

Revista del

# Consumidor

Amor y dinero  
**Cómo elegir productos  
financieros en pareja**

Estudios de Calidad

**Pastas y  
cepillos dentales  
eléctricos**



Febrero  
**#588**  
ISSN 0185-8874

# OFICINAS DE DEFENSA DEL CONSUMIDOR

## Aguascalientes

### Zona José Guadalupe Posada

Calle Juan de Montoro núm. 103, col. Centro, C. P. 20300, Aguascalientes. Tel. 449 994 1830, 449 915 9460 ext. 57036, 57043 y 57044.

## Baja California

### Zona Metropolitana de Tijuana

Guadalupe Victoria núm. 9440, col. Zona Río, C. P. 22320, Tijuana. Tel. 664 684 9119, 664 684 9401, 664 684 9793 ext. 56990 y 56991.

## Baja California Sur

### Zona La Paz

Av. Jalisco s/n esq. Francisco I. Madero, col. Pueblo Nuevo, C. P. 23060, La Paz. Tel. 612 125 3887, 612 122 9077, 612 122 8088, 612 125 5400 ext. 55043 y 55044.

## Campeche

### Zona Golfo-Sureste

Av. 16 de Septiembre s/n, Palacio Federal, primer piso, col. Centro, C. P. 24000, Campeche. Tel. 998 116 8002 ext. 55050, 55054 y 55055.

## Ciudad de México

### Zona Leona Vicario

Df. Carmona y Valle núm. 11, 4.º y 5.º piso, col. Doctores, C. P. 06720, alcaldía Cuauhtémoc. Tel. 55 55 78 0636, 55 55 78 1393, 55 55 78 0646 ext. 55474 y 55475.

### Zona Metropolitana CDMX-Oriente

Calle Año de Juárez núm. 238, col. Campeche San Antonio, C. P. 08070, alcaldía Iztapalapa. Tel. 55 2636 0302, 55 5686 1900, 55 5685 6759 ext. 55490 y 56509.

### Zona Metropolitana CDMX-Poniente

Tototlán núm. 23 esq. Calle 10, col. San Pedro de los Pinos, C. P. 01180, alcaldía Álvaro Obregón. Tel. 55 5273 9745, 55 5272 5056 ext. 56496 y 56498.

## Coahuila

### Zona Metropolitana de Torreón

Bvtd. Independencia núm. 531 Oriente, col. Los Ángeles, C. P. 27140, Torreón. Tel. 871 712 5407, 871 716 6500, 871 712 7479 ext. 57010 y 57015.

## Chiapas

### Zona Sureste

Segunda calle Oriente-Norte núm. 245, 2.º y 3.º piso de Palacio Federal, col. Centro, C. P. 29000, Tuxtla Gutiérrez. Tel. 961 662 5936, 961 662 5937 y 961 662 5938 ext. 56762, 56766 y 56767.

## Chihuahua

### Zona General Felipe Ángeles

Calle Ignacio Ramírez núm. 2007 esq. Calle 22, col. Pacifico, C. P. 31030, Chihuahua. Tel. 614 410 0778, 614 416 3142, 614 437 0771, 614 416 3145 ext. 56111 y 56088.

### Zona Metropolitana de Ciudad Juárez

Av. Hermanos Escobar, núm. 3050, planta baja, col. La Playa, C. P. 32317, Ciudad Juárez. Tel. 656 613 5089, 656 613 5093 ext. 58034, 58037, 58039 y 58040.

## Durango

### Zona General Francisco Villa

Calle Aquiles Serdán Poniente, núm. 109, Planta Baja, col. Zona Centro, C. P. 34000, Durango. Tel. 618 825 8324, 618 825 8328, 618 825 3326 ext. 56900, 56901 y 56916.

## Estado de México

### Zona Metropolitana de Nezahualcóyotl

Calle Cuacacha núm. 293 esq. Gustavo Baz, col. Benito Juárez, C. P. 57000, Nezahualcóyotl. Tel. 55 763 5749 y 55 5543 5747 ext. 55200, 56770 y 56773.

### Zona Metropolitana de Tlalnepantla

Mario Colón núm. 56, col. Centro, C. P. 54000, Tlalnepantla de Baz. Tel. 55 5390 9527, 55 5390 7539 ext. 55220, 55221 y 56224.



### Zona Metropolitana de Toluca

Calle Santos Gopolladi núm. 103, col. Centro, C. P. 50000, Toluca de Lerdo. Tel. 722 215 9148, 722 215 7071 ext. 55791 y 56442.

## Guajuato

### Zona Miguel Hidalgo

Paseo de Las Plazas núm. 262, fracc. Las Plazas, C. P. 36620, Irapuato. Tel. 462 635 2414, 462 635 2415 ext. 56751 y 56755.

### Zona del Bajío

Plaza Galerías las Torres, Blvd. Juan Alonso de Torres núm. 1315 Oriente, col. San José del Consuelo, locales L25 y E26, C. P. 31200, León. Tel. 477 716 6044, 477 716 6465, 477 716 5988 ext. 56830 y 56835.

## Guerrero

### Zona Acapulco-Lázaro Cárdenas

Av. Coscoya Miguel Alemán núm. 125, fracc. Magallanes, 4to. piso, C. P. 39670, Acapulco de Juárez. Tel. 744 483 1568, 744 483 6390, 744 483 9356, 744 483 1399 ext. 56956 y 56961.

## Hidalgo

### Zona Metropolitana de Pachuca

Av. Cuauhtémoc núm. 700 esq. Pasaje a la Iglesia la Villa, col. Revolución, C. P. 42060, Pachuca. Tel. 771 714 0636, 771 714 0690, 771 714 3479 ext. 56197 y 56206.

## Jalisco

### Zona Metropolitana de Guadalajara

Avenida 16 de Septiembre, núm. 564, 1.º piso, col. Zona Centro, C. P. 44100, Guadalajara. Tel. 33 3615 7389, 33 3616 9779, 33 3676 1246 ext. 56105 y 56112.

### Zona Tlaquepaque-Colima

Oleoducto núm. 3123, col. Alamo Industrial, C. P. 45603, San Pedro Tlaquepaque. Tel. 33 3164 4817, 33 3666 3678 ext. 56671, 56677 y 56685.

## Michoacán

### Zona Metropolitana de Morelia

Bvtd. Rafael García de León núm. 1908, col. 5 de Diciembre, C. P. 58200, Morelia. Tel. 443 315 7621, 443 315 8255 ext. 56670 y 56674.

## Morelos

### Zona General Emiliano Zapata

Calle Mar de Cortés s/n, col. Teopanzolco, C. P. 62260, Cuernavaca. Tel. 777 314 9918, 777 314 5079, 777 314 9920 ext. 56125, 56126 y 56137.

## Nayarit

### Zona Bahía de Banderas

Av. Paseo de Los Cocoteros núm. 55, int. 7650, Nuevo Vallarta, C. P. 63735, Bahía de Banderas. Tel. 322 297 4386, 322 297 4116, 322 297 4205 ext. 56450, 56455 y 56457.

## Nuevo León

### Zona Metropolitana de Monterrey

Av. Profesor Moisés Sáenz núm. 602, col. Miras Centro, C. P. 64460, Monterrey. Tel. 81 8347 4849 ext. 55262 y 56001.

## Sinaloa

### Zona Pacífico

Bvtd. Rotarismo núm. 1857, locales 1 y 2 esq. Enrique H. Castro, col. Desarrollo Urbano 3 Ríos, C. P. 80020, Culiacán. Tel. 667 713 0742, 667 713 0745 ext. 55116 y 56340.

## Sonora

### Zona Metropolitana de Hermosillo

Plutarco Elías Calles s/n esq. Av. Pino Suárez, edificio de Oficinas Federales, col. Centro, C. P. 83000, Hermosillo. Tel. 662 213 8616, 662 214 9293, 662 213 8619 ext. 55352 y 55354.

## Oaxaca

### Zona Benito Juárez

Hernico Colegio Militar núm. 1109, planta alta, col. Reforma, C. P. 68050, Oaxaca. Tel. 951 513 4141, 951 513 4955 y 951 513 4649 ext. 56555.

## Puebla

### Zona General Ignacio Zaragoza

Calle 19 Sur núm. 506, despacho 103, col. La Paz, C. P. 72180, Puebla. Tel. 222 246 1760, 222 246 1522 ext. 56375, 56379 y 56384.

## Querétaro

### Zona Corregidora Josefa Ortiz

Circuito Moisés Saldaña núm. 82, col. Prados del Mirador, C. P. 76070, Querétaro. Tel. 442 223 5721, 442 223 5723, 442 223 5734 ext. 56370, 55311, 56021, 56024, 56026, 56034 y 56035.

## Quintana Roo

### Zona Caribe Mexicano

Supermanzana 39, manzana 06, L 1-01, av. Samal, C. P. 77507, Cancún. Tel. 998 884 2701, 998 887 2677, 998 887 6497 ext. 55290, 55293 y 55294.

## San Luis Potosí

### Zona Altiplano

Librado Rivera núm. 275, col. del Valle, C. P. 78000, San Luis Potosí. Tel. 464 841 2502, 464 841 2506 ext. 56165, 56768 y 56780.

## Tabasco

### Zona Golfo-Sur

Calle Paseo Osmuncanta núm. 608, Esquina con Calle Francisco Sarabia, col. Cal y Sábila, C. P. 86080, Villahermosa. Tel. 993 314 3122, 993 314 3795 ext. 56360, 56364 y 56860.

## Tamaulipas

### Zona Nororiental

Bvtd. Morelos núm. 475 atrás, esq. Rep. de Argentina, col. Anzaldúas, C. P. 88630, Reynosa. Tel. 899 922 7714, 899 922 7759, 899 922 0952 ext. 56373 y 56374.

### Zona Golfo-Norte

Av. Hidalgo núm. 5004, primer piso, local 1 y 3, col. Sierra Morena, C. P. 85210, Tampico. Tel. 833 213 7650, 833 217 8173, 833 217 4764 ext. 56700, 56704 y 56707.

## Veracruz

### Zona Golfo-Centro

Av. Salvador Díaz Mirón núm. 2880 esq. Sabiduría, fracc. Moderno, C. P. 91918, Veracruz. Tel. 229 100 3891, 229 100 3894, 229 100 3890 ext. 56424, 55425 y 55427.

## Yucatán

### Zona Metropolitana de Mérida

Calle 49 núm. 471-A, entre calles 54 y 56, col. Centro, C. P. 97000, Mérida. Tel. 999 934 4212, 999 923 2323 ext. 55455 y 55456.

## Zacatecas

### Zona Gral. Luis Moya

Telégrafos núm. 14, col. Tomas del Consuelo, C. P. 98614, Guadalupe. Tel. 482 922 8961, 482 924 3981, 482 922 9507 ext. 55461 y 55463.



# CONTENIDO



**NUESTRA VOZ**  
50 años de la Profeco

**4**

**PARA ENTERARSE**  
La Profeco te defiende

**10**

**CUIDA TU DINERO**  
Amor y dinero: cómo elegir  
productos financieros en pareja

**15**

**FINANZAS PERSONALES**  
Quiere a tus finanzas

**20**

**BRÚJULA DE COMPRA**  
Regalos a un clic

**24**

**QUÉ HACER SI...**  
Términos y condiciones abusivos  
al comprar por internet

**33**

**ENTORNO DIGITAL**  
Que el 14 de febrero  
no te consuma

**37**

**GUÍA DE CONSUMO**  
Huevo: un superalimento  
en tu mesa

**41**

**PLATILLO SABIO**  
Tamales

**48**

**PARA SABER**  
Dentifricio:  
lo básico para elegir bien

**50**

**ESTUDIO DE CALIDAD**  
Pastas dentales

**53**

**TECNOLOGÍA DOMÉSTICA**  
Pasta dental

**66**

**PARA SABER**  
El poder del cepillo  
dental eléctrico

**69**

**ESTUDIO DE CALIDAD**  
Cepillos dentales eléctricos

**73**

**CONSUMINIS PROFECO**  
La amistad y las formas  
de demostrar cariño

**84**

**A LIBRO ABIERTO**  
*Benzulul. Cuentas*  
de Eraclio Zepeda

**90**

**ALERTAS Y LLAMADOS  
A REVISIÓN**  
Volkswagen, Suzuki,  
Honda y Ford

**93**

**EN RESUMEN**

**96**

César Iván Escalante Ruiz  
Procurador Federal del Consumidor

Claudia Naomi Fuentes Fragosó  
Coordinadora General de Educación  
y Divulgación

Aura Perroni Hernández  
Directora Editorial y Encargada de Despacho  
de la Dirección General de Difusión

Tania Ovalle Rodríguez  
Editora en Jefe

Azul Rocío Ramírez Vargas  
Jocelyn Ramírez  
Redactoras

Roberto Paz Amaya  
Editor Gráfico

Clarisa Moura  
Lili Elizabeth Montealegre Díaz  
María Teresa Domínguez Domínguez  
Maricarmen Tovar Rodríguez  
Diseño

Monero Rapó  
Cartón

#### Junta Editorial

Ana Karen Basurto Scott  
Andrea González Hernández  
Carlos Manuel Orozco Ruiz  
Gabriela Limón García  
Idris Rodríguez Zapata  
Jaime Ovando Rodríguez  
Juanita del Rocío Rubio Hermosillo  
Maricela Juárez Herrera  
Rebeca Olivia Sánchez Sandín  
Vanessa Monserrat Romero Zavala

📧 @Profeco  
📧 @RdelConsumidor  
🌐 /ProfecoOficial  
🌐 /RevistaDelConsumidorMX  
📧 @profecooficial  
📧 @revistadelconsumidormx  
📺 /ProfecoTV  
📺 @profeco  
📧 rconsumidor@profeco.gob.mx

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



## EDITORIAL

**H**ace 50 años nació la Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco) para priorizar a las personas consumidoras, en un contexto donde los precios no se cuestionaban, la báscula no se verificaba y la publicidad prometía sin obligación de cumplir. Desde entonces, la defensa del consumo se sostiene en una convicción clara: el poder de la verdad y de la información transforma mercados y mejora decisiones.

En medio siglo, los productos, las tecnologías y las formas de pago han cambiado, pero la necesidad de información clara, trato justo y mecanismos efectivos de defensa permanecen. La Profeco y la **Revista del Consumidor** han acompañado esta transformación con un objetivo constante: promover una actitud crítica e informada que dignifique el consumo y contribuya a una mejor calidad de vida.

En esta edición reflexionamos sobre el equilibrio entre el romance y las finanzas, porque cuidar los afectos también implica acuerdos claros y economías personales sanas. Además, celebramos la amistad como un vínculo que se construye con atención, escucha y pequeños gestos.

Nuestros Estudios de Calidad analizan pastas y cepillos dentales eléctricos, para que elijas con información veraz y cuides tu salud bucal.

Este aniversario no es solo una cifra: es un recordatorio de que los derechos se ejercen todos los días y que el consumo informado es una herramienta de justicia cotidiana. Gracias por estos 50 años de confianza.

### Desde la Mesa de Redacción

#### Colaboradores

Alma Delia Beade Ruelas  
Bruno Francisco Ferraro Hernández  
Carlos Cárdenas Ocampo  
Carlos Enrique García Soto  
Daniel Arturo Gómez Rosas  
Eduardo Rodríguez Nospango  
Gabriela López Aparicio

Jesi Areli Pulido Betancourt  
María Eugenia Vargas  
María Luisa Vivas Hernández  
Nidia Karen Murrieta Roque  
Rufino Eduardo Esquivel Ochoa  
Stephany Abigail Samaniego Soria  
Yesenia Salado Olivarez

Antonio Hernández Estrella  
Fondo de Cultura Económica

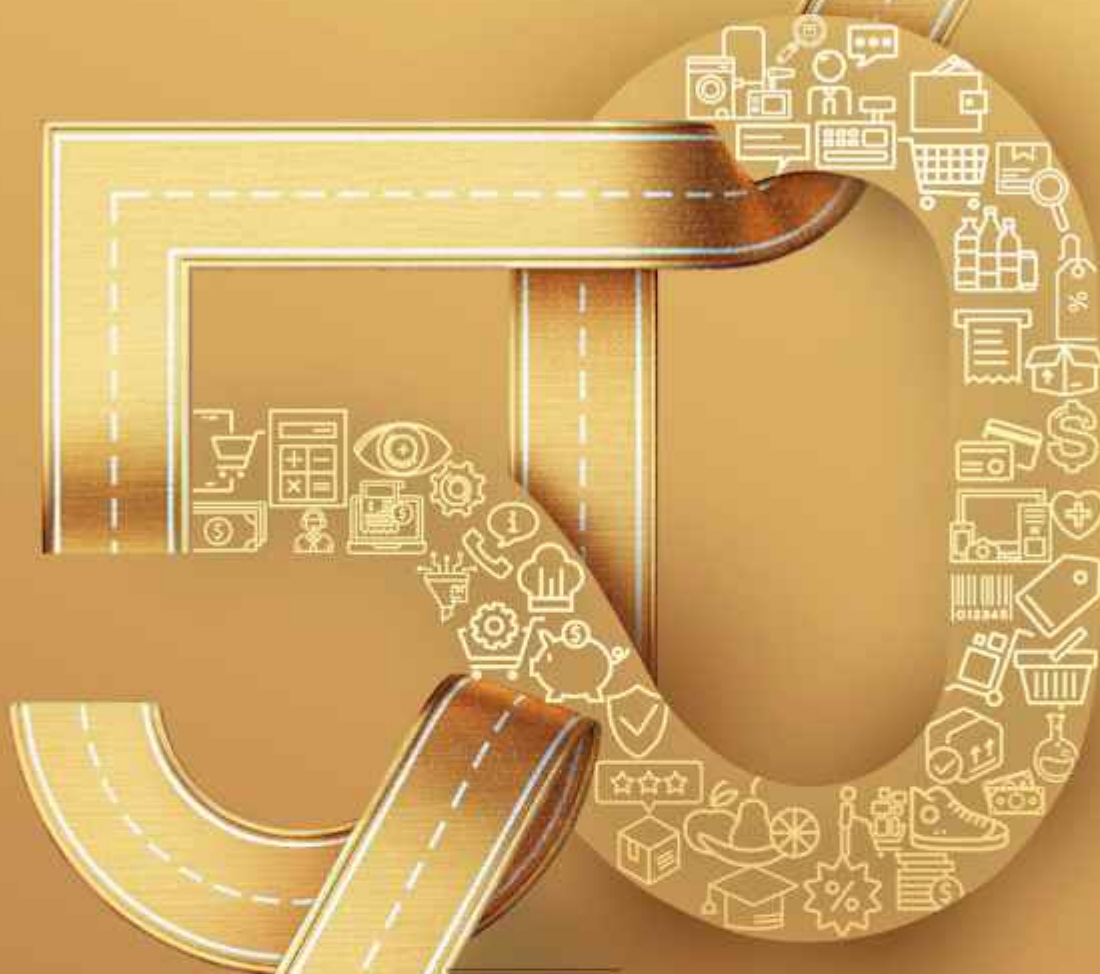
Estefanía López Ávila  
Condusef

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.



# ANIVERSARIO

por un consumo informado



# años de la Profeco

Un recorrido por un camino  
que asegura relaciones de consumo  
transparentes, legales y justas.

**E**n 1975, México enfrentaba un escenario económico complejo, marcado por la inflación y un crecimiento lento. En este contexto surgió la Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco), la cual este año celebra su 50 aniversario de salvaguardar los derechos de las personas consumidoras, promover una cultura de consumo responsable y garantizar relaciones de consumo justas, transparentes y apegadas a la ley.

### Más que una nueva ley

El 22 de diciembre de 1975 se promulgó la Ley Federal de Protección al Consumidor (LFPC) y entró en vigor el 5 de febrero de 1976. Con ella surgieron dos pilares: el Instituto Nacional del Consumidor (Inco) y la Profeco, instituciones que, con la expedición de la nueva ley del 24 de diciembre de 1992, se fusionaron, optimizando recursos y ofreciendo una atención integral a la ciudadanía.

### El Inco

Este instituto brindaba información y capacitación para que las personas consumidoras ejercieran sus derechos de manera racional. Su objetivo era empoderar la capacidad de compra y enseñar a identificar prácticas publicitarias abusivas y engañosas. Asimismo, buscaba promover hábitos de consumo que favorecieran el patrimonio familiar, el sano desarrollo y la mejor asignación de los recursos productivos del país.

### La Profeco

Por su parte, la misión de la Profeco ha sido representar los intereses de las personas

consumidoras, tanto de forma individual como colectiva, ante organismos públicos o privados, proveedores de bienes y prestadores de servicios. También actúa ante autoridades administrativas o jurisdiccionales —esto último mediante el mandato correspondiente— cuando, a juicio de la Procuraduría, la solución pudiera trascender a intereses de grupos.

Dentro de sus facultades destacan ofrecer asesoría gratuita a la población, vigilar el cumplimiento de precios, tarifas anunciadas, normas de calidad, peso y medidas.

La Procuraduría también tiene la atribución de denunciar ante el Ministerio Público o las autoridades correspondientes aquellos hechos que puedan constituir una infracción o delito; combatir prácticas que vulneren los derechos de las personas consumidoras o afecten la economía popular; y gestionar el Registro Público de Contratos de Adhesión.

---

**La Profeco protege y defiende los  
derechos de las personas consumidoras.**

---



### La conciliación, un pilar esencial

Desde su creación, dos objetivos imprescindibles de la Profeco son el proceso de conciliación y su intermediación frente a los proveedores en beneficio de los intereses y derechos de las personas consumidoras.

México fue el primer país en Latinoamérica en crear una Procuraduría del Consumidor y el segundo en contar con una ley en la materia, la cual ya establecía los derechos básicos de las personas consumidoras 10 años antes de que la Asamblea General de la Organización de las Naciones Unidas los defendiera en el ámbito internacional.



### La Revista del Consumidor

Tras el surgimiento de la Profeco y la promulgación de la LFPC, algunos proveedores mostraron resistencia ante las medidas adoptadas. Para mitigar la incertidumbre, la primera edición de la **Revista del Consumidor**, publicada el 1 de noviembre de 1976, dedicó una página al mensaje "No queremos la guerra, sino la paz".

En aquel formato impreso a blanco y negro, la institución se declaró, mediante la **Revista del Consumidor**, como un instrumento de equilibrio para que existieran equidad y justicia en la relación entre quien compra y quien vende:

Nosotros queremos ser un instrumento de equilibrio, para que se den la equidad y la justicia en la relación que necesariamente existe entre quien compra y quien vende. [...] Nosotros queremos ejercer un mecanismo de conciliación y no de presión —salvo que esto último resultara inevitable. Nosotros no queremos la guerra. De veras.



La **Revista del Consumidor** se ha consolidado como un referente en la divulgación de información objetiva. A la fecha, se han editado 588 números; aunque su versión impresa fue interrumpida durante cinco años debido a la pandemia de covid-19, ha estado disponible en internet desde 2009 y a partir de 2011 en dispositivos digitales.

En junio de 2025, volvió impresa y, en noviembre de ese mismo año, en el marco del 49 aniversario de la revista, se establece el Consejo Editorial de la **Revista del Consumidor**, que reúne a personas expertas, para fortalecer sus contenidos y hacerlos más cercanos a la población.

### Los Estudios de Calidad

Un contenido emblemático en cada edición de la **Revista del Consumidor** son los Estudios de Calidad realizados en los años 70 por personal especializado del Departamento Técnico del Inco y, desde los años 80, por el Centro de Análisis para el Consumo. Los resultados de estas pruebas han orientado a la población a tomar mejores decisiones de compra.

En 1992, el actual Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor tomó la batuta de los Estudios de Calidad y recientemente obtuvo su reacreditación conforme a la norma mexicana NMX-EC-17025-IMNC-2018, *Requisitos generales para la competencia de los laboratorios de ensayo y calibración*, lo que garantiza que sus resultados sean objetivos y confiables.



**La Profeco te orienta para tomar mejores decisiones de compra.**



### Del teléfono a la era digital

El contacto directo con la población ha sido el Teléfono del Consumidor (Telcon), que inició sus operaciones el 5 de febrero de 1980 en apoyo al programa Quién es Quién en los Precios. Con 16 telefonistas, informaba sobre los precios de 40 productos en 31 mercados y cadenas de autoservicio de la Ciudad de México y del área metropolitana.

En 1982, se popularizó su famoso *spot* musical: "Si de precios se quiere enterar, solo un número tiene que marcar: cinco, seis, ocho, ocho, siete, veintidós... Si usted quiere comprar mucho, mejor utilice este servicio, por favor, cinco, seis, ocho, ocho, siete, veintidós".

Con la llegada del internet, se optimizó la atención mediante nuevos canales de comunicación. También se agilizó la asistencia para la población y se crearon herramientas para facilitar el acceso a la información en favor de las personas consumidoras.

Actualmente, el Telcon ofrece asesoría personalizada para que las personas sepan cómo hacer valer sus derechos. Asimismo, se atienden las quejas o denuncias contra los proveedores que incumplen con las disposiciones de la LFPC.

Además, las personas usuarias pueden inscribirse al Registro Público para Evitar Publicidad y resolver inconformidades de manera inmediata con los proveedores registrados en Conciliaexpres.



### Oficinas de Defensa del Consumidor

Gracias a la confianza ciudadana, la institución expandió rápidamente su alcance. A solo seis años de su creación, ya contaba con 32 Oficinas de Defensa del Consumidor en las principales ciudades de la República Mexicana. Actualmente, la Profeco cuenta con 38 oficinas que hacen posible llevar a todo el país la defensa de los derechos de las personas consumidoras.

Asesorías, conciliaciones, investigaciones, análisis, verificaciones, vigilancias y cientos de ediciones de esta revista han marcado cinco décadas de adaptación a nuevos mercados, tecnologías y, desafortunadamente, a nuevas prácticas comerciales abusivas.



### Tradición y permanencia

Este medio siglo de labor no sería posible sin las personas servidoras públicas que dan vida a la Profeco. Su trabajo diario permite fortalecer la cultura del consumo responsable y asegurar relaciones de consumo equitativas.

Ellas y ellos son el corazón de esta institución, son el ejemplo de que la experiencia, cuando se acompaña de pasión y compromiso, no envejece, sino que se vuelve tradición y permanencia.

# DERECHOS BÁSICOS DE LAS PERSONAS CONSUMIDORAS

Conócelos, empodérate y acércate a la Profeco para hacerlos valer.

## 1 DERECHO A LA INFORMACIÓN

Toda la información de los bienes y servicios que te ofrezcan debe ser veraz, comprobable y clara.

## 2 DERECHO A LA EDUCACIÓN

Es importante conocer tus derechos y la forma en que te protege la ley para aprender a consumir de manera responsable, inteligente y con una mejor toma de decisiones.

## 3 DERECHO A ELEGIR

Al escoger un producto o servicio, nadie puede presionarte, condicionarte, así como imponerte métodos coercitivos en la venta ni exigirte pagos anticipados sin que hayas firmado un contrato.

## 4 DERECHO A LA SEGURIDAD Y CALIDAD

Los bienes y servicios deben cumplir con las disposiciones normativas aplicables y, en su caso, con las Normas Oficiales Mexicanas.

## 5 DERECHO A LA COMPENSACIÓN

Si te venden un producto de mala calidad, tienes derecho a que te lo repongan o a que te devuelvan tu dinero y, en su caso, a una bonificación no menor al 20 % del precio pagado.

## 6 DERECHO A LA PROTECCIÓN

Cuando un proveedor no respete tus derechos o cometa abusos contra las personas consumidoras, la Profeco pone a tu disposición el Teléfono del Consumidor.

## 7 DERECHO A NO SER DISCRIMINADAS

Nadie te puede negar un producto o servicio por tu sexo, raza, religión, condición económica, nacionalidad, orientación sexual ni por tener alguna discapacidad o cualquier otra particularidad.

**Teléfono del consumidor**  
55 5568 8722 - 800 468 8722

de lunes a viernes, de 9 a 19 h; sábados, domingos y días festivos, de 10 a 18 h



**Economía**  
Secretaría de Economía

**Profeco**

Procuraduría Federal  
del Consumidor



# La Profeco te defiende

Haz valer tus derechos a través de los servicios que ofrecemos.

**D**esde su creación, hace 50 años, la misión de la Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco) ha sido empoderar a las personas consumidoras mediante la protección efectiva del ejercicio de sus derechos y la confianza ciudadana. De esta manera, se promueve un consumo razonado, informado, sostenible, seguro y saludable, a fin de corregir injusticias del mercado, fortalecer el mercado interno y el bienestar de la población.

A lo largo de los años, la Profeco se ha modernizado para ofrecer a las personas consu-

midoras soluciones diversas que se adaptan a su ritmo de vida.

Conoce las opciones que tienes si algún proveedor vulnera tus derechos al momento de consumir algún producto o servicio.

**La defensa de tus derechos es posible gracias a la información.**



### Teléfono del Consumidor

Desde el 5 de febrero de 1980, el Teléfono del Consumidor (Telcon) es el corazón de nuestra atención. Aunque el famoso *jingle* con el que se dio a conocer ya es parte del recuerdo colectivo, nuestro compromiso sigue intacto. Hoy, el Telcon no solo es una línea telefónica, sino que es una plataforma integral de servicios donde recibes:

- Asesoría e información para conocer tus derechos como persona consumidora cuando un proveedor no los respeta.
- Programación de citas por teléfono (Procitel). Agenda tu cita vía telefónica o en línea para acudir a la Oficina de Defensa del Consumidor más cercana.
- Información sobre cuántas quejas tiene un proveedor y si sus contratos son legales (Buró Comercial).
- Comparativo de precios. Consulta la información del programa Quién es Quién en los Precios.



- Resultados de los Estudios de Calidad del Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor.
- Procedimientos de las tecnologías domésticas para elaborar, de forma sencilla y económica, productos de limpieza y aseo personal, alimentos, entre otros.
- Información publicada en la **Revista del Consumidor** para la toma de mejores decisiones de consumo.



Teléfono del Consumidor



### Oficinas de Defensa del Consumidor

La Profeco atiende a las personas consumidoras de todo el país a través de las Oficinas de Defensa del Consumidor en los estados. El horario de atención es de lunes a viernes de 8:30 a 15:00 horas.

En algunas zonas también hay unidades de servicio en las que solo se brinda orientación y se reciben quejas. Para cualquiera de estos servicios, infórmate si hay una unidad cerca de ti.

Cuando acudas a una Oficina de Defensa del Consumidor y requieras presentar una reclamación, te solicitarán lo siguiente:

- Nombre y domicilio
- Identificación oficial
- Contrato, recibo o comprobante de compra



Oficinas de Defensa del Consumidor



### Queja y denuncia

Es común usarlas como sinónimos, pero tienen funciones distintas. Si un producto o servicio no cumple con tus expectativas, si consideras que no te dan lo justo por lo que pagas o, en general, tus derechos al consumir no han sido respetados, debes leer esto.



### Queja

Es la reclamación formal cuando un proveedor de bienes o servicios incumple o perjudica tus derechos directamente, es decir, no respeta el precio, cantidades, plazos, garantías o condiciones establecidas.

### Denuncia

Ocurre cuando informas a la Profeco actos u omisiones de un proveedor o prestador de servicios que afectan los intereses o los derechos de la sociedad, sin importar si fuiste o no víctima directa. La Profeco realiza una visita de verificación y, de ser necesario, sanciona al proveedor para evitar futuros abusos.<sup>1</sup>



Quejas y Denuncias



### Acción colectiva

En la medida en la que las personas nos informemos y organicemos, es posible encontrar soluciones a problemas que afectan a grupos de personas consumidoras.

La acción colectiva es una herramienta jurídica para proteger el derecho que tiene un grupo de personas contra uno o varios proveedores que vulneren sus derechos. Así, la sentencia obtenida aplica para todo el grupo.

Esta herramienta surge para reparar daños a la salud o al patrimonio, especialmente cuando un proveedor incumple la ley o sus ofrecimientos contractuales y publicitarios.



Acciones colectivas

### Cómo presentar una acción colectiva



Un grupo mínimo de 30 personas afectadas por la misma causa



Incumplimiento de un mismo proveedor



Congruencia entre lo reclamado y la conducta del proveedor



Que no hayan transcurrido más de tres años y medio desde que se conoció el daño o demostrar que es un daño continuo



Que el perjuicio sea comprobable



Otorgar consentimiento firmado para que la Profeco ejerza la representación legal ante los órganos jurisdiccionales

<sup>1</sup> Quien presenta una denuncia no tiene la obligación de presentar pruebas de la falta ni se le pedirán sus datos personales. Solo debe describir la situación de manera breve y con todos los datos posibles, incluir el nombre del proveedor, el producto o servicio, la falta detectada, el domicilio o lugar y la fecha.



### Concilianet

Es un módulo en línea que brinda atención inmediata ante quejas por incumplimiento en el servicio contratado, cobros indebidos, porque no se respetaron las condiciones establecidas en el contrato, entre otros motivos.

Permite realizar audiencias de conciliación por internet, agilizando procesos, reduciendo tiempos de espera y ofreciendo un medio accesible, seguro y transparente para llegar a acuerdos.

### Ventajas

- No requiere acudir a una Oficina de Defensa del Consumidor o unidad de servicio.
- La entrega de documentos se realiza por internet y en formato digital.
- Disminuye el tiempo de solución.



Concilianet



### Conciliaexpres

Es un mecanismo ágil para resolver reclamaciones en materia de consumo a través del Telcon, sin necesidad de acudir a las oficinas de la Procuraduría.

Este servicio opera con una base de proveedores registrados en Conciliaexpres, lo que permite brindar atención inmediata a las personas consumidoras.

Además, la Profeco publica los resultados de conciliaciones atendidas por cada proveedor. Esto destaca su nivel de compromiso y la rapidez en la solución de cualquier reclamación.

Categorías de proveedores participantes:

- Despachos de cobranza
- Tiendas departamentales y autoservicio
- Aerolíneas, autotransporte y sector automotriz
- Comercio electrónico
- Servicios generales
- Casas de empeño
- Restaurantes
- Venta y arrendamiento de vehículos
- Proveedores especializados



Conciliaexpres



Infórmate, participa y ejerce tus derechos con las herramientas que la Profeco pone a tu alcance. Porque un consumo informado es la base para relaciones justas y responsables entre las personas consumidoras y los proveedores.

# ¡ÚNETE AL CONSUMO INFORMADO!

Sabemos que eliges con conciencia, comparas y preguntas antes de comprar, por eso estamos más cerca de ti.



Síguenos en nuestras redes sociales.

 @Profeco     /ProfecoOficial     @profeco  
 @profecooficial     /ProfecoTV     Profeco



**Economía**  
Secretaría de Economía

**Profeco**  
Procuraduría Federal  
del Consumidor

# Amor y dinero

Cómo elegir productos financieros en pareja.

En colaboración con la



COMISIÓN NACIONAL PARA LA PROTECCIÓN  
Y DEFENSA DE LOS USUARIOS DE  
SERVICIOS FINANCIEROS

**V**ivir en pareja implica coordinar metas y decisiones económicas. No tiene por qué ser complicado si empiezan por lo esencial: hablar con honestidad. Antes de contratar cualquier servicio, sigan esta guía para elegir lo que mejor les funcione sin poner en riesgo su tranquilidad ni su cariño.





### La conversación que va antes del dinero

Antes de contratar cualquier producto financiero, cada persona debe tener clara su situación personal, por lo que debes hacer un examen de conciencia financiero con las siguientes preguntas.

#### Preguntas clave individuales

- ▀ ¿Cuánto ingreso tengo realmente cada mes?
- ▀ ¿Qué deudas personales tengo sin liquidar?
- ▀ ¿Cuáles son mis gastos fijos (renta, servicios, suscripciones)?
- ▀ ¿Qué metas personales no quiero negociar? Una vez que tengas tus propias respuestas, es momento de sentarse a la mesa y alinear expectativas con tu pareja.

#### Preguntas en pareja

- ▀ ¿Qué gastos compartiremos a partir de ahora?
- ▀ ¿Qué metas queremos lograr juntos (comprar casa, viajar, tener un fondo de ahorro)?
- ▀ ¿Cómo dividiremos los gastos?
- ▀ ¿Qué compras requieren aviso o acuerdo?

Lograr acuerdos en estos puntos reduce confusiones, previene conflictos y evita la infidelidad financiera, que surge cuando alguien oculta deudas, gasta sin avisar o usa recursos comunes sin platicarlo previamente.

A menudo, esto no ocurre por mala intención, sino por miedo, vergüenza o la falta de acuerdos claros. Sin embargo, con el tiempo, el silencio debilita la confianza y genera disputas innecesarias.

---

**Tener objetivos en común  
y un plan de acción fortalece  
el vínculo de pareja.**

---

## Productos financieros en pareja

Existen herramientas diseñadas para facilitar la vida en común, pero antes de elegir cualquiera de ellas, hagan una pausa y respondan

con sinceridad: si alguno de los dos duda o responde con un “no”, quizá este no sea el momento adecuado para ustedes por ahora.



### 1. Cuenta de ahorro mancomunada

Preguntas antes de contratar:

- ¿Tenemos metas claras y compartidas?
- ¿Ambos podemos aportar de forma constante?

Si la respuesta es afirmativa, esta cuenta es ideal para proyectos conjuntos como vacaciones, fondos de emergencia o proyectos del hogar.

#### Modalidades

- **Mancomunada:** ambos deben autorizar cada movimiento (es más segura, pero menos ágil).
- **Solidaria:** cualquiera puede disponer del dinero con mayor libertad.

Para evitar malentendidos, lleven registro de cuánto aporta cada uno y en qué se utiliza el dinero.



### 2. Crédito hipotecario mancomunado

Preguntas antes de contratar:

- ¿Tenemos ingresos estables y suficientes?
- ¿Podemos comprometernos con un pago a largo plazo?
- ¿Tenemos claro qué pasa con la propiedad en caso de una separación?

Si las respuestas son afirmativas, un crédito en conjunto puede permitirles acceder a un monto mayor para construir su patrimonio.

No olviden revisar con lupa la tasa de interés, los seguros obligatorios, plazos, penalizaciones y cláusulas de rescisión. También establezcan por escrito la forma en la que dividirán los cargos mensuales.



### 3. Tarjetas de crédito (TDC) con responsabilidad compartida

Preguntas antes de usar este esquema:

- ¿Tenemos hábitos de pago puntuales?
- ¿Confiamos en que se respetará el límite de gastos?

Si responden afirmativamente, una TDC con tarjeta adicional puede simplificar la gestión de los gastos del hogar. Recuerden que el titular de la cuenta es el único responsable legal del pago total ante la institución financiera.



### 4. Seguros para protegerse mutuamente

Pregunta antes de contratar:

- ¿Estamos de acuerdo en quién será el beneficiario y la forma en que se pagará la prima?

Si responden que sí, un seguro de vida o de gastos médicos mayores brinda estabilidad y respaldo ante imprevistos. Definan quién será el titular, la forma de pago y quiénes serán los beneficiarios para evitar conflictos futuros.



## Hábitos financieros para fortalecer tu relación



**Fijen metas comunes:** un viaje, un fondo de emergencia o liquidar un crédito.



**Revisen sus finanzas cada mes:** tómense el tiempo necesario para hacerlo.



**Hagan un plan mensual sencillo:** cuánto aporta cada quien y para qué.



**Celebren sus logros:** pagar una deuda o alcanzar una meta una más de lo que parece.



[@Condusef oficial](#)

*¡Condusef cerca de ti!*

# MÓDULOS DE ATENCIÓN EN AEROPUERTOS

Si en tu viaje las aerolíneas no cumplen lo prometido y vulneran tus derechos,

## ¡ACÉRCATE A NOSOTROS!

Ubícanos en los aeropuertos de:

- **CANCÚN** Internacional de Cancún (CUN)
- **CDMX** Benito Juárez (MEX)
- **CDMX** Felipe Ángeles (NLU)
- **GUADALAJARA** Miguel Hidalgo y Costilla (GDL)
- **MONTERREY** Mariano Escobedo (MTY)
- **TIJUANA** Abelardo L. Rodríguez (TIJ)
- **TOLUCA** Adolfo López Mateos (TLC)
- **TULUM** Felipe Carrillo Puerto (TQQ)



**Economía**  
Secretaría de Economía

**Profeco**

Procuraduría Federal  
del Consumidor

# Quiere a tus finanzas

Este 14 de febrero, equilibra el romanticismo con la responsabilidad financiera.

FEBRERO 2026 | FINANZAS PERSONALES

**E**l amor está en el aire y también en tu estado de cuenta. En estas fechas, la mercadotecnia suele incentivar decisiones impulsivas, lo que ocasiona que no cuides tu presupuesto. No olvides que las expresiones sinceras de afecto son más valiosas que cualquier gasto excesivo.

### El enamoramiento

Esta etapa se caracteriza por una intensa atracción emocional y física hacia otra persona. Se distingue por un estado de euforia e idealización, además de profundos sentimientos de felicidad.

El deseo por agradar a la pareja se intensifica y, en algunos casos,

puede derivar en lo que se conoce como un "materialismo afectivo", es decir, la tendencia a relacionar la calidad o el costo de un regalo con la intensidad del afecto.

Lo anterior puede causar que elijas artículos costosos bajo la creencia de que su valor monetario será proporcional a la cantidad de amor que experimentas por esa persona.

Además, durante esa etapa, la oxitocina u hormona del amor juega un papel fundamental en la formación de vínculos emocionales. Se libera en situaciones de contacto físico, por lo que es común no medir tus gastos con tal de halagar a la otra persona.



## Recomendaciones



### No gastes de más

La compañía es el mejor regalo. No derroches dinero para demostrar tu cariño.



### Define cuánto puedes gastar

No comprometas tus necesidades. Un regalo no tiene que ser costoso.



### Elige detalles con sentido

Busca regalos que reflejen el vínculo y la atención hacia tu pareja, por ejemplo, un detalle personalizado vale más que un objeto caro.



### Compra con anticipación

Hazlo días antes para evitar los aumentos de precio en temporadas de alta demanda.



### Aprovecha promociones

En estas fechas, muchos establecimientos ofrecen descuentos especiales.



### Compara opciones en línea y en tiendas físicas

No te quedes con la primera alternativa, ya que los productos románticos suelen incrementar su precio en este periodo.



### Verifica al proveedor al comprar en línea

El vendedor debe especificar su domicilio físico, número telefónico, dirección de correo electrónico u otra forma electrónica de contacto si requieres realizar las reclamaciones o aclaraciones necesarias.



### No hagas uso de meses sin intereses

Si es que comprarás flores, chocolates o cenas, es una mala idea, ya que terminarás pagando durante meses algo efímero.



### Cambia espectáculos costosos por actividades accesibles

Visitar museos o parques puede ser igual de especial. Si decides hacer el esfuerzo de asistir a un espectáculo, procura que sea uno que ambas personas disfruten.



### Opta por experiencias

Si la idea es estar juntos sin gastar tanto, los paseos al aire libre, las cartas escritas a mano o las *playlists* personalizadas son alternativas memorables.



### Implementen estrategias de ahorro

Pueden aprovechar las promociones dos por uno, los horarios de descuento o las tarjetas de cliente frecuente.





## La compañía es el mejor regalo. No es necesario gastar de más para demostrar afecto.

### La Profeco siempre contigo

Procura adquirir productos en tiendas legalmente establecidas, pues esto te permitirá hacer válida la devolución o el cambio conforme a las políticas indicadas en la nota o factura.<sup>1</sup>

### Distintivo Digital Profeco

Si compras en línea, busca el Distintivo Digital Profeco: un reconocimiento oficial a provee-

dores confiables que ofrecen información clara, seguridad y transparencia en el comercio electrónico.

### Monitoreo de Tiendas Virtuales

Es una herramienta que permite verificar si los sitios de comercio digital cumplen la Ley Federal de Protección al Consumidor, por lo que te brinda seguridad y confianza.

#### Fuentes:

- Comisión Nacional para la Protección y Defensa de los Usuarios de Servicios Financieros (Condusef). "Evita gastos innecesarios este San Valentín". <https://www.condusef.gob.mx/?p=contenido&idc=412&idcat=1>
- García Rey, Ana. 2025. "Enamoramiento y Día de San Valentín". <https://psicologiaanagarciarey.com/index.php/2025/02/09/enamoramiento-y-dia-de-san-valentin/>

<sup>1</sup> El artículo 12 de la Ley Federal de Protección al Consumidor especifica que el proveedor está obligado a entregarte una factura, recibo o comprobante que detalle claramente los datos del servicio prestado, lo cual respalda tus derechos como persona consumidora.

Artículo escrito por la Dirección General de Estudios sobre Consumo de la Procuraduría Federal del Consumidor.

**Teléfono del  
consumidor**  
55 5568 8722 - 800 468 8722



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



@AtencionProfeco  
@Profeco



/ProfecoOficial

de lunes a viernes, de 9 a 19 h; sábados,  
domingos y días festivos, de 10 a 18 h

# DISTINTIVO DIGITAL PROFECO



Se otorga a aquellos proveedores de bienes, productos o servicios que se destacan por **respetar los derechos de las personas consumidoras**, al promover y favorecer información clara, completa y veraz, así como por **garantizar, transparencia, confidencialidad, confiabilidad y certeza jurídica en el comercio electrónico.**



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



**Economía**  
Secretaría de Economía

**Profeco**  
Procuraduría Federal  
del Consumidor

## Regalos a un clic

El comercio electrónico transforma celebraciones con las compras personalizadas.

FEBRERO 2026 | BRÚJULA DE COMPRA



**E**nvíar un regalo a través de internet es una opción para celebraciones como el Día del Amor y la Amistad. Esta modalidad permite comparar precios, descubrir detalles originales y acceder a promociones de temporada desde la comodidad de un dispositivo electrónico.

Las plataformas de envío no solo compiten en rapidez, sino también por precios, promociones, personalización de regalos y garantías de entrega.

**Programar el envío asegura la entrega y puede ahorrar costos frente a envíos urgentes.**



### Compras en línea

De acuerdo con la Asociación Mexicana de Ventas Online, en 2024, alrededor de 67 millones de personas en México realizaron compras digitales.

La practicidad es un factor decisivo: 8 de cada 10 personas usuarias eligen este formato por la comodidad y facilidad de uso.

Dentro de las principales razones por las que las personas consumidoras prefieren esta modalidad de compra se encuentran las siguientes:



52%

por la entrega a domicilio



41%

para ahorrar tiempo y evitar traslados a tiendas físicas



39%

para encontrar productos no disponibles en tiendas físicas



36%

por la posibilidad de comprar desde cualquier lugar



34%

por la disponibilidad de más promociones que en tiendas físicas

Esta tendencia hacia el consumo digital también se refleja en fechas con alta carga emocional y comercial.

### A un clic de distancia

Realizamos un comparativo de precios en diversos portales especializados en el envío de regalos; evaluamos lo siguiente:

- tarifas en flores y desayunos (presupuesto de \$500 a \$1 000)
- costos de envío por zona
- servicios de entrega en fechas específicas
- políticas de devolución, cambios o reprogramación

En algunos casos se consideró el producto más barato o el disponible de acuerdo con el presupuesto estimado. Los costos de envío varían de acuerdo con la zona de entrega.

### Ley Federal de Protección al Consumidor

Asimismo, verificamos el cumplimiento del artículo 76 bis de la Ley Federal de Protección al Consumidor (LFPC) en lo que respecta a:

- datos del proveedor
- descripción detallada del producto
- si muestra los costos totales e impuestos
- formas de pago
- condiciones de envío o entrega
- condiciones de cancelación, devolución, reembolso o cambio
- medios de contacto
- seguridad en datos personales y financieros

## Servicio de envío de flores

Producto	Precio	Cobertura y horario de entrega	Artículo 76 bis de la LFPC
<b>FLORES GURU</b> <span style="float: right;">flor.es.guru</span>			
Arreglo floral (tres rosas y tres lilis)	<b>\$659.<sup>00</sup></b> (\$589. <sup>00</sup> + \$70. <sup>00</sup> de envío)	CDMX, Estado de México, Guadalajara, Monterrey, Puebla y Querétaro Mismo día	Cumple con los puntos indicados en la página 25
<b>FLORARTE</b> <span style="float: right;">florarte.com.mx</span>			
Cariño bouquet Decena de gerberas rojas entre flores de dianthus rosados, en un florero de vidrio con atado de listón rojo al cuello	<b>\$630.<sup>00</sup></b> (envío sin costo)	CDMX y Estado de México de 9 a 22 h	Cumple con los puntos indicados en la página 25
<b>FLORERÍA MEXICANÍSIMO</b> <span style="float: right;">floreriamexicanisimo.com</span>			
Ramo con 3 girasoles, 12 rosas, astromelia blanca y follaje dólar, envuelto en papel estilo coreano rosa con moño	<b>\$917.<sup>00</sup></b> (\$800. <sup>00</sup> + \$117. <sup>00</sup> de envío)	CDMX y Estado de México Mismo día	No cumple con los datos del proveedor ni especifica las condiciones de envío o entrega
<b>ALAMORE</b> <span style="float: right;">alamore.mx</span>			
True color Arreglo de flores: gerberas y piñanona en florero de cristal	<b>\$827.<sup>37</sup></b> (\$727. <sup>37</sup> + \$100. <sup>00</sup> de envío)	CDMX y Estado de México de 8 a 19 h	No especifica las condicio- nes de envío o entrega, de cancelación, devolución, reembolso o cambio
<b>FLORERÍA LILIANA</b> <span style="float: right;">florerialiliana.com.mx</span>			
Ramo de 12 rosas y astromelias	<b>\$916.<sup>40</sup></b> (envío sin costo)	CDMX y algunos municipios del Estado de México de 9 a 14 h y 15 a 18 h	Cumple con los puntos indicados en la página 25
<b>MÁGICO DETALLE.COM</b> <span style="float: right;">magicodetalle.com.mx</span>			
Base de cristal con una docena de rosas y 8 chocolates Ferrero Rocher. Tarjeta con mensaje personal en sobre	<b>\$625.<sup>00</sup></b> (\$545. <sup>00</sup> + \$80. <sup>00</sup> de envío)	CDMX y algunos municipios del Estado de México Lunes a viernes de 9 a 18 h Sábado de 9 a 15 h Domingo entregas programadas con antelación	Cumple con los puntos indicados en la página 25

Producto	Precio	Cobertura y horario de entrega	Artículo 76 bis de la LFPC
<b>● GUAPA CON FLORES</b> <span style="float: right;"><a href="http://guapaconflores.com">guapaconflores.com</a></span>			
Ramo de 12 rosas color rosa	<b>\$599.<sup>00</sup></b> (\$500. <sup>00</sup> + \$99. <sup>00</sup> de envío)	CDMX, Monterrey y Guadalajara Desde el mismo día	Cumple con los puntos indicados en la página 25
<b>● EMOCIONES A DOMICILIO</b> <span style="float: right;"><a href="http://emocionasadomicilio.com">emocionasadomicilio.com</a></span>			
Docena de rosas (color a elegir). Incluye follaje, papel y moño decorativo, además de un sobre con dedicatoria impresa	<b>\$584.<sup>00</sup></b> (\$489. <sup>00</sup> + \$95. <sup>00</sup> de envío)	CDMX y Estado de México de 9 a 18 h Es posible programar la entrega en un rango específico de una hora con un cargo adicional de \$120. <sup>00</sup> (no aplica en días festivos ni para entregas el mismo día)	Cumple con los puntos indicados en la página 25
<b>● ENVIAFLORES</b> <span style="float: right;"><a href="http://enviaflores.com">enviaflores.com</a></span>			
Arreglo Claridad (10 alcatraces) altura aproximada: 60 cm. Incluye jarrón de vidrio, moño decorativo y tarjeta	<b>\$679.<sup>00</sup></b> (\$580. <sup>00</sup> + \$99. <sup>00</sup> de envío)	En ciudades específicas de todos los estados de la República Mexicana Lunes a viernes de 8 a 20 h Sábado y domingo de 9 a 20 h	Cumple con los puntos indicados en la página 25
<b>● MYNDY CHOCOLATE</b> <span style="float: right;"><a href="http://myndychocolatasymas.com">myndychocolatasymas.com</a></span>			
Arreglo de dulces mexicanos. Alegría de nuez, paletas tricolor, cocada, alegría chica, mazapán, mostacho dulce de guayaba, globos y caja	<b>\$734.<sup>00</sup></b> (\$635. <sup>00</sup> + \$99. <sup>00</sup> de envío)	CDMX y Estado de México de 9 a 19 h	Cumple con los puntos indicados en la página 25
<b>● AZAP FLORES</b> <span style="float: right;"><a href="http://azapflores.com">azapflores.com</a></span>			
Elección del florista - flores aleatorias	<b>\$670.<sup>00</sup></b> (\$570. <sup>00</sup> + \$100. <sup>00</sup> de envío)	República Mexicana de 8:15 a 14:30 h y de 15:30 a 20:30 h	No cumple con los datos del proveedor

Producto	Precio	Cobertura y horario de entrega	Artículo 76 bis de la LFPC
<b>LOLAFLORA</b>			<a href="http://lolaflores.com.mx">lolaflores.com.mx</a>
Lirios blancos, rosas rojas (9 piezas) y astromelias rosas (5 piezas)	\$489. <sup>99</sup>	República Mexicana de 9 a 19 h	Cumple con los puntos indicados en la página 25

La descripción de los productos se retomó directamente de los sitios de internet. Para mayor información sobre qué sucede si la persona destinataria no está, entregas fallidas, entregas exprés, las opciones de seguimiento, el aviso de entrega, las tarifas según el horario, las políticas de entrega y devolución u otros asuntos, consulta directamente con el proveedor.

Fuente: Información recabada directamente de los sitios de internet el 9 y 10 de diciembre de 2025, por lo que a la publicación de este artículo puede haber cambiado.

### Servicio de envío de desayunos

Producto	Precio	Cobertura y horario de entrega	Artículo 76 bis de la LFPC
<b>EMOCIONES A DOMICILIO</b>			<a href="http://emocionesadomicilio.com">emocionesadomicilio.com</a>
<b>Desayuno chilaquiles</b> Base de madera color blanco, charola con totopos, salsa, crema y cebolla, pieza de pan, galletas con chocolate, frasco con kit de café, té, crema, azúcar y sustituto, jugo, fruta, moño decorativo y dedicatoria impresa en sobre	<b>\$680.<sup>00</sup></b> (\$585. <sup>00</sup> + \$95. <sup>00</sup> de envío)	CDMX y Estado de México de 9 a 18 h Es posible programar la entrega en un rango específico de una hora con un cargo adicional de \$120.00 No aplica en días festivos, ni entregas el mismo día	Cumple con los puntos indicados en la página 25
<b>REGALOS KOKORO3.COM</b>			<a href="http://kokoro3.com">kokoro3.com</a>
<b>Desayuno bon appetit AMOR</b> Baguette de pechuga de pavo y queso, yogur natural, cajita de cereal, cartoncito de leche, bote con fruta cítrica, jugo único y globo de 9 pulgadas de amor	<b>\$548.<sup>00</sup></b> (\$449. <sup>00</sup> + \$99. <sup>00</sup> de envío)	CDMX y los municipios de Naucalpan, Tlalnepantla, Huixquilucan (excepto desayunos) y Cd. Neza en el Estado de México Entregas de lunes a sábado Desayunos de 9 a 11:30 h	Cumple con los puntos indicados en la página 25
<b>ALMUERCITO CORAZÓN</b>			<a href="http://almuercitocorazon.com">almuercitocorazon.com</a>
<b>Chilaquiles box</b> Chilaquiles verdes con pollo, jugo de naranja, chocomilk o chocomilkito de fresa, yogur griego con fruta y granola, mix de fruta con chilito en polvo, cajita con moño y frase alusiva al motivo de celebración	<b>\$568.<sup>00</sup></b> (\$459. <sup>00</sup> + \$109. <sup>00</sup> de envío)	Algunas alcaldías de la CDMX y los municipios de Ecatepec y Nezahualcóyotl en el Estado de México Lunes a sábado (en este servicio, la entrega es de 9 a 12 h)	No cumple con los datos del proveedor ni especifica las condiciones de envío o entrega

Producto	Precio	Cobertura y horario de entrega	Artículo 76 bis de la LFPC
<b>ACENTO FLORAL</b> <span style="float: right;">acentofloral.com.mx</span>			
<b>Apapacho de amor</b> Jugo de naranja, café Olé, un pastel mini, sándwich, tres chocolates Ferrero Rocher y Nutella Go. Incluye una base tipo huacal, un moño decorativo y tarjeta con mensaje impreso en sobre	<b>\$700.00</b> (\$580.00 + \$120.00 de envío)	CDMX y Estado de México de 8 a 19 h	Cumple con los puntos indicados en la página 25
<b>UNBONITODETALLE.COM</b> <span style="float: right;">unbonitodetalle.com</span>			
<b>Desayuno a domicilio clásico</b> Huacal de madera de 20 cm de ancho, 25 cm de largo y 9 cm de alto, mantel de color, emparedado con jamón, queso y verduras, bebida y colación a elegir, flor natural o papas, yogur variado (no se puede elegir), chocolate, dulce mexicano, tarjeta para dedicatoria. El modelo del tarro de vidrio del jugo, soda o licuado puede variar	<b>\$521.00</b> (\$481.00 + \$40.00 de envío) <sup>1</sup>	CDMX y zonas muy cercanas del Estado de México de 9 a 16 h	Cumple con los puntos indicados en la página 25
<b>NARANJA DULCE SORPRESAS</b> <span style="float: right;">naranjadulesorpresas.com.mx</span>			
<b>Sorpresa floral</b> Baguette con jamón y queso, jugo en envase de cristal, gelatina, minipastel o tarta de frutas, vaso con fruta, florero con flores de temporada, globo impreso de 9 pulgadas y canasta	<b>\$675.00</b> (\$495.00 + \$180.00 de envío)	CDMX y área metropolitana Lunes a viernes de 9 a 18 h Sábados y domingos de 9 a 15 h	Cumple con los puntos indicados en la página 25
<b>FÁBRICA DE SUEÑOS</b> <span style="float: right;">fabricadesuenos.com.mx</span>			
<b>Personaliza kit desayuno mini</b> Baguette con pechuga de pavo o jamón serrano, ambas opciones con lechuga y queso gouda. Incluye un frasco con fruta fresca de temporada, una colación dulce o con picante. Como bebida, se puede optar por una botella con jugo fresco de naranja, una opción dulce y espumosa o una burbujeante	<b>\$668.00</b> (\$569.00 + \$99.00 de envío)	Todo México (se entrega en un día hábil comprando antes de las 20 h). Entregas de 9 a 18 h	No cumple con los datos del proveedor

<sup>1</sup> Se consideró la tarifa de envío de compra anticipada. Señala precio sin IVA al momento de pagar no se visualizan el total con impuestos.

Producto	Precio	Cobertura y horario de entrega	Artículo 76 bis de la LFPC
<b>DELÉTATE</b>			<a href="http://delaifata.com.mx">delaifata.com.mx</a>
<b>Desayuno sorpresa paquete</b> Sándwich gourmet, coctel de frutas 300 g, jugo 417 ml, yogur natural 125 g, malva-viscosos cubiertos, caja de cartón con moño decorativo y dedicatoria de cortesía	<b>\$610.00</b> (\$520.00 + \$90.00 de envío)	Villahermosa, Cancún y Playa del Carmen Lunes a viernes de 10 a 18 h Sábado de 10 a 15 h	Cumple con los puntos indicados en la página 25
<b>DESAYUNITO CORAZÓN</b>			<a href="http://desayunitocorazon.com">desayunitocorazon.com</a>
<b>Desayuno corazón Tokio a domicilio</b> Rosa, yogur, charolita pequeña, chocolate, alegría, jarra con jugo, porción de fruta, chapata y complementos	<b>\$649.00</b> (\$550.00 + \$99.00 de envío)	CDMX y área metropolitana (envío estándar). Si es desayuno el día siguiente de 9 a 11:30 h Exprés de 2 a 3 o hasta 4 horas	Cumple con los puntos indicados en la página 25
<b>FIORENCE</b>			<a href="http://fiorenza.com.mx">fiorenza.com.mx</a>
<b>Desayuno de Regalo "¡Qué tengas lindo día!"</b> Manzana, pera, Nutella Ferrero 200 g, jugo del Valle 237 ml, café Olé 281 ml, taza de cerámica, 3 sobres de té Twinings, 3 paquetes surtidos de Berry Nuts 25 c/u, 3 rebanadas de pan tostado, 3 quesos mini-Babybel y caja de regalo	<b>\$845.00</b> (\$675.00 + \$170.00 de envío) <sup>1</sup>	Puebla Pedidos con anticipación: entrega de 10 a 13 h. Pedidos el mismo día: los recibidos antes de las 14 h se entregarán en el bloque de 14 a 18 h	Cumple con los puntos indicados en la página 25

La descripción de los productos se retomó directamente de los sitios de internet. Para mayor información como entregas exprés, las opciones de seguimiento, el aviso de entrega, las tarifas según el horario, las políticas de entrega y devolución u otros asuntos, consulta directamente con el proveedor.

Algunas entregas dependen de las normas de cada sitio, como hospitales, funerarias, empresas, escuelas y oficinas. Las empresas no se responsabilizan si el acceso es denegado; por lo que conviene informarse antes para evitar cargos o devoluciones.

<sup>1</sup>Se consideró el Código Postal 72015.

Fuente: Información recabada directamente de los sitios de internet el 9 y 10 de diciembre de 2025, por lo que a la publicación de este artículo puede haber cambiado.



## Recomendaciones



### Antes de comprar

- Compara al menos tres opciones.
- Verifica la identidad del proveedor.
- Revisa las formas de pago.
- Considera el uso de tarjetas virtuales.
- Confirma que el sitio cuente con un certificado de seguridad vigente.
- Lee los términos y condiciones del servicio.
- Verifica la reputación de la tienda.



### Durante la compra

- En fechas de alta demanda, asegúrate de que haya productos en existencia.
- Lee la descripción del producto.
- Revisa tu carrito de compras.



### Después de la compra

- Guarda el comprobante de pago.
- Revisa el estatus del pedido.
- Verifica que el regalo haya sido recibido.
- Consigue evidencia de cómo llegó el producto.
- Si es posible, valora el servicio.

Artículo escrito por la Dirección General de Estudios sobre Consumo de la Procuraduría Federal del Consumidor.

**Teléfono del  
consumidor**  
55 5568 8722 - 800 468 8722

de lunes a viernes, de 9 a 19 h; sábados,  
domingos y días festivos, de 10 a 18 h



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



@AtencionProfeco  
@Profeco



/ProfecoOficial

# MONITOREO DE TIENDAS VIRTUALES

La Profeco revisa que los sitios de comercio electrónico respeten los derechos de las personas consumidoras y cumplan con las obligaciones que establece la ley, como:

Proteger los datos personales y financieros.

Ofrecer descripciones detalladas de bienes y servicios.

Informar las condiciones de cancelación, devolución o cambio.



Si deseas saber si un sitio mexicano de venta en línea cumple con estas disposiciones, entra a [buropcomercial.profeco.gob.mx/tiendasvirtuales](https://buropcomercial.profeco.gob.mx/tiendasvirtuales)



**Economía**  
Secretaría de Economía

**Profeco**  
Procuraduría Federal  
del Consumidor

# Términos y condiciones abusivos al comprar por internet

Infórmate y haz valer tus derechos, la Profeco está para ayudarte.

**M**uchas veces al entrar a una página de internet o al usar una aplicación aparece una ventana con los términos y condiciones. Por la prisa de acceder a la información o al servicio, los aceptamos sin detenernos a leerlos. En la era digital, hacer esto puede traer muchas desventajas.

## Un clic vale más de lo que parece

Cuando aceptas los términos y condiciones de una plataforma digital, estás firmando un contrato de adhesión sin que nadie te haya explicado sus cláusulas, por lo que solo tienes dos opciones: aceptarlo o quedarte sin el servicio.

La Ley Federal de Protección al Consumidor (LFPC) reconoce dicha desigualdad y establece que todas estas cláusulas deben ser claras y no deben perjudicar a las personas consumidoras.





Para reforzar esta protección, la Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco) cuenta con el Registro Público de Contratos de Adhesión, donde ciertos contratos de empresas que operan en México deben ser revisados y autorizados para garantizar su equidad. Sin embargo, en el mundo digital —especialmente con plataformas internacionales—, ese registro no suele aplicarse.

Por eso, es esencial que cada persona consumidora aprenda a detectar cuando una cláusula parezca excesiva.

### Cláusulas abusivas

Si encuentras alguna de las siguientes cláusulas, tienes derecho a cuestionarlas y denunciarlas. Son cláusulas nulas, es decir, sin valor legal.

Cláusula	¿Por qué es abusiva?
<p><b>Renunciar a los términos y condiciones ofrecidos o convenidos de la entrega o suministro del bien, producto o servicio</b>                      “El producto o servicio se proporciona —‘tal cual’ y ‘según disponibilidad’—”.</p>	<p>La persona proveedora está obligada a respetar y entregar el bien, producto o servicio en los términos y condiciones ofrecidos, y en el supuesto del ofrecimiento de garantías nadie puede pedirte que renuncies a ellas.</p>
<p><b>Modificación unilateral del contrato</b>                      “Nos reservamos el derecho de modificar estos términos en cualquier momento sin previo aviso”.</p>	<p>Si bien las empresas pueden actualizar sus términos, están obligadas a informarte de manera clara y darte la opción de no aceptarlos.</p> <p>Un cambio repentino que perjudique tus derechos carece de validez.</p>
<p><b>Cargos ocultos o renovación automática agresiva</b>                      “El servicio se renovará automáticamente y se cargará a tu tarjeta a menos que canceles con 30 días de anticipación”.</p>	<p>Aunque es una práctica común, se vuelve abusiva cuando el proceso para cancelar es complicado o se oculta a propósito. La transparencia es una obligación legal.</p>
<p><b>Jurisdicción inconveniente</b>                      “Cualquier disputa se resolverá en los tribunales de una ciudad o país extranjero”.</p>	<p>Intenta obligarte a litigar en un lugar lejano y costoso, lo cual te disuade de defender tus derechos.</p> <p>En México, las personas consumidoras pueden acudir a los tribunales mexicanos.</p>

# Estar informado y reconocer cláusulas abusivas protege tu bolsillo y tus derechos.

## Guía para defenderte



FEBRERO 2026 | QUÉ HACER SI...

### Ten a la mano la siguiente información:

Tus datos y los de la empresa



El comprobante de tu intento de conciliación directa

Capturas de pantalla de los términos y condiciones



Una explicación breve de cómo te perjudica la cláusula



## Denunciar ante la Profeco significa ejercer tus derechos como persona consumidora.

### El impacto de tu denuncia

Presentar una denuncia es sencillo y puede detener prácticas que afectan a miles de personas consumidoras. Cuando la Profeco recibe una denuncia, no solo atiende tu caso.

Si se determina que las cláusulas son abusivas, se podrá iniciar un procedimiento por infracciones a la LFPC, el cual podría terminar en una sanción económica para la empresa. Tu iniciativa personal se convierte en una protección colectiva contra los abusos en línea.

Artículo escrito por la Dirección General de Procedimientos de la Procuraduría Federal del Consumidor.

**Teléfono del  
consumidor**  
55 5568 8722 - 800 468 8722



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



@AtencionProfeco  
@Profeco



/ProfecoOficial

de lunes a viernes, de 9 a 19 h; sábados,  
domingos y días festivos, de 10 a 18 h

# Que el 14 de febrero no te consuma

En el mundo digital ya no somos personas, sino perfiles de consumo.

**S**an Valentín no siempre se vivió como hoy. Antes, comprar un regalo implicaba planear, comparar opciones y decidir con calma. Se pensaba qué regalar, para quién y por qué. El valor de un regalo estaba ligado a la intención.

Con el tiempo, las dinámicas de consumo han cambiado y con ello las decisiones de compra. Ahora descubrimos productos mientras navegamos, guiados por sugerencias que aparecen en nuestro camino digital.

Sin darnos cuenta, empezamos a desear objetos no por utilidad, sino porque parecen formar parte de una experiencia colectiva que "debemos" compartir.



**¿Compras algo porque lo necesitas o porque está de moda en internet?**

## Influencia de las redes sociales

Las redes sociales han transformado la forma en que descubrimos y adquirimos productos, incluso hasta cómo celebramos algo. Conocer los mecanismos de la influencia digital y aplicar estrategias de consumo consciente son herramientas fundamentales para mantener el control de nuestras finanzas y evitar decisiones impulsivas.

La segmentación en el mundo digital ya no solo se basa en dónde vives, sino en qué ves, cuánto tiempo te detienes en una imagen y qué has comprado antes. A través de las siguientes estrategias es como logran influir en nuestras decisiones de compra:



### El *scroll* infinito

Este flujo continuo de contenido mezcla el entretenimiento con la oferta de productos, lo que ocasiona que comprar se sienta como una acción automática y cotidiana.



### El algoritmo

Leyendas como "otros también compraron" o los *feeds* personalizados no solo sugieren productos, sino que los normalizan. A diferencia de la publicidad tradicional, el algoritmo se disfraza de contenido orgánico y natural.



### Rastreo digital

A través de *cookies* e historiales, las plataformas registran nuestros intereses y se anticipan a nuestra intención de compra.



### Las notificaciones reactivas

Las alertas de "oferta por tiempo limitado" rompen el proceso de reflexión y refuerzan la urgencia; así, el impulso pesa más que la necesidad.

## ¿Por qué compras lo que compras?

Para las marcas, vender ya no significa solo ofrecer un buen producto, sino diseñar experiencias. Para las personas consumidoras, el reto está en cuestionar.

Con el objetivo de tomar decisiones de consumo más conscientes, es útil detenerse un momento y distinguir entre los impulsos y las necesidades reales.



### Lo quiero

Nace de una emoción o tendencia.

Influido por redes sociales y publicidad.

Se siente urgente e inmediato como una oferta por tiempo limitado.

Da una satisfacción momentánea que se olvida pronto.

Responde al "me gusta".



### Lo necesito

Responde a una carencia o utilidad real.

Es una decisión independiente de las tendencias.

Reflexionas antes de comprarlo.

Aporta un beneficio duradero y útil a largo plazo.

Responde al "me sirve".

## Recomendaciones



### Revisa y limpia tu *feed*

Silencia o deja de seguir cuentas que promuevan hábitos de consumo excesivo o te generen ansiedad por comprar.



### Pausa el *scroll*

Establece recordatorios de tiempo de uso en tus redes para evitar la navegación infinita.



### Investiga precios y consulta reseñas

Apóyate en sitios independientes fuera de la plataforma social.



### Sigue cuentas de contenido educativo

También te resultarán útiles aquellas enfocadas en el ahorro que promuevan objetivos financieros a largo plazo, como las redes sociales de la Procuraduría Federal del Consumidor.



### Desactiva recomendaciones de compras

Algunas aplicaciones permiten anular anuncios personalizados y limitar el seguimiento de intereses.



Adoptar hábitos digitales saludables no solo nos protege económicamente, sino que también nos permite disfrutar de las redes sociales de forma más equilibrada y auténtica.

# PROFECO TE INVITA A CALIBRAR TUS BÁSCULAS E INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN



Solicita el servicio  
de calibración.  
Más información en:  
[gob.mx/profeco](http://gob.mx/profeco)



**Economía**  
Secretaría de Economía

**Profeco**  
Procuraduría Federal  
del Consumidor

# Huevo: un superalimento en tu mesa

Completo, práctico, rendidor y versátil, así es este básico de las dietas.

**E**l huevo es uno de los protagonistas en la alimentación de las familias mexicanas. Para muchas de ellas, es la principal fuente de proteína animal, por lo que no falta en sus mesas.

### Nutritivo por donde lo veas

El huevo es uno de los alimentos más completos que existen, por lo que se considera un superalimento, ya que contiene una buena cantidad de proteínas y vitaminas.

Comencemos por la clara, la cual está compuesta principalmente por albúmina, una proteína de alta calidad biológica; para aprovecharla mejor, se recomienda consumirla cocida.

En cambio, la yema aporta grasas saludables (lecitina), proteína, hierro, azufre y vitaminas A, B, D y E. Aunque tiene colesterol, es una pieza clave para una dieta equilibrada.

Por lo tanto, debido a su valor nutricional, el huevo es una alternativa a la carne o al pescado, además de ser fácil de masticar, digerir y, combinado con otros alimentos, puede formar parte de una dieta saludable en un plan alimenticio equilibrado.



**Gran versatilidad**

El huevo es un alimento accesible, rápido y sencillo de preparar. Además, es útil para espesar salsas, esponjar pasteles, dar ese color dorado al pan, entre otras funciones. No solo brilla en el desayuno, ya que puede estar presente en pastas, postres y hasta en productos de belleza o fertilizantes.

**Producción de huevo en México**

El **70 %** de la producción nacional se concentra en Jalisco (54.2 %), Puebla (14.9 %) y el resto de entidades (30.9 %).



Entre 2014 y 2024, la producción de huevo para plato aumentó un **27.4 %**.



En 2024, la producción de huevo fresco o para plato alcanzó las **3 270 075** toneladas.

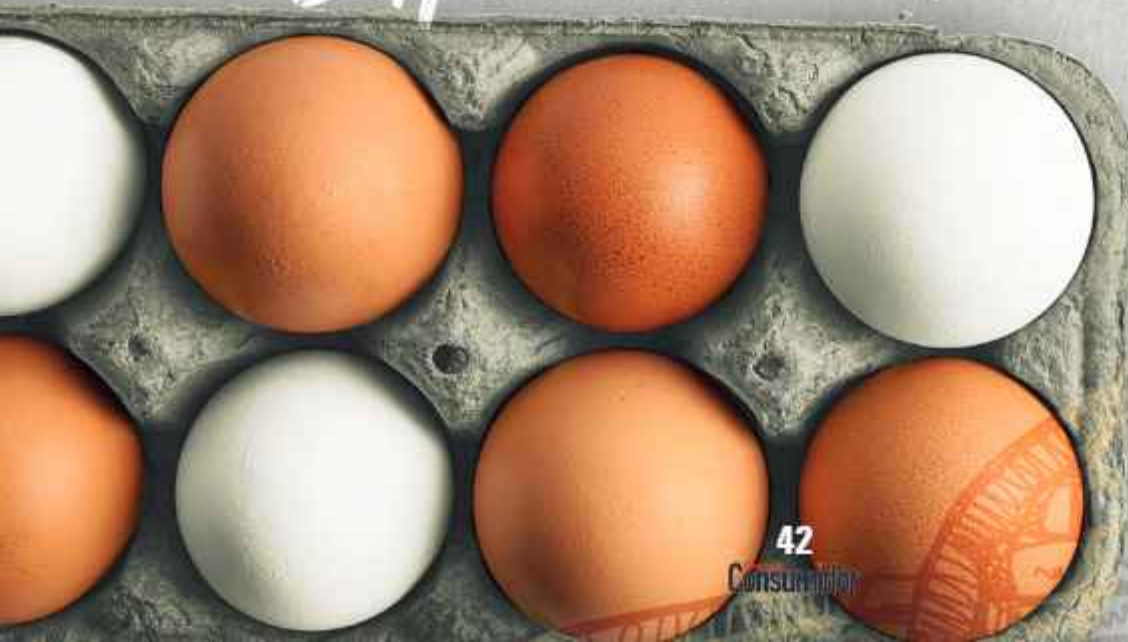


En 2024, el consumo por habitante alcanzó los 24.4 kg anuales, con una participación del **12.6 %** dentro de la producción pecuaria nacional.



México es autosuficiente en la producción de huevo para plato y ocupa el **6.º** lugar mundial como productor.

# Superalimento



## ¿Sabías que...?



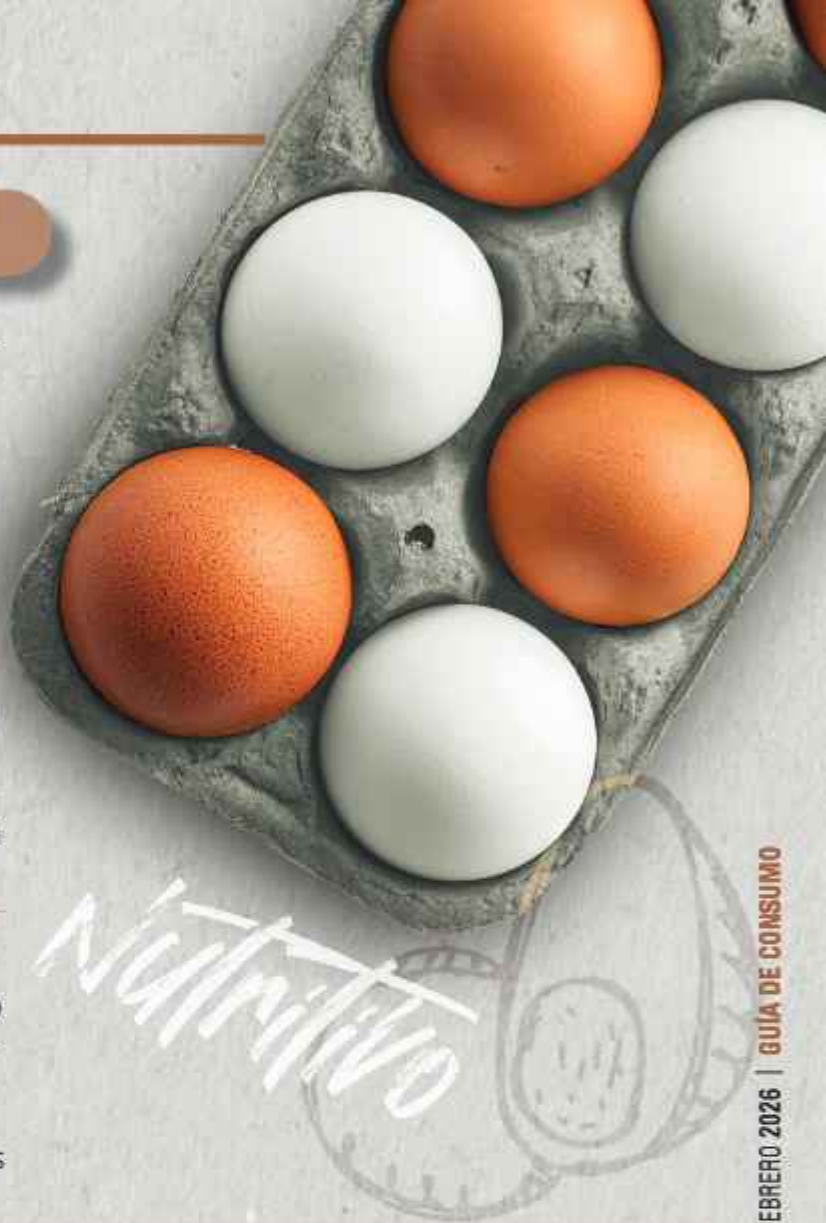
Para la producción de huevo destinado al consumo, existen dos tipos principales de estirpes de gallinas: ligeras (productoras de huevo blanco) y semipesadas (productoras de huevo rojo). No obstante, el valor nutricional es el mismo.



En 1996, se estableció en Viena el Día Mundial del Huevo, el cual se celebra el segundo viernes de octubre para difundir la importancia de este alimento.



En 2025, la Organización Mundial del Huevo utilizó el lema: "El huevo poderoso: repleto de nutrición natural", con el fin de destacar el papel fundamental que desempeña este alimento en la nutrición de las personas en todo el mundo.



Mito	Realidad
Eleva el colesterol	Falso. Su equilibrio de grasas tiene un efecto protector. En la mayoría de las personas, su consumo no eleva significativamente el colesterol en sangre.
Los huevos rojos son más nutritivos	Falso. La única diferencia es el color del cascarón. Su composición y valor nutrimental son exactamente los mismos.
Es bueno comer huevo crudo	Falso. Es necesario cocinarlo para aprovechar sus propiedades, ya que crudo aumenta el riesgo de infección por salmonela.
El huevo se debe lavar	Falso. El cascarón del huevo es poroso y está cubierto por una membrana natural llamada cutícula. Si lo lavas y lo guardas, facilitas la entrada de bacterias. Si el cascarón está sucio, límpialo con un paño seco.
Es mejor comer solo claras	Falso. La clara y la yema aportan nutrientes complementarios. Al consumir solo una, pierdes el beneficio nutricional completo que el huevo ofrece.

Fuente: Elaboración propia con información de la Dirección General de Personal, Dirección de los Cendi y jardín de niños y Coordinación de Nutrición. "El huevo: mitos y realidades". [www.personal.unam.mx/Docs/Cendi/el-huevo.pdf](http://www.personal.unam.mx/Docs/Cendi/el-huevo.pdf)

## Precios

Te presentamos los precios mínimo, máximo y promedio del kilogramo de huevo blanco y rojo de siete marcas en distintas presentaciones, así como su precio a granel. La información corresponde al programa Quién es Quién en los Precios (qpp.profeco.gob.mx) del 2 al 9 de enero de 2026.

Presentación	Marca	Precio mínimo	Precio máximo	Precio promedio
<b>Huevo blanco</b>				
1 kg a granel		32. <sup>00</sup>	55. <sup>00</sup>	40. <sup>72</sup>
Paquete c/12 piezas	Aurrera	33. <sup>00</sup>	44. <sup>00</sup>	33. <sup>79</sup>
	Bachoco	36. <sup>00</sup>	54. <sup>90</sup>	45. <sup>54</sup>
	El Calvario	35. <sup>00</sup>	42. <sup>90</sup>	37. <sup>07</sup>
	Guadalupe	42. <sup>90</sup>	48. <sup>34</sup>	46. <sup>27</sup>
	Precíssimo	38. <sup>90</sup>	45. <sup>90</sup>	40. <sup>92</sup>
	San Juan	36. <sup>00</sup>	47. <sup>50</sup>	40. <sup>15</sup>
	Tehuacán	42. <sup>00</sup>	48. <sup>00</sup>	43. <sup>18</sup>
Paquete c/18 piezas	Aurrera	41. <sup>00</sup>	53. <sup>00</sup>	48. <sup>33</sup>
	Bachoco	44. <sup>60</sup>	69. <sup>90</sup>	53. <sup>79</sup>
	El Calvario	49. <sup>90</sup>	62. <sup>90</sup>	55. <sup>21</sup>
	Guadalupe	64. <sup>00</sup>	69. <sup>00</sup>	65. <sup>30</sup>
	Precíssimo	39. <sup>90</sup>	69. <sup>90</sup>	55. <sup>91</sup>
	San Juan	49. <sup>90</sup>	64. <sup>00</sup>	56. <sup>85</sup>
	Tehuacán	59. <sup>00</sup>	65. <sup>00</sup>	60. <sup>82</sup>
Paquete c/30 piezas	El Calvario	85. <sup>00</sup>	95. <sup>90</sup>	88. <sup>57</sup>
	San Juan	83. <sup>00</sup>	96. <sup>90</sup>	88. <sup>76</sup>
	Tehuacán	91. <sup>00</sup>	98. <sup>85</sup>	92. <sup>66</sup>
<b>Huevo rojo</b>				
1 kg a granel		75. <sup>00</sup>	-	-
Paquete c/12 piezas	Bachoco	44. <sup>00</sup>	59. <sup>90</sup>	51. <sup>93</sup>
Paquete c/18 piezas	Bachoco	66. <sup>00</sup>	79. <sup>90</sup>	71. <sup>56</sup>

Fuente: Profeco. Quién es Quién en los Precios. Información del 2 al 9 de enero de 2026, por lo que a la fecha de publicación de este artículo puede haber cambiado.



**El huevo es saludable para tu cuerpo y un pilar de la canasta básica mexicana.**

Ciudad	Paquete c/12 piezas			Paquete c/18 piezas		
	Precio mínimo	Precio máximo	Precio promedio	Precio mínimo	Precio máximo	Precio promedio
Acapulco	-	-	-	47. <sup>50</sup>	61. <sup>00</sup>	53. <sup>07</sup>
Aguascalientes	33. <sup>00</sup>	46. <sup>90</sup>	40. <sup>57</sup>	47. <sup>10</sup>	65. <sup>00</sup>	54. <sup>47</sup>
Campeche	34. <sup>00</sup>	52. <sup>90</sup>	42. <sup>37</sup>	47. <sup>50</sup>	60. <sup>00</sup>	54. <sup>48</sup>
Cancún	34. <sup>00</sup>	46. <sup>90</sup>	42. <sup>16</sup>	47. <sup>50</sup>	65. <sup>50</sup>	55. <sup>31</sup>
Chihuahua	38. <sup>90</sup>	49. <sup>00</sup>	43. <sup>68</sup>	44. <sup>60</sup>	64. <sup>00</sup>	55. <sup>24</sup>
Ciudad de México	33. <sup>00</sup>	49. <sup>00</sup>	40. <sup>53</sup>	39. <sup>90</sup>	69. <sup>00</sup>	55. <sup>67</sup>
Ciudad Juárez	42. <sup>90</sup>	49. <sup>00</sup>	46. <sup>19</sup>	47. <sup>10</sup>	59. <sup>90</sup>	54. <sup>20</sup>
Cuernavaca	33. <sup>00</sup>	44. <sup>00</sup>	39. <sup>68</sup>	45. <sup>00</sup>	65. <sup>00</sup>	53. <sup>77</sup>
Culiacán	-	-	-	47. <sup>10</sup>	69. <sup>90</sup>	56. <sup>30</sup>
Durango	40. <sup>00</sup>	52. <sup>90</sup>	44. <sup>94</sup>	47. <sup>10</sup>	65. <sup>00</sup>	54. <sup>78</sup>
Guadalajara	33. <sup>00</sup>	47. <sup>00</sup>	42. <sup>31</sup>	41. <sup>00</sup>	67. <sup>00</sup>	55. <sup>97</sup>
Hermosillo	-	-	-	41. <sup>00</sup>	69. <sup>90</sup>	55. <sup>60</sup>
La Paz	39. <sup>00</sup>	52. <sup>90</sup>	44. <sup>37</sup>	41. <sup>00</sup>	64. <sup>00</sup>	54. <sup>33</sup>
León	33. <sup>00</sup>	47. <sup>00</sup>	41. <sup>21</sup>	47. <sup>10</sup>	65. <sup>00</sup>	56. <sup>56</sup>
Mérida	34. <sup>00</sup>	46. <sup>90</sup>	41. <sup>35</sup>	47. <sup>50</sup>	65. <sup>50</sup>	55. <sup>88</sup>
Monterrey	33. <sup>00</sup>	50. <sup>99</sup>	43. <sup>32</sup>	41. <sup>00</sup>	67. <sup>00</sup>	57. <sup>66</sup>
Morelia	39. <sup>90</sup>	49. <sup>90</sup>	44. <sup>02</sup>	41. <sup>00</sup>	65. <sup>00</sup>	54. <sup>82</sup>
Oaxaca	33. <sup>00</sup>	47. <sup>00</sup>	41. <sup>09</sup>	45. <sup>00</sup>	65. <sup>00</sup>	53. <sup>13</sup>
Orizaba	-	-	-	47. <sup>50</sup>	60. <sup>00</sup>	53. <sup>27</sup>
Puebla	33. <sup>00</sup>	47. <sup>00</sup>	40. <sup>03</sup>	44. <sup>60</sup>	65. <sup>00</sup>	54. <sup>25</sup>
Querétaro	34. <sup>00</sup>	47. <sup>05</sup>	42. <sup>25</sup>	45. <sup>00</sup>	64. <sup>00</sup>	54. <sup>81</sup>
Saltillo	39. <sup>00</sup>	52. <sup>90</sup>	45. <sup>68</sup>	41. <sup>00</sup>	65. <sup>00</sup>	55. <sup>72</sup>
San Luis Potosí	34. <sup>00</sup>	49. <sup>00</sup>	42. <sup>70</sup>	41. <sup>00</sup>	65. <sup>00</sup>	51. <sup>17</sup>
Tampico	39. <sup>00</sup>	-	-	41. <sup>00</sup>	63. <sup>00</sup>	53. <sup>96</sup>
Tijuana	40. <sup>00</sup>	54. <sup>90</sup>	48. <sup>37</sup>	47. <sup>10</sup>	69. <sup>90</sup>	52. <sup>83</sup>
Tlaxcala	33. <sup>00</sup>	46. <sup>00</sup>	38. <sup>09</sup>	45. <sup>00</sup>	65. <sup>00</sup>	54. <sup>03</sup>
Toluca	39. <sup>00</sup>	41. <sup>50</sup>	40. <sup>13</sup>	57. <sup>00</sup>	61. <sup>50</sup>	59. <sup>07</sup>
Tuxtla Gutiérrez	33. <sup>00</sup>	47. <sup>50</sup>	40. <sup>71</sup>	47. <sup>50</sup>	63. <sup>00</sup>	54. <sup>55</sup>
Veracruz	34. <sup>00</sup>	47. <sup>00</sup>	40. <sup>87</sup>	45. <sup>00</sup>	65. <sup>00</sup>	55. <sup>32</sup>
Villahermosa	33. <sup>00</sup>	46. <sup>90</sup>	41. <sup>03</sup>	45. <sup>00</sup>	60. <sup>00</sup>	54. <sup>46</sup>
Zacatecas	38. <sup>90</sup>	52. <sup>90</sup>	43. <sup>36</sup>	41. <sup>00</sup>	64. <sup>00</sup>	53. <sup>49</sup>

Fuente: Profeco. Quién es Quién en los Precios (QQP). Información del 2 al 9 de enero de 2026, por lo que a la fecha de publicación de este artículo puede haber cambiado.

## Recomendaciones



### No lo consumas crudo

Consúmelo en preparaciones que incluyan cocción, ya sea hervidos, escalfados, al horno o fritos.



### Lávate las manos

Hazlo después de manipularlos para evitar la contaminación cruzada con utensilios y otros alimentos.



### Consérvalo en el refrigerador

Evita dejar los huevos o los alimentos que los contengan a temperatura ambiente, ya que el huevo es muy sensible a los cambios bruscos de temperatura, sobre todo, al calor.



### Rómpelo con cuidado

Utiliza el borde de un recipiente distinto al que usarás para batirlo o cocinarlo.



### Revisa su cascarón

El cascarón debe estar limpio y sin fisuras. Descarta los que estén rotos para evitar enfermedades gastrointestinales.



### Sírvelo inmediatamente

Ya sea que esté cocido, duro, frito o forme parte de algún platillo, consúmelo pronto.

## Haz un consumo informado

Con la herramienta Quién es Quién en los Precios puedes comparar precios para tomar las mejores decisiones de compra. Entra a:



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

### Fuentes:

- Fundación Española del Corazón. "Huevo". <https://fundaciondelcorazon.com/nutricion/alimentos/797-huevos-proteinas-grasa-colesterol.html>
- Organización Mundial del Huevo. "Día Mundial del Huevo". <https://www.worldeggorganisation.com/es/our-work/world-egg-day/>
- Secretaría de Agricultura/Servicio de Información Agroalimentaria y Pesquera. 2025. "Panorama Agroalimentario 2018-2024". <https://www.gob.mx/agricultura/dgsiap/acciones-y-programas/panorama-agroalimentario-258035>
- Secretaría de Agricultura/Dirección General del Servicio de Información Agroalimentaria y Pesquera. 2025. "Producción Agrícola". <https://www.gob.mx/agricultura/dgsiap/acciones-y-programas/produccion-agricola-404122>

Artículo escrito por la Dirección General de Estudios sobre Consumo de la Procuraduría Federal del Consumidor.

**No te pierdas**  
nuestro contenido en  
**TIKTOK**

**¡Síguenos!**  
**@profeco**

# Quién es Quién en los Precios

Compara precios de más de 3 mil productos  
en 32 ciudades del país y toma las mejores  
decisiones para tu economía.

Además, crea  
y guarda tu lista  
de compras.



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



**Economía**  
Secretaría de Economía

**Profeco**

Procuraduría Federal  
del Consumidor



# Tamales

FEBRERO 2026 | PLATILLO SABIO

Fotografía: José Luis Sendoval

Con este tradicional platillo, elaborado con ingredientes típicos y consumido durante el mes de febrero, se celebra el Día de la Candelaria, festividad que marca el cierre del ciclo navideño.

El tamal, *tamalli* en náhuatl, se elabora con masa de maíz nixtamalizado y se rellena con chile, carne, verduras o preparaciones dulces, que aportan color, aroma y sabor característicos. En conjunto, reflejan la diversidad culinaria y cultural de México.

El maíz se cultiva en todo el país, especialmente en Sinaloa y Jalisco. Es rico en carbohidratos y aporta proteínas de origen vegetal. Su proceso de nixtamalización, técnica prehispánica que perdura hasta la fecha, mejora su valor nutricional.

Disfruta de este platillo que celebra la tradición, el sincretismo cultural y las raíces gastronómicas de México.



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



Prepáralo en tu casa y etiquétanos en Instagram **#PlatilloSabioProfeco** y **@revistadelconsumidormx**

# Tamales



## Ingredientes

### Tamales verdes y de mole

- ▶ ½ kg de harina para tamales
- ▶ 125 g de manteca de cerdo
- ▶ ½ taza de caldo de res
- ▶ 25 ml del agua de la cocción de tomate verde
- ▶ ½ cucharada de polvo para hornear
- ▶ ½ cucharada de sal

### Relleno

- ▶ 150 g de guisado de carne de cerdo en salsa verde
- ▶ 150 g de pollo con mole

### Tamales dulces

- ▶ 65 g de manteca de cerdo
- ▶ ½ taza de azúcar
- ▶ 250 g de harina para tamales
- ▶ ½ taza de caldo de pollo
- ▶ 1 cucharada del agua de la cocción de tomate verde
- ▶ ½ cucharada de polvo para hornear

- ▶ 3 gotas de colorante rojo

- ▶ Hojas de maíz lavadas y remojadas en agua caliente para que estén suaves.



## Procedimiento

### Tamales verdes y de mole

1. En la batidora, acrema la manteca durante cinco minutos. Incorpora la mitad de la harina y un poco del agua de la cocción del tomate.
2. Agrega el resto de la harina, el caldo de res, la sal y el polvo para hornear. Si es necesario, añade un poco de agua; la masa debe quedar suave y untable. Bate durante 10 minutos más. Prueba la masa, debe saber un poco más salada de lo normal.
3. Toma una hoja de maíz y coloca una cucharada de masa y otra con el relleno, ya sea el pollo con mole o la carne de cerdo en salsa verde.
4. Cierra los tamales doblando los lados hacia el centro y la punta hacia arriba.

5. Repite el procedimiento hasta terminar con la masa.

### Tamales dulces

1. Acrema la manteca hasta que esté esponjosa.
2. Agrega el azúcar.
3. Incorpora la harina, el caldo de pollo, el agua de la cocción de tomate verde y el polvo para hornear. Después, añade el resto de la harina. Si es necesario, agrega un poco más de agua.
4. Agrega 3 gotas de colorante y mezcla bien. Prueba la masa, debe saber un poco más dulce de lo normal.
5. Toma una hoja de maíz y coloca una cucharada de masa en cada hoja.
6. Cierra los tamales doblando los lados hacia el centro y la punta hacia arriba.
7. Repite el procedimiento hasta terminar con la masa.

### Cocción

1. Acomoda los tamales de pie en la olla exprés con su rejilla y agua al fondo. Tapa la olla.
2. Lleva a fuego medio y cuando la olla comience a sonar, coloca la válvula.
3. Cocina durante 30 minutos, apaga el fuego y deja enfriar.





Nota: Para saber si la masa está lista, toma una bolita y échala en un vaso con agua; debe flotar.

Costo promedio: \$104

Porciones: 6

Tiempo de preparación: 1 h 10 min

**INFORMACIÓN NUTRIMENTAL**

por porción de 1/6 de tamal

kcal	104
Grasa	4.7 g
Proteína	2.9 g
Carbohidratos	12.7 g
Fibra	1 g
Colesterol	7.5 mg

**Quién es Quién**  
en los precios

Precios insertados en la Ciudad de México y Área metropolitana el 2, 5 y 6 de enero de 2023.



María Eugenia Vargas descubrió su gusto por la cocina de manera natural. Su interés por aprender cómo se preparan los alimentos la llevó, junto a su familia, a involucrarse en la elaboración de platillos tradicionales, con especial atención en la preparación de tamales.

En este aprendizaje tuvo como guía a su suegra, quien durante más de 25 años ha elaborado tamales para las celebraciones familiares, transmitiendo un conocimiento que hoy continúa vivo en su cocina.

Hoy, María Eugenia mantiene esta tradición preparando tamales en fechas específicas como diciembre y el Día de la Candelaria; lo hace para consentir a su familia y honrar la herencia culinaria recibida.

Mediante esta práctica, reafirma la importancia de preservar las tradiciones gastronómicas mexicanas y de transmitir las a las nuevas generaciones para que no se pierdan con el tiempo.

# BURÓ COMERCIAL

En esta plataforma encontrarás **información de proveedores de bienes y servicios**, como:

- Quejas por giro comercial
- Quejas recibidas y su estado
- Principales motivos de reclamación



[burocomercial.profeco.gob.mx](https://burocomercial.profeco.gob.mx)

Para conocer el comportamiento comercial de proveedores del sector telecomunicaciones, puedes enviar un correo electrónico a:



[quejatelecomunicaciones@profeco.gob.mx](mailto:quejatelecomunicaciones@profeco.gob.mx)



**Economía**  
Secretaría de Economía

**Profeco**

Procuraduría Federal  
del Consumidor

# Dentífrico: lo básico para elegir bien



No todos protegen igual: te decimos en qué fijarte al comprar.

**E**n la actualidad, aunque existen productos con distintas denominaciones como gel dental, pasta dental, crema dental o gel dentífrico. En México, el único referente normativo oficial es el término "dentífrico", definido en la Norma NMX-K-539-NYCE-2020, *Industria Química-Dentífrico-Especificaciones y Método de Prueba*.

## ¿Qué contienen?<sup>1</sup>

Las pastas dentales tienen ingredientes activos e inactivos, los cuales varían según la función y la marca, pero en términos generales se componen de los siguientes:

- Base líquida: actúa como humectante; el más común es el poliol sorbitol.
- Cargas y abrasivos: pulen la superficie dental; algunos son el carbonato de calcio, sílice hidratada, bicarbonato de sodio, fosfato dicálcico y metafosfato de sodio.
- Modificadores de reología: permiten que la pasta se deslice y no sea fibrosa; pueden ser carboximetilcelulosa, carragenina, goma xantana y goma de celulosa.
- Detergente: produce la espuma al cepillar. El lauril sulfato de sodio es el más utilizado.
- Ingrediente activo: los más importantes para prevenir caries son el fluoruro de sodio, monofluorofosfato de sodio y fluoruro de estaño, sujeto a legislación.
- Sabor: proporcionan frescura y un sabor agradable. Normalmente se utilizan aceites aromatizantes de menta.
- Edulcorante: incluyen sacarinato de sodio, polioles (xilitol y sorbitol) y, en algunos casos, estevia y sucralosa.
- Colorante: a la pasta de dientes blanca se le puede agregar dióxido de titanio; para la pasta en gel, se utilizan varios colores.
- Conservante: hay una tendencia a eliminar los parabenos, por lo que ahora se suele emplear benzoato de sodio.

<sup>1</sup> Silverson, "Fabricación de pasta de dientes". <https://www.silverson.es/es/biblioteca-de-recursos/Informes-de-aplicacion/fabricacion-de-pasta-de-dientes>



### El flúor: un aliado clave para prevenir la caries

Este componente es fundamental en la salud bucal, ya que posee propiedades remineralizantes que fortalecen el esmalte dental. La norma mexicana especifica valores de 0 a 1 500 miligramos por kilogramo máximo.

No obstante, su uso en concentraciones excesivas durante la formación de los dientes puede

generar porosidad en el esmalte y aumentar su fragilidad, lo que provoca fluorosis dental.<sup>2</sup>

Por lo tanto, la ingesta de flúor debe ajustarse gradualmente con el paso de los años. Las niñas y los niños pueden empezar a utilizar pastas dentales para adultos a partir de los seis años. Si estos tiempos no se respetan, existe el riesgo de desarrollar fluorosis dental.<sup>3</sup>

## El flúor ayuda a prevenir la caries al fortalecer el esmalte dental.

### Algunos tipos de pastas dentales

#### Blanqueadoras

- Contienen ingredientes activos que ayudan a eliminar manchas superficiales y a aclarar el esmalte.
- No modifican el color natural de los dientes; su función es devolver su tono original.
- Algunos de los componentes más utilizados son peróxido de hidrógeno o peróxido de carbamida.

#### Para sensibilidad

- Suelen tener flúor para fortalecer el esmalte y proteger contra las caries.
- Incluyen agentes desensibilizantes como nitrato de potasio, fluoruro de estaño o arginina.
- No deben contener detergentes, como el lauril sulfato de sodio, ya que pueden irritar las encías.

<sup>2</sup> La fluorosis dental suele presentarse durante la infancia en la etapa de desarrollo de los dientes; su síntoma principal es la aparición de pequeñas manchas blancas en la superficie dental. Puyuelo Clínica Dental. "¿Qué es la fluorosis y cómo puede perjudicar a nuestros dientes?". <https://www.clinicapuyuelo.es/blog/que-es-la-fluorosis-y-como-puede-perjudicar-a-nuestros-dientes/>

<sup>3</sup> Vitaldent. 2024. "¿Qué es la fluorosis dental y cuáles son sus causas?". <https://www.vitaldent.com/blog/que-es-la-fluorosis-dental/>

# REGISTRO PÚBLICO PARA EVITAR PUBLICIDAD

En la Profeco defendemos tu derecho a no recibir **publicidad no deseada** y a que tu información no se utilice con fines mercadotécnicos o publicitarios mediante llamadas telefónicas o mensajes de texto.



También puedes enviar un correo electrónico a: [repep@profeco.gob.mx](mailto:repep@profeco.gob.mx)



Marca desde el número que desees registrar.

- CDMX, Guadalajara y Monterrey  
56 9628 0000
- Resto de la República Mexicana  
800 962 8000



O registrar tu número en la siguiente página:  
[repep.profeco.gob.mx/registrar\\_telefono.jsp](http://repep.profeco.gob.mx/registrar_telefono.jsp)



**Economía**  
Secretaría de Economía

**Profeco**

Procuraduría Federal  
del Consumidor

# Pastas dentales

Una buena salud oral comienza desde la elección del dentífrico adecuado para ti.

**M**antener hábitos de higiene previene enfermedades en la cavidad bucal y fortalece tus dientes.

Ante la enorme variedad de pastas dentales, en gel o crema, que se pueden encontrar en el mercado, el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor analizó sus componentes para que tu elección sea con información veraz y oportuna.

Este estudio fue realizado por el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor de la Profeco.



# Conoce el estudio

## Se analizaron 46 productos:

- 20 pastas, geles o cremas dentales convencionales
- 10 pastas para sensibilidad dental
- 16 pastas para blanquear



## Las pruebas



### Información comercial

La NOM-141-SSA1/SCFI-2012, *Etiquetado para productos cosméticos preenvasados. Etiquetado sanitario y comercial*, establece los criterios que deben cumplir las etiquetas de los productos. Por lo tanto, se verificó que todas las muestras presentaran la información requerida.

**Marca**  
Es todo signo visible que distingue productos de otros de su misma especie o clase en el mercado.

**Denominación genérica y específica**  
Pasta Dental con Flúor

**Declaración de cantidad**  
Deben ostentar el dato cuantitativo, además de la unidad de la magnitud aplicable.  
CONT. NETO 100 ml (120 g)

**Lote**  
En cualquier parte del envase primario o secundario.  
LOTE BK007  
07/26

**Caducidad**  
En cualquier lugar del envase.

**Ingredientes**  
Para la nomenclatura de los ingredientes, puede emplearse cualquiera de las establecidas en los Acuerdos, el nombre químico más usual o como aparece en la Nomenclatura Internacional de Ingredientes Cosméticos.

**Responsable del producto**  
Nombre, denominación o razón social y domicilio (calle, número, código postal, ciudad y estado) del responsable del producto.  
López & Aloe, S. A. de C. V. Avenida 234 no. 56, Ciudad de México C. P. 05475

**Instrucciones de uso**  
Cuando el producto lo requiera.  
**Instrucciones de uso:** Cepílese adecuadamente los dientes después de cada comida, tres veces al día o según la recomendación de su odontólogo, enjuagar completamente después del cepillado. **PRECAUCIONES:** Si se utiliza el producto y observa alguna reacción desfavorable, suspenda su uso y consulte a su odontólogo. No ingerir. Niños menores de seis años deben tener supervisión de un adulto y usar la cantidad de una gota.

**Leyendas precautorias**  
Conforme al tipo de productos y las sustancias que contiene.

**Leyenda que identifique el país de origen del producto o gentilicio**  
Hecho en México



### Contenido neto

Se verificó que los productos cumplieran con la cantidad del contenido neto declarado.



### Flúor

Aunque no todas las pastas dentales lo incluyen, se examinó su presencia y concentración. El flúor fortalece el esmalte de los dientes y los protege de los ácidos.



### pH

Indica el grado de acidez o alcalinidad. En la pasta dental, es importante para combatir las bacterias y promover una buena salud bucal.



### Veracidad de información

Se solicitó a los fabricantes la información técnica para soportar sus leyendas.

## NORMATIVIDAD

**NOM-002-SCFI-2011**, *Productos preenvasados-Contenido Neto-Tolerancias y Métodos de Verificación.*

**NMX-K-539-NYCE-2020**, *Industria química-Dentífrico-Especificaciones y Método de prueba.*

**NOM-141-SSA1/SCFI-2012**, *Etiquetado para productos cosméticos preenvasados. Etiquetado sanitario y comercial.*

**ACUERDO** por el que se da a conocer el listado de insumos para la salud considerados como de bajo riesgo para efectos de obtención del registro sanitario, y de aquellos productos que por su naturaleza, características propias y uso no se consideran como insumos para la salud y por ende no requieren registro sanitario.

## FICHA TÉCNICA

**Periodo del estudio:** del 28 de octubre de 2025 al 13 de enero de 2026

**Adquisición de muestras:** del 28 de octubre al 14 de noviembre de 2025

**Productos analizados:** 46

**Pruebas realizadas:** 2 251



## ● Convencionales



Marca		BIENESTAR NEEM ERFRE	COLGATE	COLGATE MAXFRESH	COLGATE NOVO NATURAL EXTRACTS
Denominación		Crema dental	Crema dental con flúor. Máxima protección anticaries	Gel dental anticaries con flúor	Gel dental anticaries con flúor
País de origen		🇲🇽 México	🇲🇽 México	🇲🇽 México	🇧🇷 Brasil
Presentación		100 g	125 ml	90 ml / 117 g	140 g / 107 ml
Información comercial		✓	✓	✓	✓
Edulcorante		Sorbitol	Sacarina sódica	Sorbitol y sacarina sódica	Sorbitol y sacarina sódica
Contenido neto		✓	✓	✓	✓
pH (4.5 a 10.5)		8.6	7.2	7.3	7.8
Fluoruro (como ion flúor en ppm) de 0 a 1500	Declarado	Libre de flúor	1450 ppm de flúor	1100 ppm de flúor	1100 ppm de flúor
	Verificado	No contiene	1473	1231	1084
Precio por	100 g 100 ml	\$55	\$50	\$24	\$57



Marca		COLGATE TOTAL PREVENCIÓN ACTIVA	COLGATE TRIPLE ACCIÓN	CREST ANTI-SARRO	CREST COMPLETE
Denominación		Pasta dental anticaries con flúor	Crema dental anticaries con flúor	Pasta dental anticaries con flúor	Pasta dental con flúor
País de origen		🇲🇽 México	🇲🇽 México	🇲🇽 México	🇲🇽 México
Presentación		100 ml	100 ml	100 ml / 120 g	120 ml
Información comercial		✓	✓	✓	✓
Edulcorante		Sorbitol y sacarina sódica	Sorbitol y sacarina sódica	Sorbitol y sacarina sódica	Sorbitol y sacarina sódica
Contenido neto		✓	✓	✓	✓
pH (4.5 a 10.5)		7.0	7.3	7.7	7.4
Fluoruro (como ion flúor en ppm) de 0 a 1500	Declarado	1100 ppm de fluoruro de estaño y 350 ppm de fluoruro de sodio	1450 ppm de flúor	1450 ppm de flúor	1450 ppm de ion flúor
	Verificado	1455	1444	1487	1490
Precio por	100 g 100 ml	\$50	\$36	\$33	\$31

Productos ordenados alfabéticamente.

## ● Convencionales

Quién es Quién  
en los precios

Precio promedio de pasta de dientes en la Ciudad de México y área metropolitana de Puebla y Toluca, noviembre del 15 al 21 de enero de 2026.



Marca		CREST ESCUDO ANTI-AZÚCAR	FRESKA-RA 5 EN 1 FORTIDENT	GREEN DOCTOR	GREEN DOCTOR
Denominación		Pasta dental anticaries con flúor	Gel dental anticaries	Pasta de dientes con ingredientes de origen natural	Pasta de dientes con ingredientes de origen natural, menta esencial
País de origen		↔ México	↔ México	↔ México	↔ México
Presentación		140 ml / 170 g	132 g	110 g	110 g
Información comercial		✓	✓	✓	✓
Edulcorante		Sorbitol y sacarina sódica	Sorbitol y sacarina sódica	Xilitol y estevia	Xilitol y estevia
Contenido neto		✓	✓	✓	✓
pH (4.5 a 10.5)		7.5	7.2	8.2	8.5
Fluoruro (como ion flúor en ppm) de 0 a 1500	Declarado	1450 ppm de flúor	1100 ppm de flúor	Sin fluoruro	Sin flúor / Sin fluoruro
	Verificado	1444	1096	No contiene	No contiene
Precio por	100 g	\$20	\$27	\$89	\$82



Marca		GUM ORTHO	GUM BIO	ORAL-B ENCÍAS DETOX	ORAL-B ENCÍAS DETOX SARRO PREVENT
Denominación		Gel dentífrico con flúor	Pasta dental bio	Pasta dental con flúor	Pasta dental con flúor
País de origen		🇪🇸 España	🇪🇸 España	↔ México	↔ México
Presentación		75 ml	75 ml	31 ml / 40 g	80 ml / 102 g
Información comercial		✗ <sup>1</sup>	✓	✓	✓
Edulcorante		Sorbitol, isomalt y sacarina sódica	Sorbitol y extracto de estevia	Sorbitol y sacarina	Sorbitol y sacarina sódica
Contenido neto		✓	✓	✓	✓
pH (4.5 a 10.5)		7.0	6.0	6.5	6.5
Fluoruro (como ion flúor en ppm) de 0 a 1500	Declarado	1490 ppm de ion fluoruro	1450 ppm de fluoruro	1450 ppm de ion flúor	1450 ppm de flúor
	Verificado	1558	1479	1440	1445
Precio por	100 g 100ml	\$118	\$127	\$102	\$81

<sup>1</sup> No ostenta el nombre, denominación o razón social ni domicilio del importador del producto. No presenta la leyenda en español que identifique el país de origen, por lo que incumple la NOM-141-SSA1/SCFI-2012.

## ● Convencionales



Marca	ORAL-B 100 %	RADIUS	THE ORIGINAL TOM'S WHOLE CARE	YEMA & CO
Denominación	Pasta dental con flúor	Pasta dental orgánica	Crema dental anticaries con flúor. Cuidado integral	Pasta de dientes sabor menta
País de origen	México	EUA	EUA	México
Presentación	66 ml / 70 g	85 g	113 g	100 ml
Información comercial	✓	✓	✓	✗ <sup>1</sup>
Edulcorante	Sorbitol y sacarina sódica	Eritritol	Xilitol	Sorbitol y sacarina sódica
Contenido neto	✓	✓	✓	✓
pH (4.5 a 10.5)	7.0	5.5	8.4	8.5
Fluoruro (como ion flúor en ppm) de 0 a 1500	Declarado	1450 ppm de flúor	No declara	1000 ppm de flúor
	Verificado	1483	No contiene	1025
Precio por	100 g 100 ml	\$43	\$271	\$134
		\$29		

## ● Para sensibilidad



Marca	ARM & HAMMER SENSITIVE	COLGATE SENSITIVE	G U M SENSIVITAL +	KEMPHOR
Denominación	Pasta dental	Crema dental de uso diario con flúor para dientes sensibles	Pasta dental con flúor	Crema dental fluorada. Cuidado encías con mirra y esencias naturales
País de origen	EUA	Brasil	España	España
Presentación	127 g	110 g / 73 ml	75 ml	75 ml
Información comercial	✓	✓	✗ <sup>2</sup>	✓
Edulcorante	Sorbitol y sacarina	Sorbitol, sacarina y sucralosa	Isomalt y sacarina	Sorbitol y sacarina
Contenido neto	✓	✓	✓	✓
pH (4.5 a 10.5)	8.0	9.3	6.7	6.4
Fluoruro (como ion flúor en ppm) de 0 a 1500	Declarado	1100 ppm ion de flúor	1450 ppm de flúor	1450 ppm de ion flúor
	Verificado	1137	1466	1460
Precio por	100 g 100 ml	\$77	\$100	\$121
		\$120		

<sup>1</sup> No demuestra la veracidad y no comprueba las leyendas "Vegano" ni "Libre de crueldad", así como los símbolos que las acompañan.

<sup>2</sup> No ostenta el nombre, denominación o razón social ni domicilio del importador del producto. No presenta la leyenda en español que identifique el país de origen, por lo que incumple la NOM-141-SSA1/SCFI-2012.

Productos ordenados alfabéticamente.

## ● Para sensibilidad

**Quién es Quién**  
en los precios

Precio promedio de pasta de dientes en la Ciudad de México y área metropolitana, en Paq. (paq) y Precio (precio) en \$/l. al 21 de enero de 2026.



\$66  
PRECIO POR UNIDAD



\$83  
PRECIO POR UNIDAD



\$79  
PRECIO POR UNIDAD



\$230  
PRECIO POR UNIDAD

Marca	MITCH	ORAL-B ENCÍAS DETOX SENSITIVE CARE	ORAL-B PRO-ENCÍAS SENSIBILIDAD	RADIUS SENSITIVE
Denominación	Pasta dental, Clorofila, Dientes sensibles	Pasta dental con flúor	Pasta dental con flúor	Pasta dental orgánica
País de origen	🇲🇽 México	🇲🇽 México	🇲🇽 México	🇺🇸 EUA
Presentación	100 ml	75 ml / 102 g	90 g / 75 ml	85 g
Información comercial	⊗ <sup>1</sup>	✓	✓	✓
Edulcorante	Xilitol y estevia	Sorbitol, sacarina y sucralosa	Sorbitol y sacarina	Eritritol
Contenido neto	⊗ <sup>2</sup>	✓	✓	✓
pH (4.5 a 10.5)	8.7	7.0	6.5	5.5
Fluoruro (como ion flúor en ppm) de 0 a 1500	Declarado	Sin flúor	1100 ppm de flúor	1450 ppm de flúor
	Verificado	No contiene	1118	1452
Precio por	100 g 100 ml	\$66	\$81	\$88
		\$271		



\$86  
PRECIO POR UNIDAD



\$87  
PRECIO POR UNIDAD

Marca	SENSODYNE	SENSODYNE ORIGINAL	
Denominación	Crema dental limpieza profunda	Crema dental	
País de origen	🇧🇷 Brasil	🇧🇷 Brasil	
Presentación	90 g	90 g	
Información comercial	✓	✓	
Edulcorante	Sorbitol y sacarina	Sorbitol y sacarina	
Contenido neto	✓	✓	
pH (4.5 a 10.5)	9.3	7.1	
Fluoruro (como ion flúor en ppm) de 0 a 1500	Declarado	1450 ppm de ion flúor	0.3153 % de fluoruro <sup>3</sup>
	Verificado	1468	1463
Precio por	100 g	\$96	\$97

<sup>1</sup> En la declaración de cantidad, el símbolo de unidad de medida no corresponde con el establecido en la NOM-008-SE-2021,

Sistema general de unidades de medida, por lo que incumple la NOM-141-SSA1/SCFI-2012.

<sup>2</sup> Declara 100 ml y tuvo 90.40 ml, 89.05 ml y 89.40 ml.

<sup>3</sup> El porcentaje cumple con las partes por millón (ppm) establecidas en la normatividad.

## Pastas dentales blanqueadoras



Marca	ARM & HAMMER ADVANCE WHITE	ARM & HAMMER TRULY RADIANT	COLGATE / LUMINOUS WHITE BRILLIANT	COLGATE / LUMINOUS WHITE CARBÓN ACTIVADO
Denominación	Pasta dental	Pasta dental	Crema dental anticaries con flúor	Crema dental anticaries con flúor
País de origen	EUA	EUA	México	México
Presentación	121 g	121 g	166 g / 125 ml	177 g / 125 ml
Información comercial	✓	✓	✓	✓
Edulcorante	Sacarina sódica	Sacarina sódica	Sorbitol y sacarina sódica	Sorbitol y sacarina sódica
Contenido neto	✓	✓	✓	✓
pH (4.5 a 10.5)	8.8	8.2	8.1	8.2
Fluoruro (como ion flúor en ppm) de 0 a 1500	Declarado	1100 ppm de ion flúor	1100 ppm de ion flúor	1450 ppm de flúor
	Verificado	1229	1101	1482
Precio por 100 g	\$65	\$82	\$50	\$47



Marca	COLGATE / LUMINOUS WHITE COLOR CORRECT	COLGATE / LUMINOUS WHITE GLOW	COLGATE / LUMINOUS WHITE LOVERS	COLGATE MAXWHITE
Denominación	Crema dental anticaries con flúor	Crema dental blanqueadora	Crema dental blanqueadora	Gel dental anticaries con flúor
País de origen	México	Brasil	Brasil	México
Presentación	133 g / 100 ml	70 g / 56 ml	70 g	160 ml / 219 g
Información comercial	✓	✓	✓	✓
Edulcorante	Sorbitol y sacarina sódica	Sucralosa	Sacarina sódica y sucralosa	Sorbitol y sacarina sódica
Contenido neto	✓	✓	✓	✓
pH (4.5 a 10.5)	8.1	7.7	7.7	7.9
Fluoruro (como ion flúor en ppm) de 0 a 1500	Declarado	1100 ppm de flúor	1000 ppm de flúor	0.76 % monofluorofosfato <sup>1</sup>
	Verificado	1132	1079	1015
Precio por 100 g	\$49	\$144	\$166	\$25

<sup>1</sup> El porcentaje cumple con las partes por millón (ppm) establecidas en la normatividad. Productos ordenados alfabéticamente.

## Pastas dentales blanqueadoras

Quién es Quién  
en los precios

Prezo promedio de pastas dentales en la Ciudad de México y área metropolitana de Puebla y Toluca, consultado del 15 al 21 de enero de 2025.



Marca	COLGATE TOTAL PREVENCIÓN ACTIVA WHITENING	COLGATE TRIPLE ACCIÓN XTRA BLANCAURA	CURAPROX BE YOU	MITCH	
Denominación	Pasta dental anticaries con flúor	Crema dental anticaries con flúor	Pasta dental / Pasta de dientes blanqueadora	Pasta dental, carbón activado, blanqueamiento	
País de origen	México	México	Suiza	México	
Presentación	75 ml / 99 g	125 ml / 150 g	60 ml	100 ml	
Información comercial	✓	✓	✓	✗ <sup>1</sup>	
Edulcorante	Sorbitol y sacarina sódica	Sacarina sódica	Xilitol	Xilitol y estevia	
Contenido neto	✓	✓	✓	✓	
pH (4.5 a 10.5)	6.7	7.9	6.3	8.8	
Fluoruro (como ion flúor en ppm) de 0 a 1500	Declarado	1100 ppm de fluoruro de estaño y 350 ppm de fluoruro de sodio	1450 ppm de flúor	Monofluorofosfato de sodio	Sin flúor
	Verificado	1474	1495	1035	No contiene
Precio por	100 g 100 ml	\$37	\$20	\$455	\$66



Marca	ORAL-B 3D WHITE BLANQUEADOR AVANZADO	ORAL-B 3D WHITE MINERAL CLEAN	PRO SELECTION	Xyli White Now Solutions	
Denominación	Pasta dental anticaries con flúor	Pasta dental con flúor y carbón de bambú	Crema dental blanqueadora	Pasta dental de xilitol en gel con bicarbonato de sodio, sabor a menta	
País de origen	México	México	México	EUA	
Presentación	120 ml / 160 g	75 ml / 102 g	100 ml	181 g	
Información comercial	✓	✓	✓	✓	
Edulcorante	Sorbitol y sacarina sódica	Sorbitol y sacarina sódica	Sorbitol y sacarina sódica	Xilitol	
Contenido neto	✓	✓	✓	✓	
pH (4.5 a 10.5)	7.7	7.8	8.5	8.9	
Fluoruro (como ion flúor en ppm) de 0 a 1500	Declarado	1100 ppm de flúor	1100 ppm de flúor	0.22 % fluoruro de sodio <sup>2</sup>	No declara
	Verificado	1163	1094	1002	No contiene
Precio por	100 g 100 ml	\$33	\$64	\$26	\$99

<sup>1</sup> En la declaración de cantidad, el símbolo de unidad de medida no corresponde con el establecido en la NOM-008-SE-2021, Sistema general de unidades de medida, por lo que incumple la NOM-141-SSA1/SCFI-2012.

<sup>2</sup> El porcentaje cumple con las partes por millón (ppm) establecidas en la normatividad.

# Conclusiones

- ✓ Todos los productos cumplen con el pH establecido en la norma de referencia, ya que tuvieron de 5.5 a 9.3.
- ✓ Todos los productos cumplen con la concentración de flúor establecido en la norma de referencia.
- ✗ Un producto no cumple con el contenido neto declarado.
- ✗ Dos productos presentan incompleta su información comercial.
- ✗ Dos productos presentan el símbolo de la unidad de medida de su contenido neto de forma incorrecta.
- ✗ Un producto no comprueba las leyendas "Vegano" y "Libre de crueldad", así como los símbolos que las acompañan.

## CONTIENE MENOS DE LO QUE DECLARA

El siguiente producto contiene hasta 10.9 % menos del contenido neto declarado.



**MITCH**  
 Declara 100 ml  
 Contiene 90.40 ml, 89.05 ml  
 y 89.40 ml

## PRESENTAN INCOMPLETA SU INFORMACIÓN COMERCIAL



Los siguientes productos no ostentan el nombre, denominación o razón social y domicilio del importador del producto y no presentan la leyenda en español que identifique el país de origen, por lo que incumplen la NOM-141-SSA1/SCFI-2012:



G U M ORTHO



G U M SENSIVITAL +

# PRESENTAN DE FORMA INCORRECTA EL SÍMBOLO DE LA UNIDAD DE SU CONTENIDO NETO

El símbolo de unidad de medida en la declaración de cantidad de los siguientes productos no corresponde con el establecido en la NOM-008-SE-2021,<sup>1</sup> por lo que incumplen la NOM-141-SSA1/SCFI-2012:



MITCH



MITCH

# PRESENTA LEYENDAS QUE NO SON VERACES Y QUE NO COMPRUEBA

No demuestra la veracidad y no comprueba las leyendas "Vegano" ni "Libre de crueldad", así como los símbolos que las acompañan.



YEMA & CO



<sup>1</sup> Sistema general de unidades de medida.

# Recomendaciones



## De compra



### Elige de acuerdo con tus necesidades

Hay dentífricos con funciones específicas; elige el adecuado para ti. Recuerda que la base de la salud bucal es cepillarse correctamente al menos tres veces al día y usar hilo dental a diario.



### Evita los extremadamente ácidos

Se recomienda usar dentífricos con pH cercano a 7, ya que los muy ácidos pueden dañar el esmalte. Ante cualquier duda, consulta a tu dentista.

## De uso



### Revisa la etiqueta y sigue sus instrucciones

En general, las pastas dentales incluyen advertencias sobre posibles reacciones; para cuidar tu salud y su efectividad, sigue las instrucciones del fabricante.



Conoce más sobre el  
Laboratorio Nacional de  
Protección al Consumidor

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



# LA REVISTA DEL CONSUMIDOR ESTÁ EN LAS REDES

¿Te interesa el consumo informado, las tendencias de mercado y su impacto en tu vida?

No te pierdas nuestros consejos, análisis, Estudios de Calidad, noticias y contenido exclusivo que no verás en ningún otro lugar.

 @RdelConsumidor

 @revistadelconsumidormx

 /RevistaDelConsumidorMX

 Canal de la Revista del Consumidor



\* [linktr.ee/revistadelconsumidor](https://linktr.ee/revistadelconsumidor)

¡Síguenos y forma parte de la comunidad que consume de manera informada!



**Economía**  
Secretaría de Economía

**Profeco**

Procuraduría Federal  
del Consumidor

# Pasta dental


Para esta tecnología doméstica, puedes adquirir los ingredientes en droguerías.

## Ingredientes


- 3 cucharadas de agua purificada
- 2 cucharadas de glicerina pura
- 2 cucharadas de lauril éter sulfato de sodio
- ½ cucharadita de carboximetilcelulosa
- ¼ de cucharada de carbonato de calcio
- ¼ de cucharada de mentol
- 6 gotas de esencia de menta

## Utensilios

- Cuchara sopera
- Cucharita cafetera
- 1 tazón pequeño de vidrio
- Tarro pequeño de plástico con tapa
- Batidor de globo

 Hazla en tu casa y etiquétanos en Instagram #TecnologíaDomésticaProfeco y @revistadelconsumidormx



Puedes ver esta y más tecnologías domésticas en nuestro canal de YouTube Profeco 



Tiempo de preparación:  
30 minutos



Caducidad:  
6 meses (estimados)



Costo promedio:  
\$8



Rendimiento:  
63 g / 50 ml

**Quién es Quién**  
en los precios

Consulta de información el 21 de enero de 2026 en la Ciudad de México y área metropolitana.

## Procedimiento

1



Vierte el agua, la glicerina y el mentol en el recipiente de vidrio y mueve con el batidor de globo.

2



Sin dejar de mover, agrega el carbonato de calcio y la esencia de menta.

3



Agrega el lauril éter sulfato de sodio y agita suavemente hasta disolverlo.

4



Poco a poco, vierte la carboximetilcelulosa sin dejar de mover, hasta obtener una mezcla homogénea.

5

Envasa en el tarro, tápalo muy bien y etiquétalo con la fecha de elaboración y caducidad.



### Notas:

- No la uses en menores de 6 años.
- Para mayores de 6 años, sustituye el mentol por esencia de cereza.
- Si tienes sensibilidad dental, consulta a tu odontóloga u odontólogo.

### Conservación:

Mantén el recipiente cerrado, en un lugar fresco y seco, fuera del alcance de niñas y niños.



### Fuentes:

- Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco). 2020. "Pasta de dientes" (receta adaptada). Revista del Consumidor. <https://bibliotecadelconsumidor.profeco.gob.mx/documento/67ec3a7dc57b9c95a60f0268>

- ProfecoTV. [Tecnología Doméstica]. "Pasta de dientes" (receta adaptada). Video de YouTube, 2:14, 27 de marzo 2009. <https://www.youtube.com/watch?v=R9VGoWU9WmA>



Gobierno de  
**México**



PROGRAMAS PARA EL  
**BIENESTAR**



## FEBRERO ES MES DE INCORPORACIONES A **JÓVENES CONSTRUYENDO EL FUTURO**

En febrero, **Jóvenes Construyendo el Futuro** abre su primer periodo de **incorporaciones** de 2026.

Este programa desarrolla las habilidades de miles **de jóvenes de entre 18 y 29 años** y está enfocado en quienes viven en contextos de mayor vulnerabilidad.

Durante los 12 meses que dura la capacitación, las y los beneficiarios recibirán un **pago mensual de 9,583 pesos**, equivalente a un salario mínimo.

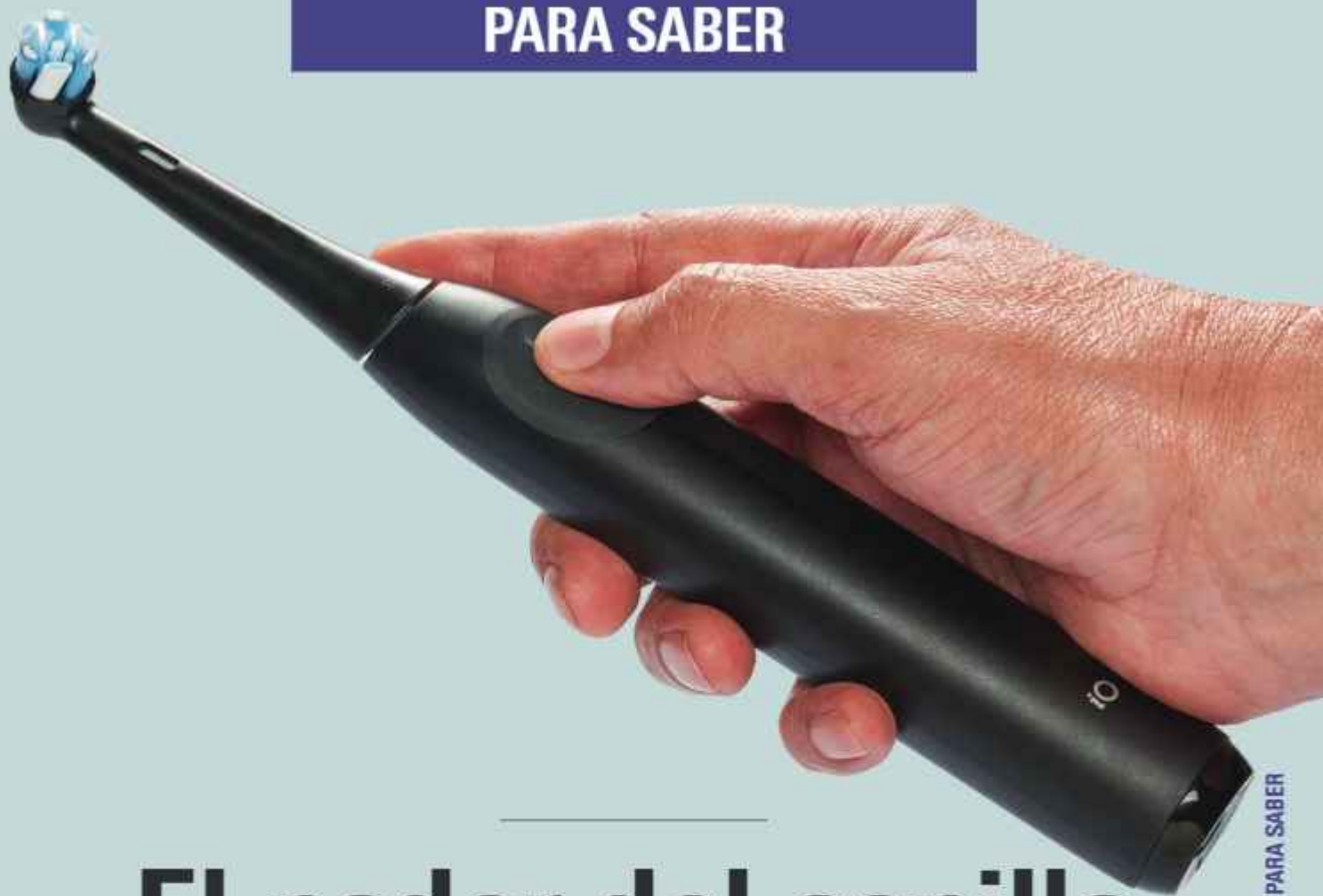
Quienes deseen sumarse a este programa, podrán incorporarse a alguno de los centros de trabajo disponibles en la página **[jovenesconstruyendoelfuturo.stps.gob.mx](http://jovenesconstruyendoelfuturo.stps.gob.mx)**.

### **Requisitos:**

- Tener entre 18 y 29 años
- No estudiar ni trabajar
- Cumplir con la jornada de 5 a 8 horas diarias, 5 días a la semana

**¡Las y los jóvenes son esenciales para la transformación de México!**

**Para más información:  
[programasparaelbienestar.gob.mx](http://programasparaelbienestar.gob.mx)**



# El poder del cepillo dental eléctrico

Limpia los dientes eficazmente mediante movimientos automáticos controlados.

**E**l cepillo dental eléctrico es un dispositivo diseñado para realizar movimientos automáticos —rotatorios, oscilantes o sónicos— que facilitan la eliminación de los residuos alimenticios y placa bacteriana. Su uso constante ayuda a prevenir enfermedades como caries, sensibilidad dental, halitosis, entre otras.

Es importante recordar que la eficacia de un cepillo eléctrico depende de mantener una técnica de lavado bucal correcta.

Estos equipos cuentan con funciones específicas que mejoran la higiene diaria, tal como se describe en las características que se detallan a continuación.

### Partes del cepillo dental eléctrico

Sus cerdas son perpendiculares y ayudan a limpiar las zonas de difícil acceso mediante movimientos transmitidos por el motor.



#### Tipos de cabezal:

- ▣ **Rotatorios:** de forma redondeada; giran sobre su propio eje.
- ▣ **Sónicos:** funcionan mediante vibraciones de alta frecuencia.
- ▣ **Infantiles:** de tamaño más pequeño y de cerdas más suaves.



#### Botón de encendido, apagado y cambio de velocidad

#### Cuerpo o mango

Es la base de sujeción y contiene los componentes principales:

- ▣ El motor que genera la rotación o vibración del cabezal.
- ▣ La electrónica interna controla los modos de funcionamiento, los sensores y el temporizador.
- ▣ Botón de encendido y, en algunos modelos, una pantalla o indicadores luminosos.

Su sistema de alimentación funciona con una batería recargable integrada (se recarga sobre una base después del uso) o, en algunos modelos, con baterías intercambiables (tamaño AA).

## Gracias a su mecanismo automatizado, estos dispositivos mejoran la calidad del cepillado diario.

### Tipos de tecnologías en los cepillos dentales eléctricos

El movimiento que realizan los cabezales se clasifica principalmente en dos modos:

Tipo de movimiento	Descripción	Recomendado para	Ventajas
Rotatorio	Cabezal redondo que gira sobre su propio eje	Personas que usan un cepillo eléctrico por primera vez	Mayor eliminación de placa y limpieza profunda
Sónico	Vibraciones de alta frecuencia con movimientos laterales	Personas con encías sensibles, implantes dentales y ortodoncia ( <i>brackets</i> )	Limpieza efectiva entre los dientes; suave con las encías

#### Funciones adicionales:

- ▣ **Temporizador:** avisa cuando se cumple el tiempo de cepillado recomendado por dentistas (2-3 minutos).
- ▣ **Sensor de presión:** alerta si se ejerce fuerza excesiva para cepillar más suavemente y evitar daños en el esmalte o encías.

# CONCILIANET



Este es un **módulo de solución de controversias en línea**, en el que se desahogan las audiencias de conciliación vía internet con aquellos proveedores de bienes y servicios que tienen celebrado un convenio de colaboración con la Procuraduría para tal fin.



[concilianet.profeco.gob.mx/Concilianet](https://concilianet.profeco.gob.mx/Concilianet)



**Economía**  
Secretaría de Economía

**Profeco**  
Procuraduría Federal  
del Consumidor

# LABORATORIO NACIONAL DE PROTECCIÓN AL CONSUMIDOR



Es un laboratorio de pruebas acreditado que ofrece análisis en distintas áreas, como alimentos, productos químicos, eléctricos, mecánicos, textiles y del vestido.

Estos estudios están disponibles para empresas, instituciones públicas y cualquier persona que quiera saber más sobre la calidad, seguridad, composición o características de los productos que usa o consume.



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



**Economía**  
Secretaría de Economía

**Profeco**  
Procuraduría Federal  
del Consumidor

# Cepillos dentales eléctricos

Su uso se ha vuelto muy popular; antes de elegir uno, evalúa bien tus opciones.

**E**l cepillo dental eléctrico cumple la misma función que uno manual, pero su asistencia mecánica facilita la eliminación de la placa bacteriana y los residuos de alimentos. Gracias a su tecnología, reduce el esfuerzo que hay que aplicar al cepillar los dientes y puede mejorar la eficacia del cepillado en lengua y encías.

Debido a la creciente oferta y variedad de modelos en el mercado, el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor realizó un análisis de algunas marcas para ofrecerte información sobre su calidad que fundamente tu decisión de compra.

Este estudio fue realizado por el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor de la Profeco.



# Conoce el estudio

## Se analizaron 10 cepillos dentales eléctricos:<sup>1</sup>

- 4 para niñas y niños
- 6 para personas adultas

### Las pruebas



#### Información comercial

Se constató que los cepillos dentales presentaran información como marca y modelo, nombre del fabricante o marca registrada y país de origen. Asimismo, se inspeccionó que incluyeran un instructivo de uso y garantía, ambos en español.



#### Acabados

##### (defectos de fabricación en cabezal y mango)

Se verificó que la zona del cabezal no mostrara defectos, como cualquier tipo de contaminación visible.

Se revisó que el mango no presentara superficies afiladas o ásperas que pudieran causar incomodidad o lesiones al utilizar el cepillo.

Se analizaron los cortes de las cerdas para determinar que fueran uniformes de acuerdo con su diseño.

Para esta prueba, se utilizó metodología interna de la Dirección General de Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor.



#### Determinación de peso y longitud del mango

Se registró el peso de cada cepillo y se midió la extensión total del mango. Estos datos son fundamentales para evaluar la sujeción del cepillo.



Para esta prueba, se utilizó metodología interna de la Dirección General de Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor.



#### Resistencia al tallado

##### (desgaste y deformación de las cerdas)

Medimos la durabilidad de los filamentos mediante la simulación de un uso continuo del cepillo durante tres meses.

Se aplicó un movimiento oscilatorio a velocidad constante sobre una superficie lisa para verificar que todos los filamentos se flexionaran en ambos sentidos.

Para esta prueba, se utilizó metodología interna de la Dirección General de Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor.

<sup>1</sup> Siete son recargables (cable de alimentación) y tres usan pilas tamaño AA.



### Duración de la batería (autonomía)

A la par de la prueba de resistencia al tallado, medimos el tiempo de vida de las baterías. Te informamos sobre este dato como número de cepilladas (ciclos de operación) que cada dispositivo ofrece con una carga completa de su(s) batería(s), antes de agotarse.

Para esta prueba, se utilizó metodología interna de la Dirección General de Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor.



### Retención de mechones

Se determinó la fuerza de fijación de los mechones de cerdas al cabezal del cepillo.

Para esta prueba, se utilizó metodología interna de la Dirección General de Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor.



### Retención de los cabezales

Tratándose de una parte que puede retirarse fácilmente, apoyados con un equipo de tensión, medimos la fuerza que se requiere para que el cabezal se desprenda del cuerpo del cepillo eléctrico.

Para esta prueba, se utilizó metodología interna de la Dirección General de Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor.



### Atributos

Te presentamos las características y funciones más relevantes de cada modelo, tales como accesorios, tipo de batería, número de velocidades, entre otros.



### Calentamiento

Verificamos que la temperatura alcanzada en las partes accesibles de los cepillos durante su operación no represente un riesgo. También medimos el calentamiento del cargador durante la recarga de la batería (en el caso de los recargables).

Para esta prueba, se utilizó metodología interna de la Dirección General de Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor.



### NORMATIVIDAD

**NOM-003-SCFI-2014**, *Productos eléctricos-Especificaciones de seguridad.*

**NOM-008-SE-2021**, *Sistema General de Unidades de Medida.*

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

**NMX-J-521/1-ANCE-2012**, *Aparatos electrodomésticos y similares-Seguridad-Parte 1: Requisitos generales.*

**Norma internacional ISO 20127:2025**, *Dentistry-Physical properties of powered toothbrushes (Odontología-Propiedades físicas de los cepillos de dientes eléctricos).*

### FICHA TÉCNICA

**Realización del estudio:** del 6 de octubre de 2025 al 13 de enero de 2026

**Adquisición de muestras:** 13 de octubre de 2025

**Marcas / Modelos analizados:** 2\* / 10

**Pruebas realizadas:** 520

\*La marca Philips está asociada con la marca Colgate para su distribución.

# Para niñas y niños

**E** Excelente **MB** Muy bueno **B** Bueno



Marca		ORAL-B	ORAL-B	ORAL-B	PHILIPS   COLGATE
Modelo		Disney Pixar Cars (3750)	Disney Princess (3750)	Marvel Spiderman (3710)	Colgate for kids (PC0826)
País de origen		● China	● China	☐ Hungría	● China
Garantía		3 meses	3 meses	2 años	2 años
Información comercial		Incompleta a, b, d, e, f, g	Incompleta a, b, d, e, f, g	Incompleta a, b, d, e, f	Incompleta b, e, f
Atributos	Tipo de alimentación	Dos pilas alcalinas AA	Dos pilas alcalinas AA	Recargable	Recargable
	Tipo de cerdas	Extrasuaves	Extrasuaves	Suaves	Ultrasuaves
	Tipo de recarga	No aplica	No aplica	Incluye cable USB, pero no el cargador	Empieza un cordón de alimentación
	Núm. de velocidades	1	1	2	2
	Apagado automático	No	No	No	Sí (después de 2 minutos)
	Largo del cabezal (mm)	71.19	71.42	70.99	68.10
	Largo total (mm)	209.19	208.56	220.80	218.10
	Peso (g)	139.50 (con baterías instaladas)	139.60 (con baterías instaladas)	105	97
Pasa la prueba al tallado	Desgaste de las cerdas	<b>E</b>	<b>E</b>	<b>E</b>	<b>E</b>
	Deformación de las cerdas	<b>E</b>	<b>E</b>	<b>E</b>	<b>E</b>
Autonomía (núm. de cepilladas)		<b>E</b> 85	<b>E</b> 88	<b>B</b> 14	<b>E</b> 95
Retención de los mechones		<b>MB</b>	<b>MB</b>	<b>MB</b>	<b>MB</b>
Retención del cabezal		<b>E</b>	<b>MB</b>	<b>B</b>	<b>E</b>

### Notas:

- Todos los modelos calificaron Excelente en las pruebas de acabados y de calentamiento.
- Todos los modelos cuentan con indicación de cambio de sector de lavado de la boca (la boca se divide en 4 sectores donde se recomiendan 30 segundos de lavado por sector).
- Todos los modelos de Philips | Colgate cuentan con función EASY START, la cual incrementa de manera paulatina la potencia del cepillado durante las primeras 14 sesiones para que el usuario se acostumbre al movimiento.

### Notas sobre la garantía

a. El procedimiento para hacer efectiva la garantía no es acorde a la NOM-024-SCFI-2013, ya que indica, en algunos modelos, que se debe comunicar a un centro de atención y en otros, visitar el sitio web de la marca.

b. No indica el nombre y la dirección de los establecimientos en la República Mexicana donde se pueda hacer efectiva.

c. No indica los conceptos que cubre.

d. Carece del nombre, denominación o razón social del importador, así como domicilio, ya que la NOM-024-SCFI-2013 lo exige para la garantía.

e. Carece del lugar donde se puedan obtener partes, componentes, consumibles, etc.

### Notas sobre el instructivo

f. Carece del nombre, denominación o razón social del importador, así como domicilio y teléfono.

g. Carece de leyenda que invite a leer el instructivo.

# Para personas adultas

Quién es Quién  
en los precios

Para los productos de consumo personal  
se aplican los Criterios de Mérito y los  
Indicadores de Calidad de Servicio  
y el puntaje, obtenido del 1 al 10,  
denota el nivel.



Marca	ORAL-B	ORAL-B	ORAL-B
Modelo	iO series 2 (3770)	PRO CLEAN (3750)	PRO Series 1 VITALITY
País de origen	Alemania	China	Hungría
Garantía	2 años	3 meses	2 años
Información comercial	Incompleta a, b, d, e	Incompleta a, b, d, e, f, g	Incompleta a, b, e
Atributos	Tipo de alimentación	Recargable	Dos pilas alcalinas AA
	Tipo de cerdas	No indica	Suaves
	Tipo de recarga	Empieza un cordón de alimentación	No aplica
	Núm. de velocidades	3	1
	Apagado automático	No	No
	Largo del cabezal (mm)	79.46	72.35
	Largo total (mm)	236.46	209.35
	Peso (g)	123.40	140.50 (con baterías instaladas)
Resistencia al tallado	Desgaste de las cerdas		
	Deformación de las cerdas		
Autonomía (núm. de cepilladas)	 79	 89	 11
Retención de los mechones			
Retención del cabezal			

**Notas:**

- Todos los modelos calificaron Excelente en las pruebas de acabados y de calentamiento.
- Todos los modelos cuentan con indicación de cambio de sector de lavado de la boca (la boca se divide en 4 sectores donde se recomiendan 30 segundos de lavado por sector).

**Notas sobre la garantía**

- a. El procedimiento para hacer efectiva la garantía no es acorde a la NOM-024-SCFI-2013, ya que indica, en algunos modelos, que se debe comunicar a un centro de atención y en otros, visitar el sitio web de la marca.
- b. No indica el nombre y la dirección de los establecimientos en la República Mexicana donde se pueda hacer efectiva.
- c. No indica los conceptos que cubre.

- d. Carece del nombre, denominación o razón social del importador, así como domicilio, ya que la NOM-024-SCFI-2013 lo exige para la garantía.
- e. Carece del lugar donde se puedan obtener partes, componentes, consumibles, etc.

**Notas sobre el instructivo**

- f. Carece del nombre, denominación o razón social del importador, así como domicilio y teléfono.
- g. Carece de leyenda que invite a leer el instructivo.

Excelente Muy bueno Bueno

# Para personas adultas

Quién es Quién  
en los precios

Para los modelos de estudio se han seleccionado en la Ciudad de México y en los estados de Guanajuato, Morelos y Tlaxcala los establecimientos más baratos en febrero de 2026.



Marca	PHILIPS   Colgate	PHILIPS   Colgate	PHILIPS   Colgate	
Modelo	Sonic PRO 35 (PC0816)	Sonic PRO 10 (PC0810)	Sonic PRO 50 (PC0835)	
País de origen	● China	● China	● Indonesia	
Garantía	2 años	2 años	2 años	
Información comercial	Incompleta b, e	Incompleta a, b, c, d, e, f	Incompleta a, b, c, d, e, f	
Atributos	Tipo de alimentación	Recargable	Recargable	Recargable
	Tipo de cerdas	Suaves	Suaves	Medianas
	Tipo de recarga	Emplea un cordón de alimentación	Emplea un cordón de alimentación	Incluye cable USB, pero no el cargador
	Núm. de velocidades	2	1	3
	Apagado automático	Sí (después de 2 minutos)	Sí (después de 2 minutos)	Sí (después de 2 minutos)
	Largo del cabezal (mm)	85.31	85.20	85.77
	Largo total (mm)	235.31	235.20	249.58
	Peso (g)	95.30	96.90	128.70
Más información al tallado	Desgaste de las cerdas	E	E	E
	Deformación de las cerdas	E	E	MB
Autonomía (núm. de cepilladas)	MB 57	MB 65	E 123	
Retención de los mechones	E	E	E	
Retención del cabezal	MB	MB	MB	

## Notas:

- Todos los modelos calificaron Excelente en las pruebas de acabados y de calentamiento.
- Todos los modelos cuentan con indicación de cambio de sector de lavado de la boca (la boca se divide en 4 sectores donde se recomiendan 30 segundos de lavado por sector).
- Todos los modelos de Philips | Colgate cuentan con función EASY START, la cual incrementa de manera paulatina la potencia del cepillado durante las primeras 14 sesiones para que el usuario se acostumbre al movimiento.

## Notas sobre la garantía

a. El procedimiento para hacer efectiva la garantía no es acorde a la NOM-024-SCFI-2013, ya que indica, en algunos modelos, que se debe comunicar a un centro de atención y en otros, visitar el sitio web de la marca.

b. No indica el nombre y la dirección de los establecimientos en la República Mexicana donde se pueda hacer efectiva.

c. No indica los conceptos que cubre.

d. Carece del nombre, denominación o razón social del importador, así como domicilio, ya que la NOM-024-SCFI-2013 lo exige para la garantía.

e. Carece del lugar donde se puedan obtener partes, componentes, consumibles, etc.

## Notas sobre el instructivo

f. Carece del nombre, denominación o razón social del importador, así como domicilio y teléfono.

g. Carece de leyenda que invite a leer el instructivo.

# Conclusiones

- ✓ Todos ofrecen un funcionamiento seguro, dado que sus niveles de calentamiento se mantienen dentro de los límites permitidos.
- ✓ Todos calificaron Excelente en la prueba de acabados.
- ✓ Todos calificaron Excelente en la prueba de desgaste de cerdas.
- ✓ Cuatro modelos calificaron Excelente en la prueba de retención del cabezal.
- ✓ Cinco modelos calificaron Excelente en la prueba de retención de los mechones.
- ✓ Nueve modelos calificaron Excelente en la prueba de deformación de las cerdas.
- ✗ Todos los modelos presentan su garantía incompleta.
- ✗ Siete modelos presentan incompleto su instructivo.
- ℹ Cinco modelos sobresalieron por los ciclos de cepillado que ofrecen con una carga de batería.
- ℹ Dos modelos tuvieron un ciclo reducido de cepillado con una carga de batería.



FEBRERO 2026 | ESTUDIO DE CALIDAD

## SU GARANTÍA O INSTRUCTIVO ESTÁN INCOMPLETOS

Todos los modelos analizados presentan una garantía incompleta en aspectos tales como no especificar los conceptos que cubre o no indicar el nombre y la dirección de los establecimientos en la República Mexicana donde se pueda hacer efectiva, entre otros.

En el caso de sus instructivos, algunos modelos no presentaron nombre, denominación o razón social del importador, así como domicilio y teléfono o bien, una leyenda que invite a leerlo.

Para mayor detalle, te invitamos a revisar el resultado de esta prueba directamente en la tabla de resultados.



## SU RETENCIÓN DEL CABEZAL ES EXCELENTE

Para niñas y niños



ORAL-B



PHILIPS | COLGATE

Para personas adultas



ORAL-B



ORAL-B

## OFRECEN MENOS CICLOS DE CEPILLADO POR CARGA

Dos modelos ofrecen entre 11 y 14 ciclos de cepillado por carga de batería. No obstante, cabe señalar que sus sistemas de carga permiten restablecer su funcionamiento en poco tiempo para continuar con su uso regular.

Para niñas y niños



ORAL-B

Para personas adultas



ORAL-B

## OFRECEN MÁS CICLOS DE CEPILLADO POR CARGA

En la prueba de autonomía cinco modelos sobresalieron al ofrecer entre 85 y 123 ciclos de cepillado con una sola carga de su batería recargable o un juego de baterías nuevas tamaño AA. Este rendimiento es notable, ya que garantiza varias semanas de uso continuo.

Para niñas y niños



ORAL-B



ORAL-B



PHILIPS | COLGATE

Para personas adultas



ORAL-B



PHILIPS | COLGATE

## SUS CERDAS NO SE DESPRENDEN

Los siguientes modelos calificaron Excelente en la prueba de retención de mechones de cerdas:

Para personas adultas



ORAL-B



ORAL-B



PHILIPS | COLGATE



PHILIPS | COLGATE



PHILIPS | COLGATE

# Recomendaciones

## De uso



### Consulta con tu odontóloga u odontólogo

Estos cepillos normalmente incluyen cabezales con cerdas ultrasuaves (en el caso de los modelos infantiles), suaves o medianas, para evitar dañar las encías y el esmalte dental. Antes de elegir la dureza de las cerdas, consulta con tu dentista cuál es el tipo de cabezal más conveniente para tu salud bucal, y en general para cualquier afectación que notes en tu boca.



### Cambia el cabezal cada tres meses

Los especialistas en salud bucal recomiendan cambiar el cepillo de dientes cada tres meses, (en este caso el cabezal), o antes si notas las cerdas desgastadas o deformadas. También es importante sustituirlo tras haber padecido alguna enfermedad respiratoria.



### Sécalo después de usarlo

Después de cada uso, enjuaga muy bien tu cepillo (la sección que sujeta el cabezal) y sécalo perfectamente. También sigue las instrucciones del fabricante para evitar la proliferación de microorganismos que podrían afectar tu salud bucal.



### Lávate los dientes después de cada comida

Sigue una técnica de cepillado adecuada que elimine los residuos de alimentos sin lastimar tus encías. Completa tu higiene diaria con el uso de hilo dental.



### Nunca compartas tu cepillo de dientes

Este objeto es de uso exclusivo. Compartirlo puede provocar el contagio de enfermedades.



# Recomendaciones

## De compra



### Adquiérelos en establecimientos formales

Esto garantiza que el producto haya tenido un manejo higiénico para su venta al público.



### Compra un paquete de cabezales de repuesto

Al igual que con los cepillos manuales, se recomienda cambiar el cabezal cada tres meses o antes, si detectas que ya está gastado o te causa molestias al cepillarte.



### Considera el costo

Ten en cuenta que el costo de los cepillos dentales eléctricos, así como de sus cabezales de repuesto, representan un gasto mayor en comparación con los cepillos manuales.



### Revisa sus características

Asegúrate de que el cepillo que vayas a adquirir corresponda con tus necesidades específicas (cerdas suaves, ultrasuaves, extrasuaves o medianas). Recuerda que por higiene, una vez abierto el empaque no hay devoluciones o cambios. Considera que a mayor cantidad de características o funciones especiales, el costo del mismo puede elevarse.

# Sustentabilidad

Un cepillo dental eléctrico es un pequeño electrodoméstico por sus baterías y componentes electrónicos, por lo que no debe tirarse a la basura común como uno manual, sino desecharse por partes.

Los cabezales no son reciclables debido a la mezcla de materiales, por lo que deben desecharse en la basura inorgánica no reciclable.

El cuerpo del cepillo debe llevarse a centros de acopio de residuos electrónicos. Si la batería es removible, retírala y deposítala en los centros de acopio de pilas para su correcto manejo.

Consulta los programas de acopio con los que cuentan las autoridades en tu comunidad.



Conoce más sobre el  
Laboratorio Nacional de  
Protección al Consumidor

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

# CONCILIAEXPRES

Es un **mecanismo inmediato de solución de controversias**, a través del Teléfono del Consumidor, con proveedores inscritos, sin necesidad de acudir a una oficina de la Profeco ni de agotar un procedimiento formal de queja.

## TELÉFONOS:

55 5568 8722 para la Ciudad de México y zona metropolitana  
800 468 8722 para el interior de la República Mexicana

## HORARIO:

de lunes a viernes, de 9 a 19 h; sábados, domingos y días festivos, de 10 a 18 h



[concillaexpres@profeco.gob.mx](mailto:concillaexpres@profeco.gob.mx)



**Economía**  
Secretaría de Economía

**Profeco**  
Procuraduría Federal  
del Consumidor

# LA AMISTAD Y LAS FORMAS DE DEMOSTRAR CARIÑO

Las amistades nos escuchan, comparten secretos y viven aventuras con nosotros.

Hola, consumini

**E**n este mes se celebra el Día del Amor y la Amistad, una ocasión perfecta para valorar a nuestras amigas y amigos. Ellas y ellos hacen que nuestros días sean más divertidos, alegres y llenos de cariño.

¿Pero qué es la amistad? Ser amiga o amigo no solo significa jugar o pasarla bien; también implica respetar, cuidar y apoyar a la otra persona. Es escuchar cuando lo necesita, compartir y saber decir "gracias" o "perdón" cuando sea necesario.

## El regalo que no tiene precio

Durante este mes, verás muchos regalos por todos lados, pero recuerda: el cariño no se compra, se demuestra. Un abrazo sincero, una palabra amable o ayudar a quien lo necesite pueden significar mucho más que cualquier obsequio costoso.

Demostrar que alguien te importa no siempre requiere obsequios costosos; a veces, basta con estar presente. Por ejemplo, si una amiga o un amigo se siente triste, puedes acercarte, simplemente acompañarlo para que sepa que puede contar contigo. ¡Esa es la magia de la amistad!

El 14 de febrero es un buen momento para recordar los valores que forman una amistad verdadera: el amor, el respeto, la sinceridad y la lealtad.

Te invitamos a pensar en lo que realmente hace especial una amistad: los actos de cariño que nacen del corazón.

Sorprende a tu mejor amiga o amigo. Haz esta cajita con ayuda de mamá o papá.



### MATERIALES

- Dos piezas de cartulina roja, una de 24 x 24 cm y otra de 11.5 x 11.5 cm
- Tijeras
- Barra de pegamento
- Lápiz
- Colores
- Regla
- Hojas blancas

### PROCEDIMIENTO



1. En la cartulina roja de 24 x 24 cm, marca una cuadrícula cada 8 cm. Dobla las líneas marcadas y recorta los cuatro cuadrados de las esquinas para formar una cruz.



2. Recorta 6 piezas de papel blanco de 7 x 7 cm, decóralas con un mensaje para tu mejor amiga o amigo y pégalas en las paredes interiores que formarán la caja.



3. En la cartulina roja de 11.5 x 11.5 cm dobla las cuatro orillas a 1.5 cm. Haz un corte en las esquinas de las pestañitas para armar la tapa y pégalas.



4. Dobla las paredes de la cajita hacia el centro, pega el último papel decorado en la tapa de la caja, colócala y ¡listo!

Fuente:

• Muffin. "Cajita de amor para regalar fácil". Video de YouTube, 00:22. 24 de enero de 2023. <https://youtube.com/shorts/uO3lokYqcrU?si=AmnL2ymEt825jz5d>

# ENCUENTRA LAS 7 DIFERENCIAS



Haz tus refrigerios con ayuda de mamá o papá.

## REFRIGERIOS SALUDABLES



BOCADITOS DE PAPA Y ESPINACA

### INGREDIENTES (cuatro porciones)

Costo promedio: \$26

- ▣ 1 papa mediana cocida y hecha puré
- ▣ 1 taza de espinaca lavada y picada finamente
- ▣ 1 huevo
- ▣ 4 cucharadas de avena
- ▣ Sal y pimienta
- ▣ 3 cucharaditas de aceite

### PREPARACIÓN

1. Mezcla el puré de papa con la espinaca, el huevo, la avena y salpimienta al gusto.
2. Forma pequeñas bolitas, frielas con el aceite y aplánalas ligeramente.
3. Después de cinco minutos, aproximadamente, dales la vuelta y cocinalas hasta que se doren. Una vez cocidas, retíralas del fuego.



ENSALADA DULCE DE ZANAHORIA Y MANZANA

### INGREDIENTES (cuatro porciones)

Costo promedio: \$36

- ▣ 2 tazas de zanahoria pelada y rallada
- ▣ 2 tazas de manzana picada en cubos pequeños
- ▣ 2 cucharadas de pasitas
- ▣ 50 g de queso panela picado en cubos
- ▣ El jugo de dos limones
- ▣ Pimienta en polvo

### PREPARACIÓN

1. En un tazón, mezcla la zanahoria, la manzana, el queso y las pasitas.
2. Añade el jugo de limón, un poco de pimienta y mezcla muy bien.

Quién es Quién  
en los precios

Consulta de información del 2 y 3 de enero de 2026 en la Ciudad de México y área metropolitana.

Fuentes:

- Sabor Gourmet. "Ensalada de zanahoria y manzana" (receta adaptada). <https://saborgourmet.com/ensalada-de-zanahoria-y-manzana/>
- Recetas Gratis. "Receta de tortitas de espinacas con queso" (receta adaptada). <https://www.recetasgratis.net/receta-de-tortitas-de-espinacas-con-queso-74566.html>

# TE INVITAMOS A CONSULTAR LA BIBLIOTECA DIGITAL

Aquí encontrarás 50 años de historia de la Profeco en revistas, más de 30 libros, cómics y miles de textos.

Una colección pensada para **informar, orientar y acompañarte** en cada decisión de compra.



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



**Economía**  
Secretaría de Economía

**Profeco**  
Procuraduría Federal  
del Consumidor



# ALERTA POR FALSAS PERSONAS VERIFICADORAS DE LA PROFECO

## NO TE DEJES ENGAÑAR

Identifica a las personas que realizan verificaciones de la Profeco.

**LAS PERSONAS VERIFICADORAS DEBEN PORTAR SIEMPRE SU GAFETE OFICIAL Y EL UNIFORME DE LA PROFECO PARA IDENTIFICARSE.**

LEYENDA QUE ACREDITA A LA PERSONA VERIFICADORA

SIN TACHADURAS NI ENMENDADURAS

NOMBRE Y FOTO

MARCA DE AGUA

HOLOGRAMA DE SEGURIDAD

FECHA DE VIGENCIA

FOLIO DE LA IDENTIFICACIÓN

INFORMACIÓN DE QUEJAS Y DENUNCIAS

FIRMAS

EL COLOR EN LA PARTE INFERIOR DEL GAFETE IDENTIFICA SU ÁREA DE ADSCRIPCIÓN

	VERIFICACIÓN
	OFICINA DE DEFENSA DE LA PERSONA CONSUMIDORA
	TELECOMUNICACIONES



### LA PERSONA VERIFICADORA DEBE ENTREGAR UN OFICIO CON:

- Nombre completo de la persona verificadora
- Nombre y dirección del establecimiento
- Fechas autorizadas para realizar la verificación



- Tipo de visita: vigilancia o verificación
- El oficio debe estar suscrito por alguna de las siguientes personas: titular de la Subprocuraduría, directora general o directora de zona

Recomendación: Tomar una foto a la persona verificadora mostrando el oficio.

**EN CASO DE QUE NO CUMPLAN ESTOS REQUISITOS O TE SOLICITEN DINERO, LLAMA AL 911.**



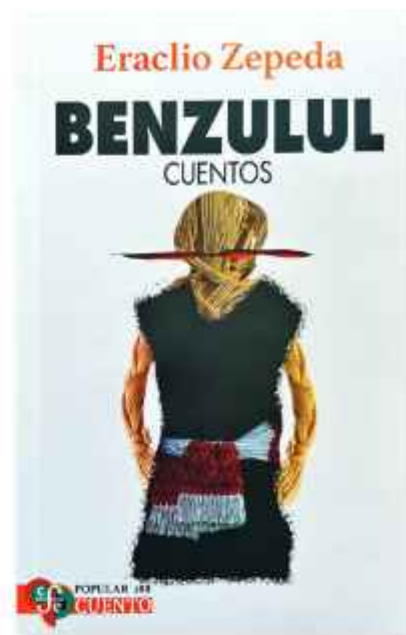
**Economía**  
Secretaría de Economía

**Profeco**  
Procuraduría Federal del Consumidor

## Benzulul. Cuentos

Eraclio Zepeda

Relatos que entrelazan  
el mundo mítico chiapaneco.



Por Antonio Hernández Estrella

EN COLABORACIÓN CON EL



### Características

144 páginas, tamaño 11 x 17 cm  
Encuadernación rústica cosida  
Ilustraciones de F. Salmerón

### Colección Popular

Décima reimpresión  
de la primera edición, 2024  
Fondo de Cultura Económica  
ISBN 978-968-16-5340-8  
Precio del libro impreso: \$64  
Precio del libro electrónico: \$45

Los cuentos de la antología *Benzulul*, del reconocido autor Eraclio Zepeda, exploran el mundo mítico indígena, centrándose particularmente en la cosmogonía de Chiapas.

En este libro, Zepeda nos cuenta historias sobre un universo habitado por los antiguos dioses mayas. Estos seres ambivalentes —en ocasiones benéficos y en otras circunstancias crueles y castigadores— conviven con los protagonistas de los relatos y logran que el lector moderno se sumerja en su atmósfera y se reconozca como parte de esa herencia.

La obra destaca por su riqueza descriptiva de las provincias, los pueblos y sus habitantes indígenas. Sus páginas son una invitación a entender y disfrutar de las regiones del sureste mexicano, así como a profundizar en su colorido y expresiones lingüísticas.

Leyendas, mitos e historia, propios de las raíces de los pueblos indígenas, ofrecen estampas que dan sentido y fuerza a la vasta riqueza cultural.

Estos relatos nos abren los ojos para descubrir un cosmos abundante en conocimiento, lengua, creencias y tradiciones, pilares de la cultura maya.

Eraclio Zepeda nació en Chiapas (1937-2015). Fue periodista, traductor, poeta y narrador. A lo largo de su trayectoria, recibió los premios nacionales de Cuento (1974), Xavier Villaurrutia (1982), Chiapas de Arte (1983) y Nacional de Ciencias y Artes (2014), entre otros.

# ONCE NOTICIAS

PRESTIGIO INFORMATIVO

**Angélica  
Rivera**

**Guadalupe  
Contreras**

**Estefania  
Quartino**

**Ana Cristina  
Olvera**

**Azul  
Alzaga**

**Luisa  
Cantú**



[oncenoticias.digital](https://www.oncenoticias.digital)



# CUANDO VIAJES EN AUTOBÚS, RECUERDA QUE LA PROFECO TE DEFIENDE

Al usar el servicio de autotransporte federal,  
algunos de tus derechos son:



- **Recibir el reembolso de tu boleto** en caso de cancelación del viaje o demora mayor a dos horas, más una bonificación mínima del 20 % del precio del boleto.
- **Portar equipaje** de hasta 25 kg sin costo adicional.
- **Contar con un seguro de viajero** en caso de accidente, fallecimiento o daño a tu equipaje durante el viaje o trayecto.
- **Recibir descuentos oficiales** si acreditas ser persona adulta mayor, profesor, profesora o estudiante, según el número de lugares disponibles por unidad de servicio.
- **Solicita siempre tu comprobante** por el servicio de transporte y por el manejo de equipaje.

- **Que no se te niegue ni condicione el servicio** por razones de sexo, raza, nacionalidad, religión, condición económica, orientación sexual, discapacidad o cualquier otra particularidad. Tienes derecho a viajar con un animal de compañía, de apoyo o de asistencia, sin cargo extra.

Si tienes alguna queja  
o denuncia, contáctanos:

 /ProfecoOficial

 @Profeco

 asesoria@profeco.gob.mx

**Teléfono del  
consumidor**  
55 5568 8722 - 800 468 8722

de lunes a viernes, de 9 a 19 h; sábados, domingos  
y días festivos, de 10 a 18 h



**Economía**  
Secretaría de Economía

**Profeco**  
Procuraduría Federal  
del Consumidor

# ALERTAS Y LLAMADOS A REVISIÓN

## VOLKSWAGEN DE MÉXICO, S. A. DE C. V.

detectó que el efecto de retención de los cinturones de seguridad delanteros no puede garantizarse debido a su colocación incorrecta.



Consulta el llamado a revisión **102/2025** completo en



### Unidades involucradas

# 1 173

### Modelos

- T-CROSS, TAIGUN y VIRTUS 2022 a 2025

### Solución

La persona propietaria deberá suspender el manejo del auto hasta que se realice la sustitución del o los cinturones de seguridad delanteros.

### Acciones

- Las personas propietarias podrán contactar a los distribuidores autorizados Volkswagen para obtener información sobre el llamado a revisión, mecanismo y aclaración de dudas.
- El proveedor contactará a la persona consumidora por medio de correo postal.
- El proveedor hará de conocimiento de las personas consumidoras el llamado a revisión en su sitio oficial [www.vw.com.mx](http://www.vw.com.mx)
- La persona consumidora podrá visualizar los detalles del llamado a revisión dentro del sitio oficial de Volkswagen en la liga directa <https://www.appsvolkswagen.com.mx/recall/llamado-revision.html>

### Medios de contacto



Distribuidores autorizados Volkswagen

<https://vw.com.mx/>

Liga directa:

<https://www.appsvolkswagen.com.mx/recall/llamado-revision.html>

[contacto@vw.com.mx](mailto:contacto@vw.com.mx)

800 SERVI VW (737 8489)



Consulta el histórico de las alertas y llamados a revisión emitidos por la Profeco: [gob.mx/profeco/articulos/alertas-al-consumidor-35310?state=published](https://gob.mx/profeco/articulos/alertas-al-consumidor-35310?state=published)

La Procuraduría Federal del Consumidor, en coordinación con SUZUKI MOTOR DE MÉXICO, S. A. DE C. V., HONDA DE MÉXICO, S. A. DE C. V. y FORD MOTOR COMPANY S. A. DE C. V., informa sobre el llamado a revisión de los siguientes productos:



Empresa:  
**SUZUKI MOTOR DE MÉXICO, S. A. DE C. V.**



Llamado a revisión: 80/2025

Modelos:  
GSXR1300R 2022 a 2024

**CANTIDAD:**  
**76 unidades**

**RIESGO:**  
La copa primaria del cilindro maestro, inflada con aceite mineral como aditivo para el diafragma, podría obstruir el puerto, provocando un mayor juego de la manija de freno pudiendo aumentar la distancia de frenado al entrar en contacto con el puño del acelerador.

**CONTRAMEDIDA:**  
Se reemplazarán el conjunto del cilindro maestro del freno delantero, el diafragma y el líquido de frenos DOT4 del sistema de frenos delantero. Sin costo para la persona consumidora.

**MEDIOS DE CONTACTO:**

- Distribuidores autorizados SUZUKI <https://motos.suzuki.com.mx/distribuidores>
- Sitio web: <https://www.suzuki.com.mx/>
- Liga directa: <https://motos.suzuki.com.mx/servicio>
- Correo electrónico: [servicio@suzuki.com.mx](mailto:servicio@suzuki.com.mx)
- Teléfono: 800 1789 854 / 8001 Suzuki



Empresa:  
**HONDA DE MÉXICO, S. A. DE C. V.**



Llamado a revisión: 127/2025

Modelos:  
HONDA PILOT 2023 a 2025, ACURA MDX y TLX 2024 y 2025.

**CANTIDAD:**  
**2 515 unidades**

**RIESGO:**  
Existe la posibilidad de que el perno del pivote en el mecanismo del pedal de freno se encuentre fuera de su posición.

**CONTRAMEDIDA:**  
Se inspeccionará el perno del pivote en el mecanismo del pedal de freno.

**MEDIOS DE CONTACTO:**

- Página de internet: [www.honda.mx/autos](http://www.honda.mx/autos) y [www.honda.mx/acura](http://www.honda.mx/acura)
- Ligas directas: <https://www.honda.mx/recal?section=autos> <https://www.honda.mx/recal?section=acura>
- Distribuidores autorizados <http://www.honda.mx/contacto.php>
- Teléfono: 800 368 8500



Empresa:  
**FORD MOTOR COMPANY S. A. DE C. V.**



Llamado a revisión: 147/2025

Modelos:  
BRONCO SPORT 2021 a 2024

**CANTIDAD:**  
**7 679 unidades**

**RIESGO:**  
Existe la posibilidad de que un inyector de combustible de alta presión pueda fisurarse, lo que podría ocasionar una acumulación de combustible en la parte superior del motor.

**CONTRAMEDIDA:**  
Ford Motor Company, S. A. de C. V. ha autorizado a sus distribuidores a inspeccionar el vehículo y, en caso necesario, actualizarán o sustituirán los componentes afectados. Sin costo para las personas consumidoras.

**MEDIOS DE CONTACTO:**

- Distribuidores autorizados
- Sitio web: <https://www.ford.mx/>
- Liga directa: <https://www.ford.mx/mi-ford/llamado-revision/>
- Correo electrónico: [atncien@ford.com](mailto:atncien@ford.com)
- Teléfono: 800 713 8466

# LA PROCURADURÍA FEDERAL DEL CONSUMIDOR TE ATIENDE VÍA TELEFÓNICA

• INFORMACIÓN • ASESORÍA • DENUNCIA



**Teléfono** del  
**consumidor**  
55 5568 8722 - 800 468 8722

Lunes a  
viernes  
de 9 a 19 h

Sábados, domingos  
y días feriados  
de 10 a 18 h



**Economía**  
Secretaría de Economía

**Profeco**

Procuraduría Federal  
del Consumidor



## Nuestra Voz

### 50 años de la Profeco

Este año celebramos medio siglo de impulsar una cultura de consumo responsable y de proteger tus derechos. Nuestra institución y las personas consumidoras hemos fortalecido y recorrido un camino que asegura relaciones de consumo transparentes, legales y justas. **pág. 4**

#### Para Enterarse



##### La Profeco te defiende

Desde hace cinco décadas, la Profeco informa, asesora y defiende a las personas consumidoras. Lo que inició con el Teléfono del Consumidor ha evolucionado hacia herramientas digitales que permiten una atención más ágil y eficiente. **pág. 10**

#### Estudio de Calidad



##### Pastas dentales

Dado que la salud bucal es fundamental para el bienestar general, el mercado ofrece una gran variedad de pastas dentales. Por ello, se analizaron 46 productos con el objetivo de que conozcas sus componentes y características. **pág. 53**

#### Entorno Digital



##### Que el 14 de febrero no te consuma

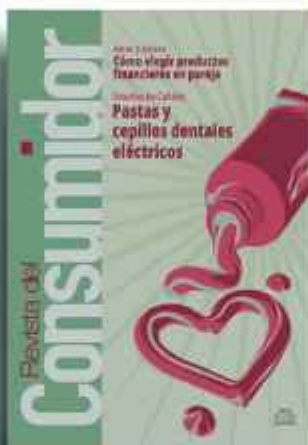
Antes, elegir un regalo requería tiempo y comparación. Hoy, las compras surgen por sugerencias mientras navegamos en internet y se hacen sin pensar si son necesarias. Aprende a evitar decisiones impulsivas en estas fechas. **pág. 37**

#### Estudio de Calidad



##### Cepillos dentales eléctricos

El diseño de estos artículos de higiene bucal facilita la eliminación de residuos y placa bacteriana. Ante su creciente uso, analizamos 10 cepillos dentales eléctricos —para adultos, niñas y niños— para ayudarte a tomar una mejor decisión de compra. **pág. 73**



## Consumimos Profeco

### La amistad y las formas de demostrar cariño

Este mes es un buen momento para valorar la amistad y demostrarles a tus amigas y amigos lo que significan para ti. Un mensaje, una cartita, un abrazo o simplemente sentarte a escuchar cuando alguien lo necesita son gestos que fortalecen los vínculos. **pág. 84**

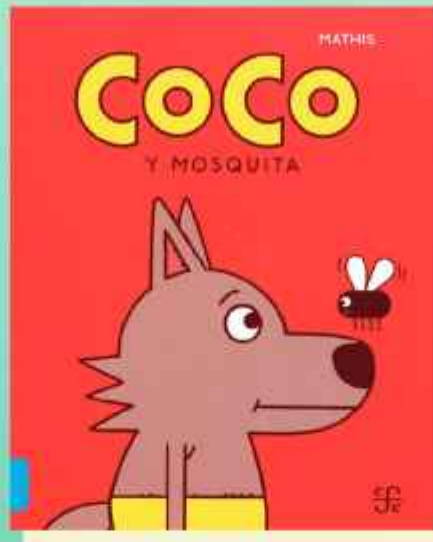
La Revista del Consumidor, publicación mensual emitida por la Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco), con oficinas centrales en av. José Guadalupe Posada 200, col. Larderas, alcaldía Cuauhtémoc, Ciudad de México, 06140, está destinada a informar y alertar sobre temas de consumo. Para información sobre esta publicación, puede llamar al teléfono 55 5425 4700 ext. 36930. El contenido de los artículos firmados no necesariamente refleja la opinión de la revista ni de la Profeco; se incluyen a partir de nuestros principios editoriales de búsqueda de pluralidad y diálogo entre corrientes de opinión. Está permitida la reproducción de los materiales del Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor y/o los análisis de precios en cualquier otro medio que apoye la intención de informar a grupos más amplios de la población. Los análisis de precios y los servicios de preferencias de consumidoras se publican como una referencia útil para los fines indicados en cada caso y son independientes de los procesos de verificación y otros que la Profeco lleva a cabo en el cumplimiento de sus funciones. Edición responsable: Aura Prieto Hernández. Reservas de Derechos al Uso Exclusivo No. 04-2001-111116762800-102, ISSN: 0185-3874, ambas otorgadas por el Instituto Nacional del Derecho de Autor (Indaautor). Certificado de Licitud de Título núm. 1127 y Certificado de Licitud de Contenido núm. 628, expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas de la Secretaría de Gobernación, el 30 de abril de 1993. Se reservan todos los derechos respecto del título de esta publicación conforme a la Leyón Internacional de Derechos de Autor. Impreso responsable: Talleres Gráficos de México, avenida Canal del Norte 380, col. Felipe Pescador, alcaldía Cuauhtémoc, Ciudad de México, C.P. 06200. Fecha de impresión: enero de 2026. Tiroje: 7 000 ejemplares. Los marcas registradas y los logotipos mostrados en esta revista son propiedad de sus respectivos dueños y se utilizan únicamente con fines ilustrativos e informativos.



- **Libros donde la imagen no ilustra:** piensa, amplía y transforma el texto



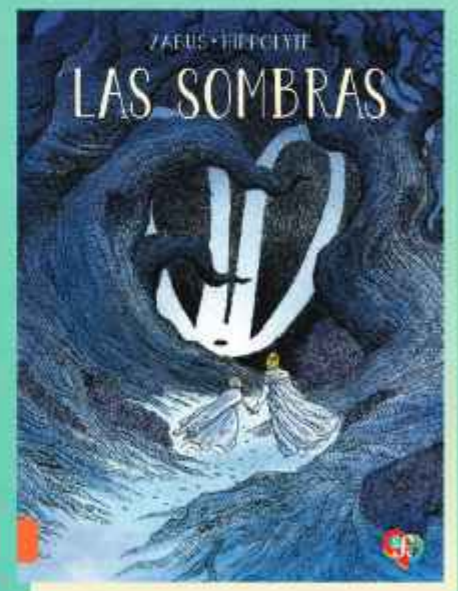
- **Leer Espectrográfica** es cruzar un umbral donde emoción y pensamiento se encuentran



- **Libros como espejos:** reflejan preguntas, emociones y posibilidades



- **Una experiencia de lectura transformadora** que invita a mirar de otra manera



¡De venta en la red de librerías del FCE, Educál y sus tiendas virtuales!



Gobierno de  
**México**

**Economía**

Secretaría de Economía

**Profeco**

Procuraduría Federal  
del Consumidor



**Medio siglo  
protegiendo a las  
personas consumidoras**

