaluación general.
- La prueba de masa (peso del tejido) es informativa.

**Simbología:** **E** Excelente **MB** Muy Bueno **B** Bueno **S** Suficiente

**Precios:** **\$** Precio Promedio **Ⓢ** Precio proporcionado por el Laboratorio de la Profeco durante la adquisición del producto.





Precios Promedio de Mallas Deportivas para Dama en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Cancún, Cuernavaca y Durango, levantados del 4 al 14 de septiembre del 2023.



**E**  
\$1,149



**E**  
\$259



**E**  
\$1,199



**E**  
\$299

**NIKE**  
DV9020-655 / TALLA L  
Vietnam 🇻🇳

<b>Información</b> ✓ Completa	<b>Acabados</b> <b>E</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b> ✓ Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b> 227.1 g/m <sup>2</sup>	<b>Elasticidad</b> <b>E</b>	<b>Solidez del color</b> <b>E</b>

**SQUADRA**  
17209 / TALLA EG  
México 🇲🇷

<b>Información</b> ✓ Completa	<b>Acabados</b> <b>E</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b> ✓ Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b> 221.7 g/m <sup>2</sup>	<b>Elasticidad</b> <b>E</b>	<b>Solidez del color</b> <b>E</b>

**UNDER ARMOUR**  
1365336-577 / TALLA G  
Vietnam 🇻🇳

<b>Información</b> ✓ Completa	<b>Acabados</b> <b>E</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b> ✓ Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b> 247.9 g/m <sup>2</sup>	<b>Elasticidad</b> <b>E</b>	<b>Solidez del color</b> <b>E</b>

**VOIT**  
11685 / TALLA EG  
México 🇲🇷

<b>Información</b> ✓ Completa	<b>Acabados</b> <b>E</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b> ✓ Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b> 238.1 g/m <sup>2</sup>	<b>Elasticidad</b> <b>E</b>	<b>Solidez del color</b> <b>E</b>

**Notas:**

(1) En caso de no cumplimiento significa que los valores medidos presentan una desviación con respecto al valor declarado por el fabricante en un porcentaje mayor a la tolerancia que permite la norma (±3%), o bien algún tipo de fibra verificada no corresponde a la declarada.  
(2) Gramos por metro cuadrado.

- Todos los modelos cumplieron en las pruebas de: Correspondencia de tallas, Cambios dimensionales y Resistencia a la abrasión (Durabilidad de la tela).
- Por su relevancia, la Prueba de elasticidad equivale al 40% de la evaluación general.
- La prueba de masa (peso del tejido) es informativa.

**Simbología:** **E** Excelente **MB** Muy Bueno **B** Bueno **S** Suficiente

**Precios:** **\$** Precio Promedio **Ⓢ** Precio proporcionado por el Laboratorio de la Profeco durante la adquisición del producto.





Precios Promedio de Mallas Deportivas para Dama en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Cancún, Cuernavaca y Durango, levantados del 4 al 14 de septiembre del 2023.



**E**  
\$259



**MB**  
\$399



**MB**  
\$399



**MB**  
\$175

## WILSON

00643 / TALLA EG (36)

China 🇨🇳

<b>Información</b>	<b>Acabados</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b>
✓ Completa	<b>E</b>	✓ Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b>	<b>Elasticidad</b>	<b>Solidez del color</b>
210.3 g/m <sup>2</sup>	<b>E</b>	<b>E</b>

## SPRINT

5006022792/886 / TALLA G

China 🇨🇳

<b>Información</b>	<b>Acabados</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b>
✓ Completa	<b>E</b>	✓ Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b>	<b>Elasticidad</b>	<b>Solidez del color</b>
242.5 g/m <sup>2</sup>	<b>E</b>	<b>MB</b>

## SPRINT

5006716255/886 / TALLA G

China 🇨🇳

<b>Información</b>	<b>Acabados</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b>
✓ Completa	<b>E</b>	✓ Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b>	<b>Elasticidad</b>	<b>Solidez del color</b>
237.7 g/m <sup>2</sup>	<b>E</b>	<b>MB</b>

## SPRINT

5005296228/886 / TALLA G

China 🇨🇳

<b>Información</b>	<b>Acabados</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b>
✓ Completa	<b>E</b>	✓ Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b>	<b>Elasticidad</b>	<b>Solidez del color</b>
230.3 g/m <sup>2</sup>	<b>E</b>	<b>MB</b>

### Notas:

(1) En caso de no cumplimiento significa que los valores medidos presentan una desviación con respecto al valor declarado por el fabricante en un porcentaje mayor a la tolerancia que permite la norma ( $\pm 3\%$ ), o bien algún tipo de fibra verificada no corresponde a la declarada.

(2) Gramos por metro cuadrado.

- Todos los modelos cumplieron en las pruebas de: Correspondencia de tallas, Cambios dimensionales y Resistencia a la abrasión (Durabilidad de la tela).
- Por su relevancia, la Prueba de elasticidad equivale al 40% de la evaluación general.
- La prueba de masa (peso del tejido) es informativa.

**Simbología:** **E** Excelente **MB** Muy Bueno **B** Bueno **S** Suficiente

**Precios:** **\$** Precio Promedio **Ⓢ** Precio proporcionado por el Laboratorio de la Profeco durante la adquisición del producto.





Precios Promedio de Mallas Deportivas para Dama en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Cancún, Cuernavaca y Durango, levantados del 4 al 14 de septiembre del 2023.



**MB**

**\$349**



**MB**

**\$175**



**MB**

**\$499**



**MB**

**\$219**

### SPRINT

5005149101/886 / TALLA G

China 🇨🇳

<b>Información</b>	<b>Acabados</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b>
✓ Completa	<b>E</b>	✓ Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b>	<b>Elasticidad</b>	<b>Solidez del color</b>
232.3 g/m <sup>2</sup>	<b>E</b>	<b>MB</b>

### SPRINT

5004058978/886 / TALLA G

China 🇨🇳

<b>Información</b>	<b>Acabados</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b>
✓ Completa	<b>E</b>	✓ Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b>	<b>Elasticidad</b>	<b>Solidez del color</b>
250.5 g/m <sup>2</sup>	<b>E</b>	<b>MB</b>

### DANSKIN

G023SAPS38 / TALLA G

China 🇨🇳

<b>Información</b>	<b>Acabados</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b>
✓ Completa	<b>E</b>	✓ Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b>	<b>Elasticidad</b>	<b>Solidez del color</b>
227.8 g/m <sup>2</sup>	<b>MB</b>	<b>E</b>

### MOTIONPRO

LE200335 / TALLA G

México 🇲🇩

<b>Información</b>	<b>Acabados</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b>
✓ Completa	<b>E</b>	✓ Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b>	<b>Elasticidad</b>	<b>Solidez del color</b>
378.4 g/m <sup>2</sup>	<b>MB</b>	<b>E</b>

#### Notas:

(1) En caso de no cumplimiento significa que los valores medidos presentan una desviación con respecto al valor declarado por el fabricante en un porcentaje mayor a la tolerancia que permite la norma (±3%), o bien algún tipo de fibra verificada no corresponde a la declarada.  
 (2) Gramos por metro cuadrado.

- Todos los modelos cumplieron en las pruebas de: Correspondencia de tallas, Cambios dimensionales y Resistencia a la abrasión (Durabilidad de la tela).
- Por su relevancia, la Prueba de elasticidad equivale al 40% de la evaluación general.
- La prueba de masa (peso del tejido) es informativa.

**Simbología:** **E** Excelente **MB** Muy Bueno **B** Bueno **S** Suficiente

**Precios:** **\$** Precio Promedio **Ⓢ** Precio proporcionado por el Laboratorio de la Profeco durante la adquisición del producto.





Precios Promedio de Mallas Deportivas para Dama en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Cancún, Cuernavaca y Durango, levantados del 4 al 14 de septiembre del 2023.



**MB**

**\$797**



**B**

**\$175**



**B**

**\$179**



**B**

**\$349**

## PUMA

52031301 / TALLA M

Camboya 🇰🇲

<b>Información</b>	<b>Acabados</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b>
✓ Completa	<b>E</b>	No Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b>	<b>Elasticidad</b>	<b>Solidez del color</b>
317.2 g/m <sup>2</sup>	<b>E</b>	<b>E</b>

## SPRINT

5005296198/886 / TALLA EG

China 🇨🇳

<b>Información</b>	<b>Acabados</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b>
✓ Completa	<b>E</b>	✓ Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b>	<b>Elasticidad</b>	<b>Solidez del color</b>
252.3 g/m <sup>2</sup>	<b>MB</b>	<b>MB</b>

## SPRINT

5004052473/886 / TALLA G

India 🇮🇳

<b>Información</b>	<b>Acabados</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b>
✓ Completa	<b>E</b>	No Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b>	<b>Elasticidad</b>	<b>Solidez del color</b>
213.8 g/m <sup>2</sup>	<b>E</b>	<b>MB</b>

## SPRINT

5006172930/886 / TALLA G

China 🇨🇳

<b>Información</b>	<b>Acabados</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b>
✓ Completa	<b>E</b>	No Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b>	<b>Elasticidad</b>	<b>Solidez del color</b>
248.6 g/m <sup>2</sup>	<b>E</b>	<b>MB</b>

### Notas:

(1) En caso de no cumplimiento significa que los valores medidos presentan una desviación con respecto al valor declarado por el fabricante en un porcentaje mayor a la tolerancia que permite la norma (±3%), o bien algún tipo de fibra verificada no corresponde a la declarada.

(2) Gramos por metro cuadrado.

- Todos los modelos cumplieron en las pruebas de: Correspondencia de tallas, Cambios dimensionales y Resistencia a la abrasión (Durabilidad de la tela).
- Por su relevancia, la Prueba de elasticidad equivale al 40% de la evaluación general.
- La prueba de masa (peso del tejido) es informativa.

**Simbología:** **E** Excelente **MB** Muy Bueno **B** Bueno **S** Suficiente

**Precios:** **\$** Precio Promedio **Ⓢ** Precio proporcionado por el Laboratorio de la Profeco durante la adquisición del producto.





Precios Promedio de Mallas Deportivas para Dama en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Cancún, Cuernavaca y Durango, levantados del 4 al 14 de septiembre del 2023.



### SPRINT

5004052643/886 / TALLA G

India

<b>Información</b>	<b>Acabados</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b>
✓ Completa	E	No Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b>	<b>Elasticidad</b>	<b>Solidez del color</b>
229 g/m <sup>2</sup>	E	MB

### PINK ACTIVE

S1-432 / TALLA EG

China

<b>Información</b>	<b>Acabados</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b>
✓ Completa	E	No Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b>	<b>Elasticidad</b>	<b>Solidez del color</b>
363.7 g/m <sup>2</sup>	MB	E

### SPRINT

500854931/886/ TALLA G

México

<b>Información</b>	<b>Acabados</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b>
✓ Completa	E	No Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b>	<b>Elasticidad</b>	<b>Solidez del color</b>
210.4 g/m <sup>2</sup>	MB	E

### SPRINT

500158692/886 / TALLA G

México

<b>Información</b>	<b>Acabados</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b>
✓ Completa	E	✓ Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b>	<b>Elasticidad</b>	<b>Solidez del color</b>
206.8 g/m <sup>2</sup>	B	MB

#### Notas:

(1) En caso de no cumplimiento significa que los valores medidos presentan una desviación con respecto al valor declarado por el fabricante en un porcentaje mayor a la tolerancia que permite la norma (±3%), o bien algún tipo de fibra verificada no corresponde a la declarada.

(2) Gramos por metro cuadrado.

- Todos los modelos cumplieron en las pruebas de: Correspondencia de tallas, Cambios dimensionales y Resistencia a la abrasión (Durabilidad de la tela).
- Por su relevancia, la Prueba de elasticidad equivale al 40% de la evaluación general.
- La prueba de masa (peso del tejido) es informativa.

**Simbología:** E Excelente MB Muy Bueno B Bueno S Suficiente

**Precios:** \$ Precio Promedio \$ Precio proporcionado por el Laboratorio de la Profeco durante la adquisición del producto.





Precios Promedio de Mallas Deportivas para Dama en la Ciudad de México y Zona Metropolitana, Cancún, Cuernavaca y Durango, levantados del 4 al 14 de septiembre del 2023.



**S**

**\$219**



**S**

**\$219**

**MOTIONPRO**  
LE200333 / TALLA G  
México

<b>Información</b>	<b>Acabados</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b>
✓ Completa	<b>E</b>	No Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b>	<b>Elasticidad</b>	<b>Solidez del color</b>
357.5 g/m <sup>2</sup>	<b>MB</b>	<b>B</b>

**MOTIONPRO**  
NO PRESENTA / TALLA M  
México

<b>Información</b>	<b>Acabados</b>	<b>Identificación y contenido de fibras<sup>(1)</sup></b>
✓ Completa	<b>E</b>	No Cumple
<b>Masa<sup>(2)</sup></b>	<b>Elasticidad</b>	<b>Solidez del color</b>
281.9 g/m <sup>2</sup>	<b>B</b>	<b>E</b>

**Notas:**

(1) En caso de no cumplimiento significa que los valores medidos presentan una desviación con respecto al valor declarado por el fabricante en un porcentaje mayor a la tolerancia que permite la norma ( $\pm 3\%$ ), o bien algún tipo de fibra verificada no corresponde a la declarada.  
(2) Gramos por metro cuadrado.

- Todos los modelos cumplieron en las pruebas de: Correspondencia de tallas, Cambios dimensionales y Resistencia a la abrasión (Durabilidad de la tela).
- Por su relevancia, la Prueba de elasticidad equivale al 40% de la evaluación general.
- La prueba de masa (peso del tejido) es informativa.

# LO QUE ENCONTRAMOS

## TODAS CORRESPONDEN EN TALLAS

Los modelos analizados fueron acorde a lo esperado conforme a la talla declarada en su etiqueta.

## TODAS RESISTIERON A LA ABRASIÓN

Ningún modelo de los analizados presentó desgaste en la tela por el roce contra diferentes materiales.

## NO TUVIERON CAMBIOS DIMENSIONALES

Ningún modelo de los analizados se encogió o alargó de forma visible.

## SU ELASTICIDAD NO FUE TAN BUENA

Ya que calificaron como "Bueno" en esta prueba.



**SPRINT**  
500158692/886



**MOTIONPRO**  
NO PRESENTA

## SU DECOLORACIÓN FUE NOTORIA



**MOTIONPRO**  
LE200333



# LO QUE ENCONTRAMOS

## SU CONTENIDO DE FIBRAS NO CORRESPONDE CON EL DECLARADO

Presentan variaciones en el contenido de fibras, fuera de la tolerancia de la norma de referencia, respecto a lo que indican en su etiqueta, sin que sea grave, debido a que las distintas fibras empleadas son sintéticas.



**PUMA**  
52031301

Poliéster		Elastano	
Declara	Contiene	Declara	Contiene
89%	83.42%	11%	16.58%



**SPRINT**  
5004052473/886

Poliéster		Elastano	
Declara	Contiene	Declara	Contiene
93%	76.60%	7%	23.40%



**SPRINT**  
5006172930/886

Poliéster		Elastano	
Declara	Contiene	Declara	Contiene
78%	59.70%	22%	40.33%



**PINK ACTIVE**  
S1-432

Poliamida		Elastano	
Declara	Contiene	Declara	Contiene
91%	87%	9%	13%



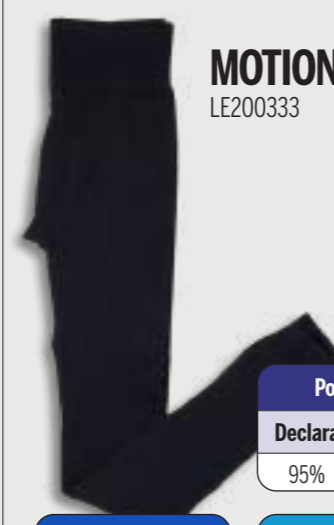
**SPRINT**  
500854931/886

Poliéster (elástico oculto cintura)		Elastodeno (elástico oculto cintura)	
Declara	Contiene	Declara	Contiene
67%	62.28%	33%	37.72%



**SPRINT**  
5004052643/886

Poliéster		Elastano	
Declara	Contiene	Declara	Contiene
93%	57.30%	7%	42.70%



**MOTIONPRO**  
LE200333

Poliéster		Elastano	
Declara	Contiene	Declara	Contiene
5%	0%	0%	10.04%

Poliamida	
Declara	Contiene
95%	89.96%



**MOTIONPRO**  
NO PRESENTA

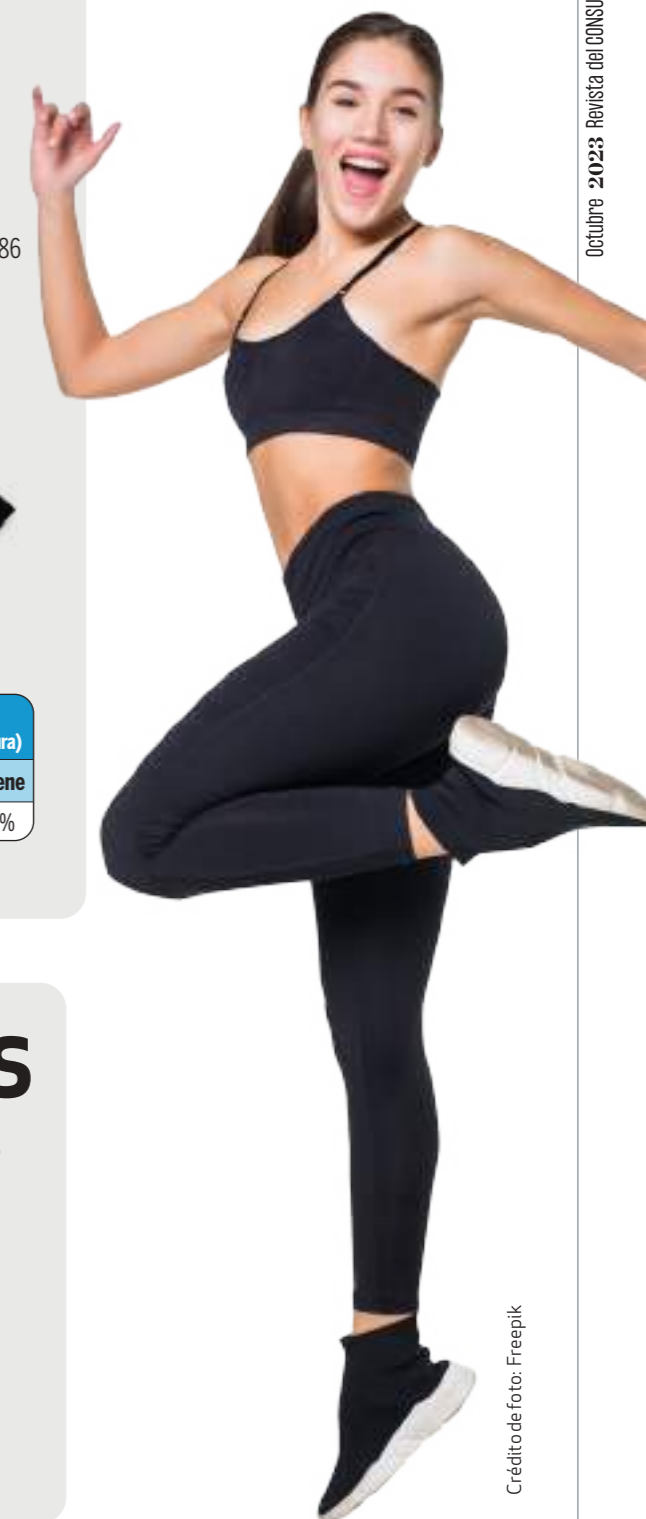
Poliamida		Elastano	
Declara	Contiene	Declara	Contiene
95%	89.47%	5%	10.53%

## LIGEREZA DE LAS TELAS

De acuerdo al peso de las telas de los modelos analizados, expresado en gramos por metro cuadrado, se pueden separar en:

**TELAS LIGERAS**  
De 200 g/m<sup>2</sup> a 300 g/m<sup>2</sup>

**TELAS PESADAS**  
Poco más de 300 g/m<sup>2</sup>





# LO MÁS CARO NO SIEMPRE ES LO MEJOR

Hay productos que tienen una calidad similar a un precio más económico, por ejemplo:

## VOIT vs PINK ACTIVE



MÉXICO



E

\$299

CHINA



B

\$999

UN CONSUMIDOR SABIO CONSUME RAZONADAMENTE.  
CUIDA TU ECONOMÍA.

¡LOS **PASADOS DE ROSCA**  
EN EL PRECIO!



## ACTIVE OPTIMA



MÉXICO



E

\$299

VS

## ADIDAS



INDONESIA



\$1,359

## NIKE



VIETNAM



\$1,149

## UNDER AMOUR



VIETNAM



\$1,119

UN CONSUMIDOR SABIO CONSUME RAZONADAMENTE.  
CUIDA TU ECONOMÍA.

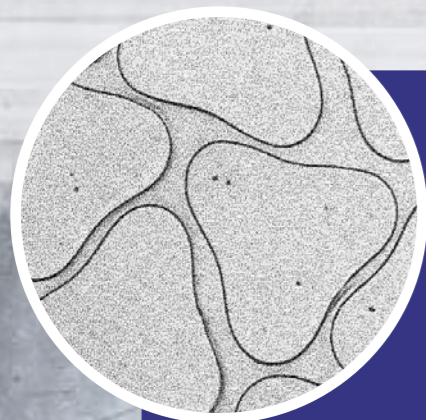


# ► FIBRAS USADAS EN LAS MALLAS DEPORTIVAS<sup>2</sup>

Los productos analizados están fabricados principalmente a base de fibras sintéticas, tales como:

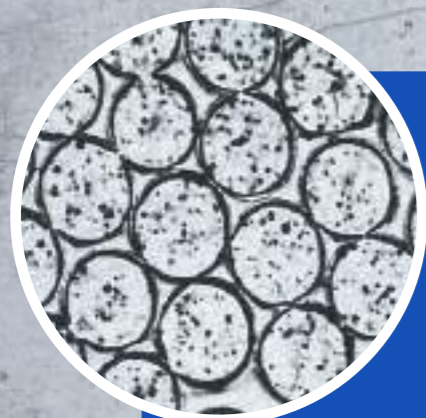
- Poliéster
- Elastano
- Elastodieno
- Poliamida

Para el caso de las telas con que se fabrican las mallas, lo más común es una combinación, ya sea de poliéster o poliamida con elastano.



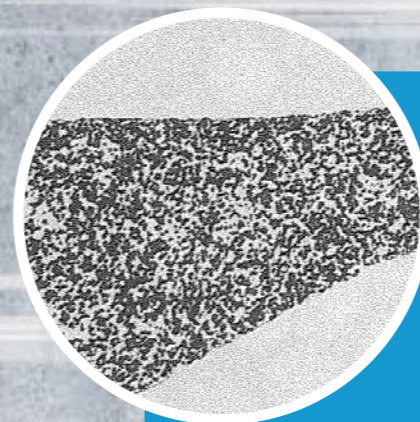
## FIBRAS POLIAMÍDICAS (POLIAMIDA)

- Se denominan nailon o nylon y existen varios tipos, por ejemplo: nylon 6, nylon 66, nylon 11.
- Conservan bien el calor.
- Resisten bien a la rotura y no se pudren.
- Resisten al moho y a elementos ambientales como el aire y el rocío.
- Resisten poco a la luz (tienden a decolorarse).



## FIBRAS DE POLIÉSTER

- Poseen buena elasticidad y estabilidad de su forma, es decir, no se deforman con facilidad.
- A altas temperaturas se vuelven flexibles (son termoplásticas).
- Ofrecen una amplia resistencia a la rotura y al desgaste.
- Resisten muy bien a la luz y a la intemperie.
- Resisten a la formación de moho.



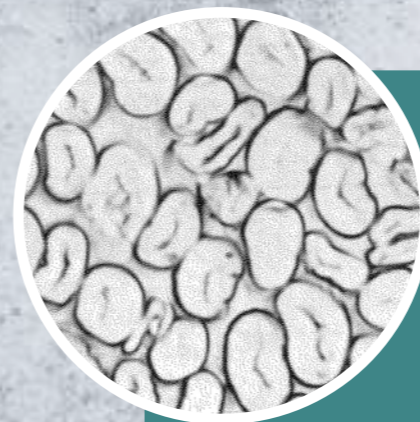
## FIBRAS DE ELASTANO

- Tienen una alta elasticidad y no se deforman.
- Se comportan bien a los lavados repetidos, ya que no se deforman.
- Se pueden lavar en seco.



## FIBRAS DE ELASTODIENO

- Son usadas para brindar compresión y soporte a la prenda, por ello se emplean principalmente en:
  - Corsetería
  - Trajes de baño
  - Medias
  - Tejidos ortopédicos
  - Calcetería
  - Se reblandecen a alta temperatura.



## ALGODÓN<sup>3</sup>

- Fibra de origen natural
- Es la fibra del fruto de la planta del género *Gossypium* de la familia de las "Malvaceas".
- Permite cierto grado de elongación (alargamiento).
- Se compone principalmente de un 91% de celulosa.
- Absorbe en buena medida la humedad del ambiente.
- Es muy resistente al lavado y a la intemperie.



<sup>2</sup> Texto basado en el libro: "Introducción a los textiles" por Norma Hollen y Jane Saddler, Editorial Trillas.

<sup>3</sup> Solo dos modelos de los analizados contienen esta fibra



# RECOMENDACIONES

## De compra



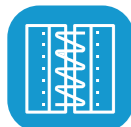
### ADQUIÉRELAS EN TIENDAS ESTABLECIDAS

Como tiendas departamentales, de deportes, boutiques de las marcas, entre otras, así podrás hacer efectiva la garantía si lo necesitas.



### REVISA QUE TENGA INSTRUCCIONES DE USO EN SU ETIQUETA

De esta manera cuidarás mejor tus prendas y evitarás que una mala limpieza le provoque daños permanentes y demerite su apariencia.



### ANTES DE COMPRARLAS, REVÍLASAS

Checa que no tenga imperfecciones como rasgados, malas costuras, manchas o cualquier defecto que no te permita disfrutarla.



### COMPARA PRECIOS Y CALIDAD

Puedes revisar los resultados obtenidos en este estudio para elegir el que se acomode mejor a tus necesidades.



## SUSTENTABILIDAD

Como estas prendas utilizan fibras sintéticas como el poliéster, el elastano, entre otras, que no son biodegradables y su impacto es mayor para el medio ambiente, te recomendamos:

- Lavarlas de manera correcta, con prendas similares, optimizando el uso de agua y detergente.
- Usarlas como trapos para limpieza o para bolear zapatos, cuando termine su vida útil.



Crédito de foto: Freepik

## De uso



### LÁVALAS ANTES DE USARLAS

Ya que las telas con que son confeccionadas son sometidas a procesos químicos para darles la textura, color y apariencia previa a su venta final, lo que puede provocar irritaciones o molestias en la piel.



### SIGUE LAS INSTRUCCIONES DE SU ETIQUETA

Para que tus prendas se conserven en buenas condiciones y puedas disfrutarlas por más tiempo.



### SÉCALAS DE MANERA HORIZONTAL

Es decir, sobre una superficie plana, sin exprimir y no las pongas directamente al sol. Estas prendas no necesitan plancharse, pero si lo deseas, selecciona la temperatura de la plancha sugerida para telas de poliéster, y si tiene un estampado hazlo por la parte interior para evitar que se dañe.



# LA PROPINA

Tú decides cuándo y cuánto.

⌚ Tiempo de lectura: 2 minutos 30 segundos.

La propina es una gratificación voluntaria por un servicio recibido, principalmente en actividades que implican una atención directa al consumidor, como:

- Restaurantes
- Bares
- Servicios turísticos
- Hoteles

**RESTAURANTE**  
COL. CENTRO  
Telp. 55 32678431

**¿Y LA PROPIA?**

Octubre  
Mesa 2  
Mesero Juan Pérez

Descripción	Precio
Ensalada de verduras rojas	\$190.00
Carne a la parrilla	\$239.00
Pasta al dente	\$189.00
Café americano	\$65.00
Postre de chocolate	\$75.00

**\$758.00**

\$800.00

\$12.00

%20

#123456

\*\*\* ¡GRACIAS! \*\*\*

La propina es voluntaria y no puede incluirse en la cuenta sin tu consentimiento.

## ¿ES OBLIGATORIA?

No, aunque en México es una costumbre muy arraigada, tanto que pudiera parecer una obligación. Si bien en ningún caso pueden imponértela como consumidor o usuario, ninguna ley regula a cuánto equivaldría, si es que quisieras darla.

<sup>1</sup> No obstante, el artículo 346 de la Ley Federal del Trabajo (LFT) señala que las propinas percibidas por los trabajadores en hoteles, casas de asistencia, restaurantes, fondas, cafés, bares y otros negocios similares son parte de su salario cuando se puede determinar el porcentaje de propina sobre el total del consumo.

Crédito de foto: Freepik/Alamy



## LEY FEDERAL DE PROTECCIÓN AL CONSUMIDOR



En el artículo 10 establece que:

**“Los proveedores no podrán aplicar métodos o prácticas comerciales coercitivas y desleales, ni cláusulas o condiciones abusivas o injustas en el abastecimiento de productos o servicios”.**

Es decir, la propina es voluntaria y no pueden incluirla en tu cuenta ni obligarte a pagarla.



## UN CONSUMIDOR INFORMADO ES UN CONSUMIDOR EMPODERADO

Siempre revisa tu cuenta y si notas un cargo que no reconoces, pregunta de qué se trata. Realizar un cargo sin tu autorización es una práctica comercial abusiva.

**Teléfono del consumidor**  
(55)5568 8722 - 800 4688722

También disponible en: <http://telefonodelconsumidor.gob.mx>

✉ [denunciasprofeco@profeco.gob.mx](mailto:denunciasprofeco@profeco.gob.mx)  
[denunciapublicitaria@profeco.gob.mx](mailto:denunciapublicitaria@profeco.gob.mx)  
[asesoria@profeco.gob.mx](mailto:asesoria@profeco.gob.mx)

✂ @Profeco  
@AtencionProfeco

📘 ProfecoOficial

Fuentes:  
• Procuraduría Federal del Consumidor. “Derechos básicos del consumidor”. Consultado en: <https://www.gob.mx/profeco/documentos/derechos-basicos-del-consumidor?state=published>  
• Procuraduría Federal del Consumidor. “Tus derechos al reservar en restaurantes”. Consultado en: <https://www.gob.mx/profeco/articulos/tus-derechos-al-reservar-en-restaurantes>  
• Ley Federal del Trabajo. <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LFT.pdf>



# ¿PASOS EN LA AZOTEA? PODRÍAN SER PIOJOS



Disminuye el riesgo revisando la cabeza de tus hijos con frecuencia.

⌚ Tiempo de lectura: 5 minutos

Los piojos son parásitos del tamaño de una semilla de ajonjolí que:

- Se adhieren a la piel de la cabeza
- Ponen huevecillos (liendres) en el cabello para propagarse
- Se alimentan con sangre humana
- Tienen patas adaptadas para sujetarse al cabello
- Necesitan del calor humano para reproducirse
- No vuelan ni saltan, se mueven arrastrándose
- Sus huevecillos no prosperan sin el calor del cuerpo
- No pueden vivir más de dos días fuera de una cabeza

## ¿CÓMO SE TRANSMITEN?

- Por contacto directo entre cabezas
- Al compartir o guardar, juntos, artículos como:
  - Sombreros y bufandas
  - Cepillos y peines
  - Accesorios para el cabello
  - Auriculares
  - Almohadas, toallas y tapicería

## ALGUNOS SÍNTOMAS



- Picazón intensa en el cuero cabelludo.
- Sensación de cosquilleo por el movimiento del pelo.
- Las liendres se adhieren en los tallos del cabello y son muy pequeñas, se localizan alrededor de orejas y nuca. Pueden confundirse con la caspa y no se quitan fácilmente con un cepillo.
- Pequeños bultos rojos en cuero cabelludo, cuello y hombros que al rascarlos podrían infectarse con bacterias.

Crédito de foto: Freepik

## PRECIOS DE TRATAMIENTOS CONTRA PIOJOS EN ESTABLECIMIENTOS

El Instituto Nacional de Salud Pública (INSP) recomienda combinar el uso de champús o lociones antipiojos (pediculicidas) con la remoción manual. Otra opción es acudir a establecimientos que se dedican a prestar el servicio de eliminación de piojos y liendres. Te presentamos los precios de algunos proveedores que ofrecen este servicio.

### ¡Ay Piojos!

- Extracción del contagio en la clínica
- 3 a 4 días posteriores a una cita de revisión
- A los 15 días después del tratamiento la aplicación de una garantía



SESIONES	DURACIÓN DEL TRATAMIENTO	HORARIO DE SERVICIO
2	45 minutos	Lunes a viernes: de 10 a.m. a 7 p.m. Sábado: de 10 a.m. a 5 p.m. Domingo: de 10 a.m. a 3 p.m.

📍 Estado de México / Ciudad de México

🌐 <https://cabecitassinpiojos.mx>

**\$700.00**

### Bye Piojito Stop

- Revisión y diagnóstico
- Tratamiento en cabina
- Aspiración de piojos y liendres
- Utilización de productos naturales
- Entregan certificado escolar si se requiere



SESIONES	DURACIÓN DEL TRATAMIENTO	HORARIO DE SERVICIO
2	40 minutos	Lunes a viernes: de 9 a.m. a 7 p.m. Sábado: de 9 a.m. a 3 p.m.

📍 Estado de México

🌐 <https://www.sinpiojostoluca.com/>

**\$650.00**

### Gogo Piojo

- Revisión
- Flujo de aire. Deshidratación
- Extracción por succión
- Remoción manual
- Sesión de control



SESIONES	DURACIÓN DEL TRATAMIENTO	HORARIO DE SERVICIO
2	1ª sesión 60 minutos 2ª sesión 30 minutos	Lunes a sábado: de 11:30 a.m. a 6:20 p.m.

📍 Aguascalientes / León / Chihuahua / Ciudad Juárez / Monterrey / Saltillo / Tijuana / Colima / Guadalajara / Morelia / Puerto Vallarta / Tlajomulco / Tonalá / Zapopan

🌐 <https://www.gogopiojo.com/>

**\$880.00**

### Choyitas Limpias

- Una sesión de limpieza para eliminar piojos y liendres
- Segunda sesión para concluir el tratamiento contra piojos y asegurarse de que la cabecita haya quedado limpia al 100%
- Garantía al concluir el tratamiento para piojos para recibir un servicio de calidad



#### El servicio incluye:

- Revisión y diagnóstico gratuito para todos los integrantes de la familia
- Certificado Escolar de Limpieza al 100% para presentar en el colegio
- Garantía respaldando la limpieza al terminar el tratamiento

SESIONES	DURACIÓN DEL TRATAMIENTO	HORARIO DE SERVICIO
2	1ª sesión de 60 a 90 minutos 2ª sesión de 90 minutos aproximadamente	Lunes a viernes: de 10 a.m. a 7 p.m. Sábado: de 9 a.m. a 6 p.m. Domingo: de 10 a.m. a 5 p.m.

📍 Estado de México / Ciudad de México

🌐 <https://choyitaslimpias.com/>

**\$850.00**

### La Piojería

- Revisión y diagnóstico
- Aplicación de un mousse hecho a base de enzimas que actúan sobre piojos y liendres
- Extracción de piojos y liendres
- Cita de seguimiento a los 7 días
- Revisión para la mamá sin costo
- Entregan certificado escolar si se requiere



SESIONES	DURACIÓN DEL TRATAMIENTO	HORARIO DE SERVICIO
2	De 60 a 90 minutos	Lunes a viernes: de 10:30 a.m. a 5:30 p.m. Sábado y domingo: de 10:30 a.m. a 3:30 p.m.

📍 Ciudad de México / Jalisco / Estado de México / Querétaro / Michoacán / Sinaloa / Nayarit / Colima / Sonora / Yucatán

🌐 <https://lapiojeria.com/index.htm>

**\$750.00**

<sup>1</sup> El precio corresponde a un cabello a la altura de los hombros. Para varones \$550.00, para mujeres y niñas con cabello arriba del hombro \$630.00 y para cabello a media espalda hacia abajo \$800.00. En casos severos se cobran \$100.00 adicionales.



**Pioouch Off<sup>2</sup>**

- Revisión y diagnóstico
- Extracción detallada de piojos y liendres
- Aspiración con tecnología europea especializada
- Revisión final y recomendaciones



SESIONES	DURACIÓN DEL TRATAMIENTO	HORARIO DE SERVICIO
2	60 minutos	Lunes a viernes: de 10 a.m. a 6:30 p.m. Sábado: 10 a.m. a 5 p.m. Domingo: 10 a.m. a 3 p.m.

Ciudad de México  
<https://www.pioouchoff.com.mx/index.html>

**\$765.00**

**Solvo Clínica de Piojos**

- Diagnóstico
- Equipo de succión
- Loción Solvo y peinetas especializadas
- Equipo de secado
- Revisión semanal y diagnóstico familiar



SESIONES	DURACIÓN DEL TRATAMIENTO	HORARIO DE SERVICIO
2	1ª sesión de 60 minutos 2ª sesión de 30 minutos aproximadamente	Lunes a viernes: de 1 p.m. a 5 p.m. Sábado: de 9 a.m. a 2 p.m.

Aguascalientes / Ciudad de México / León / Metepec / San Luis Potosí / Pachuca / Salamanca / Cuautitlán  
<https://www.solvo.com.mx/>

**\$90.00**

Revisión

**\$550.00**

Tratamiento

**Lice Clinics México**

**Tratamiento Comb Out:**

- Aplicación de gel protector para preparar el cabello y peinarse (15 minutos)
- Peinado profesional para remover piojos y liendres (de 30 a 45 minutos). La duración de este último paso depende del largo del cabello
- Segunda aplicación de gel activo a los 10 días para completar el tratamiento



SESIONES	DURACIÓN DEL TRATAMIENTO
2	De 60 a 75 minutos

**\$950.00**

**Tratamiento completo:**

- Tratamiento con un dispositivo (30 minutos) mediante el cual se eliminan las liendres y piojos
- Aplicación de gel protector para preparar el cabello para peinarse (15 minutos)
- Aspirado cuidadoso para retirar todo

SESIONES	DURACIÓN DEL TRATAMIENTO
1	De 60 a 75 minutos

**\$1,450.00**

**HORARIO DE SERVICIO**

Lunes a viernes: de 10 a.m. a 7 p.m.  
Sábado: de 10 a.m. a 2 p.m.

Estado de México  
<https://www.liceclinicsmexico.com/>



PIOJOS



LIENDRES



CASPA



Crédito de foto: Freepik

La información presentada es estrictamente para fines informativos y comparativos. No tomes este artículo como una serie de recomendaciones de consumo, solo como referencia.  
 Para mayor información sobre costos, promociones, servicios e indicaciones adicionales, características y restricciones se recomienda acudir directamente con el proveedor del producto o servicio.  
<sup>2</sup>El precio corresponde a un cabello arriba de media espalda. El precio para un cabello abajo de media espalda \$850.00.  
 Fuente: Información recabada del 24 al 28 de agosto del 2023, por lo que a la fecha de publicación de este artículo pudo haber cambiado.

**PRECIOS DE PRODUCTOS CONTRA PIOJOS**



PRODUCTO	PRESENTACIÓN	PRECIO PROMEDIO
PEINE	Una pieza	\$132.00
	Envase de 110 ml	\$164.00
CHAMPÚ	Envase de 120 ml	\$114.00
	Envase de 60 ml	\$87.00
SOLUCIÓN	Frasco de 60 ml	\$120.00
	Frasco de 120 ml	\$183.00
SPRAY REPELENTE	Envase de 120 ml	\$116.00
GEL REPELENTE	Envase de 120 g	\$87.00



Fuente: Quién es Quién en los Precios. Precios recabados el 28 de septiembre del 2023, por lo que a la fecha de publicación de este artículo pudieron haber cambiado. En el mercado se pueden encontrar precios más bajos y más altos a los mostrados en el cuadro.

**RECOMENDACIONES**



- Evita el contacto cabeza con cabeza.
- Separa la ropa de la persona que tenga piojos.
- No compartas objetos personales para el cabello.
- Evita acostarte donde haya estado alguien con piojos.
- No utilices remedios peligrosos.
- Acude al médico.
- Lava la ropa durante 10 minutos con agua caliente.
- Remoja o lava los peines y cepillos.
- Utiliza bolsas herméticas para guardar los objetos que no se pueden lavar y aislalos 14 días.
- Lávate las manos después de revisar si alguien tiene piojos.

**Teléfono del consumidor**  
 (55)5568 8722 - 800 4688722

También disponible en: <http://telefonodelconsumidor.gob.mx>

denunciasprofeco@profeco.gob.mx  
 denunciapublicitaria@profeco.gob.mx  
 asesoria@profeco.gob.mx

de lunes a viernes de 9:00 a 19:00 hrs.,  
sábados, domingos y días festivos de  
10:00 a 18:00 hrs.

@Profeco  
 @AtencionProfeco

ProfecoOficial

Fuentes:  
 • Clínica Mayo. Pediculosis capilar. Consultado en: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/lice/symptoms-causes/syc-20374399>  
 • Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS). Recomendación IMSS visitar al médico en caso de pediculosis y evitar tratamientos caseros. Consultado en: <http://www.imss.gob.mx/prensa/archivo/201909/328>  
 • Instituto Nacional de Salud Pública. Piojos. Una infografía. Consultado en: <https://www.insp.mx/infografias/piojos-infografia.html>



# BUEN FIN 2023



Realiza compras informadas e inteligentes y no dañes tu economía.

⌚ Tiempo de lectura: 5 minutos.

## Antes de comprar

### Decide informado

Revisa los precios días antes para saber si realmente hay descuentos.

### Elabora un presupuesto

No adquieras compromisos que superen tu capacidad de pago. Las compras a meses sin intereses también pueden afectar tus finanzas.

### Prepara dos listas

Una con las cosas que necesitas y otra con las cosas que quieres y analízalas.

### Compara precios

Averigua los precios, antes y durante esta temporada, y compara proveedores.



Consulta el programa *Quién es Quién en los Precios* en <https://elbuenfin.profeco.gob.mx/>



## Durante tus compras

### Asegúrate del precio

No porque un producto se anuncie en "oferta" o "promoción" significa que el establecimiento que lo ofrece tenga el precio más bajo del mercado.

### Elige el método de pago que más te convenga

Ya sean meses sin intereses, bonificaciones en pagos con efectivo o con algunas tarjetas bancarias, investiga las alternativas de pago y, en caso de crédito, las instituciones bancarias participantes y los intereses que cobrarán.

### Consulta términos y condiciones de las garantías

Así como las políticas de cambio o devolución, ya sea en las pólizas de cada producto o en las páginas de Internet de los proveedores<sup>1</sup>.

### Solicita y guarda todos los comprobantes de compra

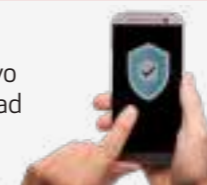
Y de pago, te serán de utilidad en caso de aclaraciones o quejas.

<sup>1</sup> Todo bien o servicio que se ofrezca con garantía deberá estar sujeto a lo dispuesto en la Ley Federal de Protección al Consumidor (LFPC) y a lo pactado entre tú y el proveedor. La garantía no podrá ser inferior a noventa días, contados a partir de la entrega del bien o la prestación del servicio. Para cambios y devoluciones, revisa la vigencia y condiciones para hacerlos válidos.

## Compras en línea

### Protege tus dispositivos

Instala en tu computadora o dispositivo móvil una solución integral de seguridad y mantenla actualizada.



### Verifica que los proveedores estén inscritos en el programa El Buen Fin

Y no te dejes engañar por proveedores que utilizan el logo del programa sin estar registrados. Revisa la página

<https://www.elbuenfin.org/>



### Fíjate dónde compras

Compra en las tiendas digitales oficiales o en plataformas en las que puedas confirmar la información e identidad del vendedor. Lee las reseñas y comentarios realizados por otros consumidores, conoce su experiencia, impresiones y satisfacción respecto a los servicios y productos ofrecidos.



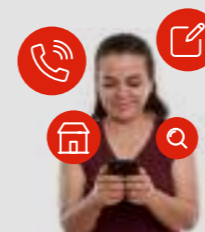
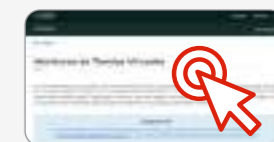
No es la calidad esperada.



### Consulta el Monitoreo de Tiendas Virtuales

Así sabrás si la tienda cumple con las obligaciones que establece la ley, ingresa a:

<https://www.profeco.gob.mx/tiendasvirtuales/>



### Checa el contacto con el proveedor

Asegúrate de que la página web del proveedor informe su domicilio físico, números telefónicos y cualquier medio para contactarlo en caso de que requieras hacer una reclamación.



### Lee los términos y condiciones

Confirma que la página contenga la sección con los términos y condiciones de compra y léelos.



### Revisa tus estados de cuenta

Establece alertas para cargos en tus cuentas bancarias y revisa cuidadosamente tus estados de cuenta. Si notas algo irregular, repórtalo de inmediato.

### Cerrar sesión



### Termina la sesión de compra

Siempre desconéctate y termina la sesión cuando hayas realizado tu compra y obtenido los comprobantes de la transacción.

### Evita comprar en redes sociales

Ya que en la mayoría de los casos no se cuenta con datos de contacto del proveedor o se trata de comercio informal, por lo que en caso de incumplimiento no se podrá localizar al proveedor.



### Asegúrate de que haya artículos en existencia

Algunos proveedores mencionan el número de piezas disponibles para compra, por lo que, en caso de que se refiera a "0 piezas" o "sin disponibilidad", no te arriesgues a comprar, aunque el sitio web te "permita" finalizar la transacción.



### Verifica las condiciones de seguridad

Antes de realizar cualquier pago o confirmación de compra verifica que las páginas cuenten con condiciones de seguridad, como "https://" y un icono de candado cerrado.

[https://com\\_pras.mx](https://com_pras.mx)

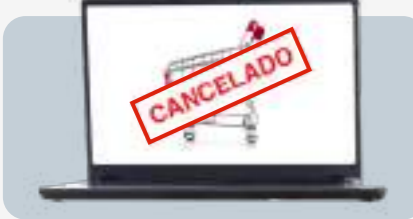




**Evita hacer compras compulsivas solo porque algo está en oferta.**






## Tienes derecho a una bonificación

El proveedor debe otorgarte una compensación o bonificación no menor al 20%<sup>2</sup> del precio pagado, si:

-  • Cancela tu compra unilateralmente.
-  • Incumple con las fechas de entrega.
-  • Te entrega un producto distinto al comprado o que no reúne la calidad, marca y especificaciones solicitadas, o incumple con las ofertas o promociones.

Además, en el caso de ofertas y promociones, si el proveedor no cumple con lo que ofrece tienes derecho a<sup>3</sup>:

-  • Exigir el cumplimiento.
-  • Aceptar otro bien o servicio equivalente.
-  • La rescisión del contrato, o el pago de la diferencia económica entre el precio al que se ofrezca el bien o servicio objeto de la promoción u oferta y su precio normal<sup>4</sup>.

Por ejemplo:

Si compras un producto de **\$20,000** rebajado a **\$12,000** pesos y el proveedor cancela tu compra, puedes exigir el reembolso de:

- Los **\$12,000** que pagaste.
- Más los **\$8,000** pesos por la diferencia de precios
- Más **\$2,400** por concepto de bonificación o compensación del **20%** de lo pagado.

<sup>2</sup> Artículo 92 TER de la Ley Federal de Protección al Consumidor.  
<sup>3</sup> Artículo 50 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.  
<sup>4</sup> Artículo 50 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.



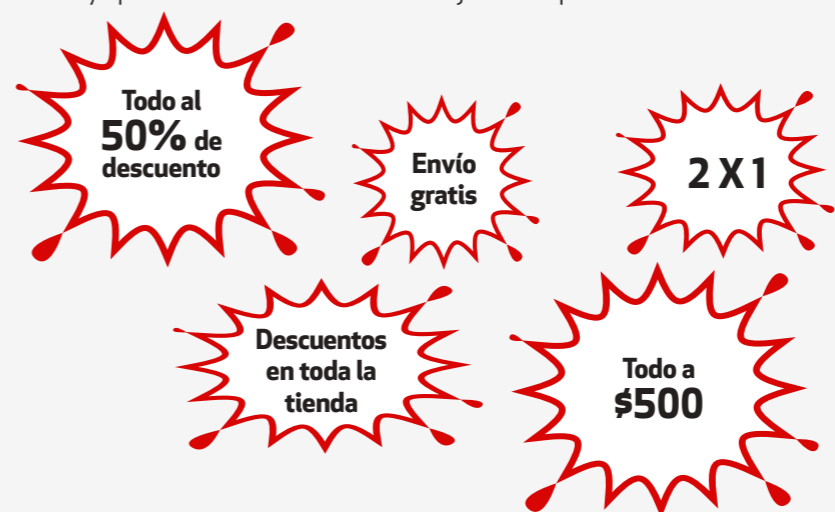
Fotos: 8photo (hombre con caja y mujer señalando) / Freepik



**Cuidado con los ganchos publicitarios, revisa los términos y condiciones.**

## No todo lo que brilla es oro

En ofertas o promociones revisa muy bien los términos y condiciones especiales y aplicables a las mismas. No te dejes llevar por frases como:



## La Profeco te protege

Durante El Buen Fin la Profeco:

- Contará con un operativo a nivel nacional y en un horario extendido en el que te brindará información y asesoría.  
 Horario especial del viernes 17 al lunes 20 de noviembre de 9:00 a 21:00 hrs.
- Llevará a cabo conciliaciones inmediatas y registrará tus denuncias.
- Realizará un monitoreo de la publicidad para asegurar que se apegue a la ley y no sea engañosa.

Si al terminar *El Buen Fin* se presentan problemas con tu compra o el proveedor no te ha dado una solución, recuerda que tienes un año para presentar tu queja ante la Profeco.



**Teléfono del consumidor**  
 (55)5568 8722 - 800 4688722

de lunes a viernes de 9:00 a 19:00 hrs.,  
 sábados, domingos y días festivos de  
 10:00 a 18:00 hrs.

También disponible en: <http://telefonodelconsumidor.gob.mx>

denunciasprofeco@profeco.gob.mx  
 denunciapublicitaria@profeco.gob.mx  
 asesoria@profeco.gob.mx

@AtencionProfeco  
 @Profeco

ProfecoOficial



# Llamadas Fantasma

Si te llaman y cuelgan, puede ser una estafa, no regreses la llamada.

⌚ Tiempo de lectura: 2 minutos 30 segundos.

El *wangiri* o llamada fantasma es un tipo de estafa que consiste en "llamar y colgar". Se realiza con dispositivos que hacen llamadas al azar a muchas personas, de esta manera crean la curiosidad de querer saber quién y por qué te llaman y hacer que marques al número desconocido.

De esta forma puede iniciar la estafa, ya que cuando llamas de vuelta puede ser un número premium o internacional por el que se te cobrará dinero por minuto e incluso por segundo.



Los estafadores hacen esto por diversos motivos, algunos pueden ser:



Robo de datos personales



Engaños para hacer que realices pagos



Extorsiones por medio de manipulación emocional al indicar sobre un familiar en peligro

## ¿Cómo evitar este tipo de llamadas?

### Agrega el número a la lista negra

Si tu teléfono lo permite, agrega el número a la lista negra o de llamadas no deseadas.

### Identifica ladas y prefijos

O agrega el número a tus contactos y ponle un nombre como **ESTAFA** o algo que te recuerde no contestar.

### No compartas tu número telefónico

En sitios web poco confiables o inseguros.

### Configura el filtrado de llamadas

Android 	Apple iOS 	HarmonyOS 
<ul style="list-style-type: none"> <li>Abre la app de teléfono </li> <li>Presiona Más </li> <li>Haz clic en <b>Configuración</b> y luego en <b>Números bloqueados</b>.</li> <li>Activa <b>Desconocido</b>.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ingresa a <b>Configuración</b> , luego a <b>Teléfono</b>  y selecciona cualquiera de las siguientes opciones:</li> <li>Silenciar llamadas de números desconocidos: recibes notificaciones de llamadas de tus contactos, llamadas salientes recientes y sugerencias de Siri.</li> <li>Bloqueo e identificador de llamadas: activa Silenciar números no deseados (disponible con determinados operadores) para silenciar llamadas que tu operador identifica como posible engaño o fraude.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ingresa a Teléfono  y selecciona , después <b>Filtro</b>, luego <b>Configuración</b>  y establece las reglas de filtro.</li> <li>De modo alternativo, ingresa a <b>Optimizador</b> , después a <b>Filtro</b>, luego a <b>Configuración</b>  para establecer las reglas de <b>filtro</b>.</li> <li>Haz clic en <b>Reglas de filtro de llamadas</b> y activa los selectores de las reglas de <b>filtro</b> pertinentes.</li> </ul>
Esta acción bloqueará las llamadas de números privados o no identificados. Seguirás recibiendo llamadas de números telefónicos que no estén guardados en tus contactos.	Puedes evitar llamadas no deseadas bloqueando ciertos números y enviando las llamadas desconocidas y no deseadas directamente al buzón de voz.	Permite configurar reglas para filtrar llamadas no deseadas con fines de venta, fraude y otros.

## Recomendaciones

### Sé cauteloso

Aunque el número parezca normal, recuerda que los números nacionales tienen 10 dígitos.

### Evita responder números desconocidos

Considera si debes atender llamadas de números que no conozcas.

### No devuelvas la llamada

Si pierdes una llamada de un número extraño no llames de vuelta.

### Comprueba el código de área

Antes de llamar a números desconocidos revisa si es internacional, recuerda que la clave de México es 52.

### Solicita el bloqueo de llamadas internacionales salientes

Si nunca realizas llamadas al extranjero pide a tu proveedor del servicio que bloquee las llamadas internacionales salientes.

#### Fuentes:

- AT&T (s.f). One-Ring Call Scams Alerts & Reporting. Recuperado el 22 de agosto del 2023 <https://about.att.com/pages/cyberaware/ar/wangiri>
- Estafa telefónica de "un timbre". (2019, May 16). Fcc.gov. <https://www.fcc.gov/consumers/guides/estafa-telefonica-de-un-timbre>
- Estafas por teléfono. (2020, October 30). Consumer Advice. <https://consumidor.ftc.gov/articulos/estafas-por-telefono#examplesof>
- Cómo bloquear o desbloquear un número de teléfono - Ayuda de app de teléfono. (2019). Google.com. <https://support.google.com/phoneapp/answer/6325463?hl=es-419>
- Evitar llamadas no deseadas en el iPhone. (2023). Apple Support. <https://support.apple.com/es-mx/guide/iphone/iphe4b3f7823/16.0/ios/16.0>
- Cómo filtrar y bloquear llamadas no deseadas | HUAWEI Soporte México. (2023). Huawei.com. <https://consumer.huawei.com/mx/support/content/es-us01025919/#:~:text=Acceda%20a%20Tel%20C3%A9fono%20%3E%20%3E%20Filtro%20%3E,las%20reglas%20de%20filtro%20pertinentes.>



# Etiquetado Frontal de Alimentos

Una medida para comer saludable y combatir la obesidad, diabetes e hipertensión.

⌚ Tiempo de lectura: 2 minutos

En colaboración con el:



En el 2020 la Secretaría de Salud (SSA) hizo algunos cambios en las reglas para las etiquetas de los alimentos y bebidas, empaquetados y enlatados, para que fuera más fácil identificar si sus ingredientes son buenos o no para la salud!



\*Modificación a la NOM-051-SCFI/SSA1-2010, Especificaciones Generales de Etiquetado para Alimentos y Bebidas No Alcohólicas Preenvasados-Información Comercial y Sanitaria.

¿Conoces el etiquetado frontal?



## Sellos de advertencia

Indican si un alimento contiene muchos azúcares u otros ingredientes que no son saludables, conócelos:



CONTIENE EDULCORANTES, NO RECOMENDABLE EN NIÑOS

CONTIENE CAFEÍNA EVITAR EN NIÑOS



**Lee siempre las etiquetas y opta por opciones saludables sin sellos de advertencia.**

## La información te empodera

El Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (SNDIF) tiene programas que enseñan a comer bien, prefiriendo alimentos naturales y frescos de nuestras comunidades. Si quieres saber más sigue al SNDIF en X (antes Twitter):



Fuente:  
 • Norma Oficial Mexicana NOM-051-SCFI/SSA1-2010- Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados- Información comercial y sanitaria.  
 • Etiquetado frontal de alimentos y bebidas. Recuperado el 7 de julio del 2023, de <https://www.gob.mx/promosalud/acciones-y-programas/etiquetado-de-alimentos>  
 • Etiquetado frontal. (s/f). (OPS, OMS). Recuperado el 7 de julio del 2023, de <https://www.paho.org/es/temas/etiquetado-frontal>



# Discriminación por vih

Quienes viven con este virus tienen derecho a no ser discriminados.

🕒 Tiempo de lectura: 2 minutos 30 segundos.

En colaboración con el: 

Vivir con el virus de inmunodeficiencia humana (vih) significa enfrentar discriminación en diversos ámbitos y espacios públicos y privados, lo que limita el ejercicio de los derechos humanos, incluido el acceso a productos y servicios.



## Falsas creencias

La falta de conocimiento e información poco confiable produce en la gente temor a relacionarse con personas que viven con esa condición de salud. Incluso se tiene la falsa creencia de que este virus solo lo contraen personas con identidades de género y orientaciones sexuales no normativas, lo que alimenta la estigmatización hacia esta población.

**Hablar abiertamente sobre este tema puede ayudar a eliminar la discriminación.**

## Prejuicios y estereotipos

La Encuesta Nacional sobre Discriminación 2022 reporta un cúmulo de estigmas, estereotipos y prejuicios hacia esta población, como que:

- **Una de cada 3 personas encuestadas** dijo que preferiría no habitar con alguien que vive con vih.



- **Una de cada 5 personas** no compraría verduras frescas de manos de una persona con vih.



- **Una de cada 5 personas de 18 años o más** considera que las infancias que viven con vih no deberían ir en la misma escuela que quienes no tienen el virus.



- **3 de cada 10 personas** no rentaría su vivienda a una persona con vih.



## Consecuencias al discriminarles

Tratar de manera diferente a las personas que tienen esta enfermedad vulnera sus derechos humanos y tiene diversas consecuencias, entre ellas, la exclusión y el fortalecimiento de falsas creencias en torno a esta condición de salud.

Fuente: Encuesta Nacional sobre Discriminación (ENADIS) 2022, en <https://www.inegi.org.mx/programas/enadis/2022/>

## Rompiendo mitos



Todas las personas pueden estar expuestas a la transmisión del vih.



Las personas que viven con vih pueden prestar servicios de salud.



Este virus no se transmite por convivir con personas en el gimnasio o la alberca.



Las personas con tratamiento pueden disfrutar de una vida larga y saludable.



Las personas con vih también trabajan en venta de alimentos.



Las mujeres embarazadas con tratamiento pueden evitar transmitir el virus a sus hijas e hijos.

## Algunos ejemplos de discriminación

### Negarles un crédito bancario

Por el solo hecho de vivir con este virus.

### Negar el derecho a la educación

A las personas que son parte de este grupo históricamente discriminado.



# Entrevista a Imanol Martínez

Ganador del Premio Nacional de Novela Joven José Revueltas 2021.

⌚ Tiempo de lectura: 2 minutos 30 segundos.

En colaboración con el:



**Revista del Consumidor: ¿Cómo nació tu gusto por la escritura?**

**Imanol Martínez:** Desde niño me gustaba mucho contar historias y era aficionado a los cómics. Al inicio los hacía muy caseros, después, en la adolescencia, dejé la parte gráfica, pues descubrí que no tenía habilidades para dibujar, pero conservé la parte de contar historias. Comencé a escribir y empecé a tomar talleres.

**RC:** Háblanos sobre *Desahucio*, ¿cómo surgió esta novela?

**IM:** *Desahucio* es una novela que empecé a escribir cuando hice un máster en la Universidad Pompeu Fabra de Barcelona. El trabajo final era presentar un proyecto de libro. En ese entonces no escribía narrativa, sino dramaturgia, pero fui al máster con la intención de aprender otros géneros. Originalmente había intentado escribirla para teatro pero como que quedaban muchas cosas fuera, entonces decidí hacerla como una novela y presentarla como proyecto final del máster.

**RC:** Tu novela es una meditación profunda del paso del tiempo ante un evidente final: la muerte. ¿Crees que en la enfermedad el ser humano siente la necesidad de analizar su vida?

**IM:** Creo que sí. No es algo exclusivo de ese momento, pero pienso que constantemente, en momentos de relativa calma o en momentos muy ajetreados, lo más normal es que nos pase por la cabeza deshilar nuestra historia y pensar qué decisiones tomamos para bien o para mal o qué pudimos haber hecho distinto. Imagino que invariablemente pasará en la muerte, quizá no tanto para retractarse sino

para gozar, cuando menos en la memoria, de los momentos que a uno lo constituyeron.

**RC:** ¿Cómo fue escribir sobre temas como el duelo, los recuerdos y las memorias de los que ya no están?

**IM:** He escuchado comentarios en presentaciones de libros, de lectores y de amigos, en los que dicen que parece ser un libro muy melancólico y triste, una novela a la que incluso puede jugarle en contra ese tono reflexivo. Pero en realidad las cosas que escribo tienen que ver con finales, despedidas y recuerdos con personas que ya no están, algunas ideas tienen que ver con un universo personal; ese es mi pozo del que saco inspiración.

**RC:** ¿A qué autores vuelves cada que puedes?

**IM:** Para esta novela estaba muy obsesionado con Javier Marías, un autor que me gusta muchísimo y al que quise emular en algunos momentos. También me gusta mucho Cormac McCarthy, y como soy profesor en un bachillerato de artes y humanidades y en licenciatura, regreso a autores como Julio Cortázar, Jorge Luis Borges y Juan Rulfo.

**RC:** ¿Estás leyendo algún libro en este momento?

**IM:** En el verano releí *Todos los hermosos caballos*, de Cormac McCarthy, y el *western* de Hernán Díaz. Acabo de terminar un libro de Geoff Dyer que trata sobre los finales en las carreras de artistas como Beethoven, Bob Dylan y Turner. Para fines académicos estoy leyendo *Nunca me abandono*, de Kasuo Ishiguro, un libro que según César Aira es el más triste del mundo.

**RC:** ¿Tienes alguna rutina para escribir?

**IM:** Escribo por proyectos y, a veces, como en el caso de la novela, pueden demorarse tres o cuatro años. Cuando lo hago suelo escribir por lo menos dos mañanas a la semana, por tres o cuatro horas. Lo primero que hago es escribir aunque puedo hacer una excepción, como ir a correr y después regresar a escribir.

**RC:** ¿Dónde nace la inspiración para desarrollar tus historias?

**IM:** Me he dado cuenta de que muchas veces viene de la prensa, de cosas que leo en los periódicos. Tengo hábitos que quizá no son de mi generación, sino que me fueron inculcados por mis padres. Suelo leer una buena cantidad de periódicos los fines de semana y ahí siempre hay historias. También vienen de libros, de anécdotas, algunas ideas llegan a través de la música, de frases de canciones que me gustan y creo que en ellas hay algo que contar.

**RC:** ¿Cuál crees que es la función de un escritor en la sociedad?

**IM:** Creo que la buena literatura ayuda a desarrollar un pensamiento complejo y eso es importante. La literatura o el escritor tienen la capacidad de producir respuestas a cosas de nuestra naturaleza humana, del mundo en el que vivimos. Y si no, cuando menos acompañar las dudas que tenemos al mismo tiempo.

**RC:** ¿Qué le aconsejarías a alguien que quiera dedicarse a escribir?

**IM:** Primero, y lo que todos siempre dicen, leer mucho, y segundo, que yo valoré inmensamente cuando empecé a escribir y que sigo valorando, es hacerse de compañía para hacerlo. Es decir, tomar talleres para que otros autores te lean y confiar en la enseñanza del líder del taller, quien te acompañará durante el proceso y te podrá referir y recomendar cosas. Ahora que pasé de tomar talleres a ser maestro, creo que eso es algo muy valioso.

**RC:** ¿Cuál consideras que es una buena forma de acercar a la gente a la lectura?

**IM:** Algo en lo que insisto mucho a mis alumnos es que creo que debe formarse un hábito, pero que sea placentero. Tratar de encontrar esos momentos para hacerlo y también para cuestionarnos cosas, de ser posible en compañía de amigos, pareja o familiares con quien compartirlos. Creo que eso es lo que fomenta el hábito de la lectura, porque de otro modo uno se queda solo frente al libro, y eso está muy bien, pero hay una parte del hábito que es la socialización de la lectura y es muy importante.

**RC:** ¿Actualmente estás trabajando en algún proyecto?

**IM:** En realidad no, puedo pasar mucho tiempo sin escribir y convivo bien con eso. Siento que en este momento no tengo nada que decir y está bien. Esto no significa que durante este tiempo no esté pensando en cosas. Tengo un proyecto por ahí, una obra de teatro que aún no he comenzado a escribir, ya llegará el momento en que sienta la necesidad de hacerlo y tenga todo un poco más claro.



Fotografía: Cortesía del autor



# DESAHUCIO

Una novela de contrastes de vida; una historia con dos caras de una misma moneda.

⌚ Tiempo de lectura: 2 minutos.

Por Antonio Hernández Estrella

En colaboración con el:



▼ **Características**  
152 páginas, tamaño 11 x 19 cm, rústico

**Colección Tierra Adentro**  
Fondo de Cultura Económica  
Primera edición, 2022  
ISBN 978-607-16-7658-0

Precio de venta libro físico: **\$99**  
Precio de venta libro electrónico: **\$55**

La novela cuenta, en contrapunto, las vidas de Daniel y Julián. A pesar de tener una carrera consolidada y casi a la perfección, Daniel descubre que un cáncer está por destruir su futuro. Ante esa terrible noticia queda la tarea de la preparación para esa etapa, los ajustes de cuentas y las dolorosas despedidas, antes de que el destino se manifieste.

En contraste, su amigo Julián emprende, sin ningún éxito asegurado, proyectos decisivos. Paradójicamente, Julián se encuentra bajo la sombra de las inseguridades y miedos por el posible éxito. La trama está aderezada con un estilo poético, con reflexiones filosóficas y metáforas.

Imanol Martínez González, Querétaro, 1991, es licenciado en Filosofía y maestro en Comunicación y Cultura Digital. En 2016 publicó *Blau Cel*; en 2017 *Tríptico sobre las partidas y Neighborhood*. Su novela *Desahucio* fue ganadora del Premio Nacional de Novela Joven José Revueltas, 2021.

## ALERTAS Y/O LLAMADOS A REVISIÓN

La Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco) en coordinación con TOYOTA MOTOR SALES DE MÉXICO, S. DE R.L. DE C.V., PIRELLI NEUMÁTICOS, S.A. DE C.V. y HONDA DE MÉXICO S.A. DE C.V. informan sobre el Llamado a Revisión de los siguientes productos:



**EMPRESA:**  
TOYOTA MOTOR SALES DE MÉXICO, S. DE R.L. DE C.V.

**MODELO:**  
COROLLA CROSS 2022 Y 2023.



Llamado a Revisión: 62/2023

**CANTIDAD:**  
**4,065 unidades.**

**RIESGO:**  
La bolsa de aire del copiloto podría no detonar debido a un error de manufactura en el tablero de instrumentos donde esta se localiza.

**CONTRAMEDIDA:**  
Cualquier distribuidor autorizado inspeccionará y, en caso necesario, reemplazará el tablero de instrumentos sin costo alguno para el consumidor.

**MEDIOS DE CONTACTO:**

- Página de internet: [www.toyota.com.mx](http://www.toyota.com.mx)
- Teléfono: 800 7 TOYOTA (869682)
- E-mail: [contacto@marcatoyota.com.mx](mailto:contacto@marcatoyota.com.mx)



**EMPRESA:**  
PIRELLI NEUMÁTICOS, S.A. DE C.V.

**MODELO:**  
NEUMÁTICOS DE BICICLETA MODELO P ZERO™ RACE TLR 28-622 Y MODELO P ZERO™ Race TLR 28-622 Classic.



Llamado a Revisión: 64/2023

**CANTIDAD:**  
**492 unidades.**

**RIESGO:**  
En algunas condiciones como al ajustar la llanta al rin, al rodarla o cuando la llanta se infle a una presión mayor a la máxima señalada, la llanta puede desajustarse del rin y tener una rápida pérdida de aire.

**CONTRAMEDIDA:**  
Se ofrecerá a los consumidores las opciones de reembolso del costo total de las llantas o el reemplazo de las mismas por unas de iguales medidas y especificaciones en caso de que haya en existencia.

**MEDIOS DE CONTACTO:**

- Concesionarios PIRELLI
- Teléfono: 800 500 8667
- Página web: [www.pirelli.com.mx](http://www.pirelli.com.mx)



**EMPRESA:**  
HONDA DE MÉXICO S.A. DE C.V.

**MODELO:**  
HONDA CIVIC AÑOS 2020-2021.



Llamado a Revisión: 65/2023

**CANTIDAD:**  
**539 unidades.**

**RIESGO:**  
Es posible que una o ambas tuercas que sujetan la bomba de frenos (contenedor de fluidos) se aflojen.

**CONTRAMEDIDA:**  
Se inspeccionarán y, en caso de ser necesario, se reemplazarán ambas tuercas de la bomba de frenos sin costo alguno para los consumidores.

**MEDIOS DE CONTACTO:**

- Página de internet: [www.honda.mx](http://www.honda.mx)
- Teléfono: 800 368 8500
- Distribuidores Autorizados de Automóviles Honda®



# Con la **Economía Circular** el ciclo de vida de los productos se extiende y se **reducen los residuos al mínimo.**



Si tienes alguna queja o denuncia **contáctanos.**

**Teléfono**  
del **consumidor**  
(55)5568 8722 - 800 4688722

De lunes a viernes de 9:00 a 19:00 hrs.,  
Sábados, domingos y días festivos de 10:00 a 18:00 hrs.

También disponible en:

<http://telefonodelconsumidor.gob.mx/>



Correo electrónico: [asesoria@profeco.gob.mx](mailto:asesoria@profeco.gob.mx)



@Profeco y @AtencionProfeco



Profeco Oficial



**ECONOMÍA**  
SECRETARÍA DE ECONOMÍA

**PROFECO**

PROCURADURÍA FEDERAL  
DEL CONSUMIDOR



[gob.mx/profeco](http://gob.mx/profeco)