

# informativo del abasto



¡Campo, salud y educación! El futuro de un país rico.



## Feliz San Valentín

Déjate flechar por un chocolate

Febrero-Núm. 250 - 2024

[www.bremen.com.mx](http://www.bremen.com.mx)



# AQUÍ, PURO POLLO PICUDO.



## Bachoco®

*Contigo todos los días*



@BachocoMx  
Bachoco.com.mx

¿Te interesa conocer  
más sobre nuestros productos?

[bachoco.com.mx](http://bachoco.com.mx)



## PERA EL MEJOR COMBUSTIBLE PARA TUS HIJOS

Pag.2

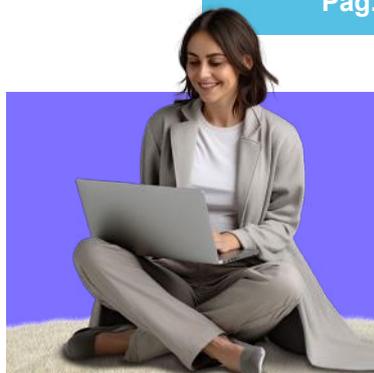


## TÉS RELAJANTES PARA DESCANSAR

Pag. 6

## YUCATÁN EN EL TOP 10 DE LOS MÁS VISITADOS

Pag. 8



## MÁS ALLÁ DEL HOME OFFICE

Pag. 14

## EL TENIS MEXICANO Y LA COPA DAVIS

Pag. 18



## DIRECTORIO

Presidente: Salomón Aguilar / Presidente Honorífico: Enrique Alcalá Sánchez / Director General Julio Adrián Acosta Ramírez / Director Comercial: Gaston Angel Menendez Mora [gamenendez@eopuk.mx](mailto:gamenendez@eopuk.mx) / Director de Información: Alejandro Martínez Olvera / Dirección de arte: Roberto Lira Olvera / Director Web: Edgar Garcia de los Santos / Colaboradores: José Luis Hernández Villegas, Luis Villegas Herrera. Oficinas: Av. Nezahualcóyotl 180 Col. Raúl Romero.C.P. 57630. Cd. Nezahualcóyotl. Edo. De México. TEL: 55 5765 6565. Distribuidor: Av. Nezahualcóyotl 180 Col. Raúl Romero.C.P. 57630. Cd. Nezahualcóyotl. Edo. De México. TEL: 55 5765 6565. El contenido de esta publicación es responsabilidad de los autores. Prohibida la reproducción total o parcial de sus contenidos gráficos y editores. Febrero - Núm.250 2024. Informativo del Abasto es una publicación mensual. Editor responsable: Julio Adrián Acosta Ramírez. Número de Certificado de Reserva de Derechos al Uso Exclusivo de Autor: 04-2022-092911555200-102 Certificado de Licitud de Título y Contenido: 14798



# BRÍNDALES A TUS HIJOS EL COMBUSTIBLE QUE NECESITAN PARA ACTIVARSE

## CON LAS DELICIOSAS PERAS



Nutrióloga: Esther Schiffman Selechnik,  
Maestra en Nutrición Aplicada

Últimamente noto temerosas a las personas cuando saben que un alimento tiene carbohidratos, y aunque no sepan muy bien qué son, escucho comentarios muy negativos sobre ellos como si fueran el enemigo de nuestro cuerpo, cuando realmente son todo lo contrario. Los carbohidratos pueden ser azúcares simples (un solo carbono) o largas cadenas de carbonos que en el intestino son separadas para formar azúcares simples que puedan pasar fácilmente a la sangre y brindar energía para todas las actividades que el cuerpo realiza durante el día (dormir, respirar, escuchar, leer, etc.) Al estar en la sangre, se requiere de insulina para poder meter dichos azúcares o glucosa a cada una de las células para que tengan energía y nos mantengamos activos física y mentalmente. También existen algunas cadenas de carbonos (fibra) que resisten esta digestión, es decir, que no se pueden separar en el intestino delgado y que al llegar al intestino grueso nutren a la microbiota (bacterias buenas), mejorando nuestra salud gastrointestinal. Así es que, si comparáramos a nuestro cuerpo con un automóvil, los carbohidratos serían la gasolina, la protección de toda la maquinaria interna y sin ellos no podríamos funcionar adecuadamente, por lo que es recomendable consumir diariamente de un 50 a un 65% de carbohidratos saludables en donde la fibra sea abundante y es ahí donde nos estamos equivocando.

Especialmente los niños, adolescentes y atletas, al ser tan activos durante el día requieren una gran cantidad de carbohidratos, sin embargo, aquí viene lo importante, ya que sus efectos saludables dependerán de la fuente de donde provengan, es decir, no es lo mismo recibir 26g de carbohidratos de una pera -que una parte de ellos son fibra y están acompañados de vitamina C, potasio, agua y antioxidantes potentes-, que recibir 35g de azúcares simples en una lata de refresco que no vienen acompañados de nada, que no son digeridas por organismo y que al entrar rápidamente a la sangre, son muy difíciles de asimilar, se quedan en la sangre y a largo plazo aumentan el riesgo de padecer diabetes tipo 2 y otros padecimientos.

Además, esta entrada tan abrupta de glucosa en la sangre provoca hiperactividad momentánea seguida de un bajón de energía que afecta el rendimiento escolar del niño, la eficiencia del adulto en el trabajo y el rendimiento deportivo del atleta. Estudios han encontrado que los estudiantes que desayunan todos los días y que en este desayuno incluyen carbohidratos saludables como la pera, tienen mejores hábitos en general a lo largo del día, un mejor rendimiento escolar y un mejor estado de ánimo que quienes no lo hacen.

Por todo lo anterior, si queremos brindar de manera saludable ese combustible a nuestro cuerpo y al de nuestros hijos, es importante que los carbohidratos provengan de las frutas, leguminosas. (frijoles, garbanzos, lentejas), semillas (cacahuates, nueces, pepitas) y de los granos enteros (avena, amaranto, maíz y trigo), evitando otros menos saludables como panes de harinas refinadas, bebidas azucaradas, dulces, galletas y postres, entre otros. Si los obtenemos de la manera correcta, seremos capaces de estar activos al mismo tiempo que prevenimos la aparición de las enfermedades crónicas más prevalentes en la actualidad, y de sus complicaciones.

Dentro de las opciones de carbohidratos saludables propuestas, quisiera enfatizar la importancia de consumir diariamente más frutas, como la pera debido a los beneficios a la salud que ha demostrado en diversos estudios, ya que además de mantener un estado energético constante y estable, ayuda a disminuir el riesgo hipercolesterolemia, hipertensión arterial, estreñimiento, disbiosis intestinal, algunos tipos de cáncer, diabetes tipo 2, enfermedad cardíaca y enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), entre otras, gracias a la sinergia de todos los nutrimentos que contiene esta fruta, que además es deliciosa.

### RECUERDA QUE CON SÓLO DOS FRUTAS AL DÍA PUEDES TENER TODOS ESTOS BENEFICIOS.

¿Cuántas peras han consumido hoy tu familia y tú?



**NUEVOS  
TAMAÑOS  
30 y 60  
gramos**

# **GOLD FRITZ<sup>®</sup> SNACKS**

## **MULTIBOLSAS**



**CACHUATE  
JAPONÉS  
CRUJIENTE**



**CACHUATE  
HORNEADO**

**Excelente relación  
precio-calidad.**

**Ideales para  
tu tiendita.**

**ENCUÉNTRALOS EN**

**NACIONAL  
ABASTECEDORA**  
de Granos y Frutos Secos



**CEDA CDMX, Iztapalapa**

**CANDY CAMI: Tlanepantla y Ecatepec. NUEVA MERCED: Atizapán. SUPER DULCE: Atizapán. TOMY: Atizapán.  
LA ABEJA REINA. LA MIMÍ. HS COMERCIAL. NORIS: Tultitlán**

Síguenos en

**f @GoldFritzSnacks**  
**@GoldFritzSnacks**

**CONOCE TODOS  
LOS PRODUCTOS**



**ATRÉVETE A VENDER MÁS CON  
GOLD FRITZ SNACKS<sup>®</sup>**

# ¿A QUIÉNES BENEFICIA LA PROHIBICIÓN DEL GLIFOSATO EN MÉXICO?

Por: Jorge Martínez Cedillo

## Los beneficiados por la prohibición del glifosato en México, ya se están viendo:

### - Importadores de Granos a México:

Han incrementado sus importaciones desde la sustitución gradual del uso, enajenación, distribución, promoción e importación de glifosato, culminando con su total prohibición a partir del primero de abril del 2024.

### - Productores de granos en Estados Unidos:

Han aumentado sus exportaciones a México desde la implementación de la prohibición del glifosato.

## ¿A quiénes perjudicaría?

- Productores Agrícolas Mexicanos se enfrentan a una pérdida de competitividad debido al incremento de costos y a la reducción en la producción.

- **A México:** Nuestro país enfrenta un mayor gasto de divisas para importar granos, una disminución en la productividad y un aumento en el precio de la tortilla, efectos que ya están ocurriendo. El glifosato es el herbicida más utilizado en la agricultura moderna, caracterizado por ser sistémico, postemergente y de amplio espectro. Debido a su eficiencia y bajo costo, es esencial para controlar malezas que reducen la productividad agrícola.

## Aspectos relacionados con la Salud:

En 2015, la Agencia Internacional para la Investigación del Cáncer (IARC) clasificó al glifosato como “probablemente cancerígeno para los humanos” (Grupo 2A); una categoría que incluye: tomar bebidas muy calientes, consumir carne roja o el oficio de peluquero. Hay que subrayar que la IARC no realiza investigaciones propias, basó su clasificación en ocho estudios, que se consideraron no concluyentes. Por otro lado, la Agencia de Protección Ambiental de los Estados Unidos (EPA) analizó 15 estudios y determinó que los hallazgos de la IARC no eran concluyentes.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), de la cual es parte la IARC, en coordinación con la FAO, declaró que “es poco probable que el glifosato sea un riesgo carcinógeno para los seres humanos a través de la dieta”. En línea con esta postura, el Ministerio de Salud de Canadá afirmó que “ninguna autoridad reguladora de pesticidas en el mundo considera que el glifosato represente un riesgo de cáncer para los humanos en los niveles a los que los humanos están actualmente expuestos”.

En 2020, la EPA reiteró su posición, declarando que “no hay riesgos de preocupación para la salud humana cuando el glifosato se usa según su etiqueta actual y que es poco probable que el glifosato sea un carcinógeno para los humanos”.

El 16 de noviembre del año pasado, la Comisión Europea renovó la autorización para el uso del glifosato en Europa por otros 10 años, tras confirmar que no hay preocupaciones extremas que impidan su renovación. Esta decisión se basó en evaluaciones exhaustivas realizadas por la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA) y la Agencia Europea de Sustancias y Mezclas Químicas (ECHA).

Otras agencias sanitarias y reguladoras de plaguicidas en países como Brasil, Nueva Zelanda, Australia, Argentina, Alemania, Corea y Japón, así como en el resto de Asia, Europa, América, África y Oceanía, han avalado la seguridad del glifosato dentro de sus normativas vigentes.

De concretarse la prohibición del glifosato a partir del 1 de abril de este año, los más afectados serían los productores agrícolas mexicanos, de todos los tamaños, quienes tendrían que recurrir a alternativas menos eficientes y más costosas, lo que conllevaría a una pérdida de productividad y competitividad.

**Aunque como mexicanos valoramos la preocupación de las autoridades por nuestra salud, la cancelación o prohibición del uso del glifosato, de acuerdo con las principales agencias sanitarias internacionales, no implicaría una mejora en la salud de los mexicanos. Sin embargo, esta medida afectaría negativamente la productividad y competitividad de nuestros productores agrícolas.**



# Dale un giro a tu San. Valentin y ven al teatro...

Consulta la cartelera aquí



MejorTeatro

**ESCAPE ROOM**  
UNA COMEDIA DE JOEL JOAN Y HÉCTOR CLARAMUNT  
SIN ESCAPE

**TOCCOOT**  
¿CUAL ES EL TUYO?

**LOS MONÓLOGOS DE LA VAGINA**  
de V (antes Eve Ensler)

**CÉSAR BONO EN DEFENDIENDO AL CAVERNÍCOLA**  
AUTOR ROB BECKER DIR. JAIME MATARREDONA

Consulta la cartelera en [MEJORTEATRO.COM](http://MEJORTEATRO.COM)

☎ 55 5207 1498

Boletos en taquilla y [ticketmaster.com.mx](http://ticketmaster.com.mx)

## NOMBRAN INDUSTRIALES DE FITOSANITARIOS A

JOSÉ ESCALANTE DE LA HIDALGA  
COMO PRESIDENTE DE LA UMFFAAC

Por: Jorge Martínez Cedillo



El Dr. José Escalante de la Hidalga, tomó posesión de la presidencia de la Unión Mexicana de Fabricantes y Formuladores de Agroquímicos (UMFFAAC), luego de ser electo para el periodo 2024-2026, en sustitución del Ing. Luis Eduardo González Cepeda.

El nuevo titular de la UMFFAAC posee una formación académica multidisciplinaria, que incluye una licenciatura en Medicina Veterinaria y Zootecnia por la UNAM, una maestría en Administración de Empresas y el doctorado en Creación Literaria, especializándose en novela, por la Casa Lamm.

En la primera Junta de Consejo de la UMFFAAC de 2024, el Dr. José Escalante se comprometió a reforzar las acciones que realiza la Unión para defender los intereses de la industria de agroquímicos, así como el sistema agrícola nacional.

Destacó que la UMFFAAC tiene como objetivo principal promover e impulsar el desarrollo de la industria de productos fitosanitarios químicos, biológicos y orgánicos, de nutrición vegetal, control de plagas urbanas, industriales y de salud pública, así como de otros productos que coadyuvan a la producción agrícola y la seguridad alimentaria del país.

La UMFFAAC, bajo la dirección del Dr. Escalante, desempeñará un papel esencial como facilitador en el fomento de la producción de los insumos que la agricultura requiere. Asimismo, impulsará a que la UMFFAAC sea un puente entre los industriales de agroquímicos y las autoridades regulatorias. Un aspecto central será continuar con la capacitación en el manejo y uso adecuado de agroquímicos garantizando al mismo tiempo la protección de la salud humana y la preservación del medio ambiente. Además, mantendrá las funciones de ATOX 24 x 7, todo el año.

El nuevo Presidente de la UMFFAAC nombró como Directora Ejecutiva de la UMFFAAC a Irza Irving, quien tiene una amplia experiencia en relaciones públicas e institucionales; ha trabajado tanto en el sector público como en el privado, destacándose en la promoción de intereses legítimos y en la gestión de proyectos; y con conocimiento en la industria de protección de cultivos.

Finalmente, la UMFFAAC reafirma su compromiso con el desarrollo y la sustentabilidad de la agricultura nacional mexicana, la defensa de los intereses de sus asociados en la industria fitosanitaria y el ejercicio activo de su influencia en la creación y consolidación de políticas que beneficien al sector y a la agricultura nacional.

## hábitos



### TÉ DE MANZANILLA PROMUEVE EL SUEÑO

#### BENEFICIOS:

- Promueve el sueño
- Relaja el sistema nervioso
- Poder digestivo
- Poder antiinflamatorio
- Alivia dolores menstruales y espasmos musculares



### TÉ DE TILA RELAJANTE

#### BENEFICIOS:

- Mitiga síntomas de resfrío común
- Efecto sedante y relajante
- Mitiga molestias de colitis y gases
- Aliado para combatir el insomnio
- Elimina líquidos retenidos



### TÉ DE HIERBABUENA ANALGÉSICO GENERAL

#### BENEFICIOS

- Desinflama
- Relajante general
- Analgésico general
- Disminuye problemas digestivos
- Disminuye cólicos menstruales

# ¡NO TE CONFUNDAS!

EL MEJOR BACALAO  
PARA ESTA TEMPORADA,  
LO TENEMOS EN

# La Abeja



COMERCIAL DE NUECES Y SEMILLAS S.A. DE C.V.  
PASILLO 3, ESQUINA CON SECTOR O-P  
CENTRAL DE ABASTOS CDMX

## TRES ZONAS ARQUEOLÓGICAS DE YUCATÁN EN EL TOP 10 DE LAS MÁS VISITADAS DE MÉXICO

De acuerdo con los más recientes resultados de las estadísticas de visitantes del Instituto Nacional de Antropología e Historia (INAH) Yucatán cuenta con tres de las zonas arqueológicas más visitadas de todo el país, y esto, se debe no solo a la belleza de las construcciones mayas, sino, a la exuberante naturaleza que las rodea y los cientos de atractivos que este destino tiene por ofrecer, como lo son playas paradisíacas, mágicos cenotes, imponentes haciendas henequeneras, Pueblos Mágicos, una hermosa ciudad cosmopolita y sobre todo seguridad a lo largo del estado. Yucatán es hogar de un gran legado dejado por el Pueblo Maya, en donde su cultura, lengua y tradiciones se mantienen vivas a través de sus habitantes y los vestigios arqueológicos que se levantan magníficos e imponentes en las tierras del venado y el tapir.

### Pero, ¿Cuáles son estas tres zonas arqueológicas que han maravillado al mundo?

Obviamente Chichén Itzá, se encuentra en el primer lugar de esta lista; una de las Siete Maravillas del Mundo Moderno y Patrimonio Cultural de la Humanidad por la UNESCO, este recinto te muestra sus imponentes pirámides y esculturas majestuosas que cuentan secretos muy interesantes. Además, es la muestra de cómo los pueblos originarios de Yucatán fueron expertos astrónomos, dejando como herencia la pirámide de Kukulcán, considerada el "calendario" más grande en el mundo, que año con año durante los equinoccios de primavera y otoño ofrece uno de los espectáculos de luz arqueo-astronómicos más impresionantes.

Tras visitar esta maravilla del mundo podrás acercarte a conocer el trabajo de Efraín Cetz es un artesano maya altamente reconocido por la calidad de sus trabajos finamente elaborados en madera, con quién, además de recorrer su taller en donde diseña a mano todas sus obras, podrás conocer sus dos casas maya donde reside y que eventualmente las renta para pernoctar; estas casas fueron construidas con materiales de la región como la madera, la piedra y el huano (una especie de palma) especialmente para que el huésped conozca la arquitectura maya.

Una opción por las noches, es la de visitar Chichén Itzá y apreciar las Noches de Kukulcán, un espectáculo de videomapping donde podrás aprender y disfrutar lo impresionante que era la civilización maya.

También, muy cerca de Chichén Itzá, y una gran opción para hacer turismo es recorrer el Pueblo Mágico de Valladolid, una ciudad fundada en 1543 en lo que fue el bello pueblo de Zací (Gavilán Blanco), y que hasta la fecha posee un gran legado histórico cultural que fusiona el esplendor de la época colonial con el misticismo del Mundo Maya, a lo largo de los años ha sido conocida por distintos nombres, destacando. La Sultana Del Oriente; la "Perla de Oriente" o la "Heroica Zací", un pueblo que te enamora por sus calles coloniales engalanadas por sus casonas y edificios históricos.

La segunda zona arqueológica es Uxmal, uno de los principales sitios arqueológicos donde la monumental concepción urbana e impresionante arquitectura se embellece con su ornamentación resultado del arduo trabajo y talento del Pueblo Maya, estas características así como su innegable valor histórico, le han valido el reconocimiento como Patrimonio de la Humanidad.

Esta ciudad maya está rodeada de una inmensa vegetación que, en conjunto con los sonidos de la naturaleza la rodean de misticismo, la hacen el escenario ideal para disfrutar cada noche de los Ecos de Uxmal un fascinante espectáculo lleno de magia en donde los sonidos te guiarán a lo largo de una narración llena de leyendas y cuentos del día a día de un pueblo maya que ahora yace oculto en los vestigios de esta enigmática ciudad.

Una de las actividades que puedes realizar en la periferia de este extraordinario lugar, es la de visitar el Museo del Chocolate "Choco-Story", ahí podrás aprender de la historia del milenario cacao, visitar los jardines botánicos con árboles de cacao y un recorrido al refugio de animales, donde podrás admirar fauna endémica que ha sido rescatada.

Para aquellos que prefieren la adrenalina podrán disfrutar de un Safari gastronómico, se trata de un recorrido en Land Rover Vintage, que te llevará a sentirte como un antiguo hacendado, mientras involucras todos los sentidos, disfrutando del agua de un cenote y admirando paisajes increíbles que ofrecen los vestigios de la Hacienda Uxmal para culminar en una palapa especialmente habilitada para que puedas degustar un platillo yucateco, el cual puede ser: cochinita pibil, relleno negro, pavo en escabeche o lechón al horno.

Por último, pero no menos importante, está Ek Balam, uno de los centros arqueológicos de Yucatán considerado como la gran capital del imperio de Tah, al cual los habitantes de la región de la costa le rendían tributo. Se dice que en esta ciudad llegaron a vivir de 12 a 18 mil habitantes y que fue fundada por Ek Balam o Coch Cal Balam quien sería su gobernador por casi 40 años. La también llamada Acrópolis se distingue por un basamento elevado y fortificado de más de 160 metros de largo por casi 70 de ancho y 31 de altura, siendo una de las edificaciones mayas más grandes e imponentes de todo Yucatán.

En la comunidad del mismo nombre existe la posibilidad de descubrir la riqueza de las comunidades mayas, a través de la participación activa en algunas de las actividades cotidianas como lo es el urdir tu propia hamaca, en el parador turístico Unajil Ek Balam, que se traduce como "casa del jaguar negro", el cual podrás recorrer a pie mientras visitas diferentes casas en donde se imparten los talleres.

Otra opción es visitar Espita, otro Pueblo Mágico de Yucatán, ideal para los amantes del buen comer los sabores ancestrales. Durante tu estancia debes recorrer el mercado "Juan José Méndez", recinto pintoresco y emblemático de la Villa de Espita, inaugurado en 1906 y que hasta la fecha ofrece los más suculentos antojitos yucatecos a mano de las cocineras tradicionales de la región quienes te ofrecen: salbutes, panuchos, cochinita pibil y el famoso kots'ob, que forma parte de la oferta gastronómica tradicional del lugar.

Sin duda alguna, cuando visitas Yucatán es posible disfrutar de más de un atractivo a la vez, su excelente conectividad terrestre te permite explorar cada uno de los rincones de este destino, permitiendo que te lleves una experiencia única y enriquecedora, en tu próximo viaje, apóyate del planificador de viajes de [www.yucatan.travel](http://www.yucatan.travel) y organiza un recorrido por estas o cualquiera de las 19 zonas arqueológicas abiertas al público que ofrece el destino, déjate atrapar e impresionar por la belleza de la entidad.

FUENTE: YucatánEsColor



# RANCHO ESCONDIDO®



¡BÚSCANOS EN  
TU ABASTO  
MÁS CERCANO!

## PONCHE RANCHO ESCONDIDO®

### INGREDIENTES

- 10 oz de Rancho Escondido (5 shots)
- 2 Manzanas pink lady, sin semillas y sin corazón
- 3 Manzanas rojas sin semillas y sin corazón
- 2 Naranjas valencia grandes
- 8 Guayabas rebanadas
- 2 Tazas tejocotes
- 6 Piezas caña de azúcar
- 8 Ciruelas pasas
- 6 Flores de hibisco o jamaica
- 5 Vainas de tamarindo
- 4 Ramas de canela
- 2 Piloncillos
- 10 Tazas agua
- 1 Taza jugo de naranja (opcional)
- 1 taza jugo de manzana (opcional)

### ELABORACIÓN PASO A PASO

Agrega todos los ingredientes de la lista a una olla grande.

Vierte los jugos y el agua y cocina a fuego medio durante 15 minutos, antes de apagar agrega los 5 shots de Rancho Escondido y apaga.

Sirve el ponche caliente en una taza, incluyendo una o dos cucharadas de la fruta.



EVITE EL EXCESO

# SÁNDWICH

de pera y crema de avellana

## Ingredientes

- 8 Rebanadas pan de caja o brioche
- ½ Taza crema de avellana
- 3 Peras Anjou en láminas muy delgadas
- ¼ Taza nueces troceadas

## Procedimiento

Tuesta los panes en una parrilla. Úntalos con dos cucharadas de crema de avellana; añade láminas de pera en las bases, esparce las nueces y coloca las tapas.

Tiempo de preparación: 10 minutos

Dificultad: Baja

Rinde 4 porciones



# PEPITOS

de arrachera con papas

## Ingredientes

- 3 Papas Russet de Estados Unidos en tiras delgadas
- ¼ Taza de aceite vegetal
- 200g Arrachera fileteada
- 8 Mini bolillos cortados a la mitad
- 4cdas Mostaza
- ¼tz Mayonesa light
- 4 Hojas de lechuga
- 2 Jitomates en rodajas
- 1 Aguacate pequeño
- Sal y pimienta

## Procedimiento

En un tazón con agua y hielo, remoja las tiras de papa por 10 minutos; escúrrelas perfectamente. Fríe las papas en aceite caliente, retira a papel absorbente y salpimienta. Sella la carne en una plancha a fuego alto; reserva. Tuesta un poco el pan; unta mayonesa en la tapa y mostaza en la parte inferior prepara los pepitos acomodando lechuga, rebanadas de jitomate, papas, carne y aguacate.

Tiempo de preparación: 40 minutos

Dificultad: Media

Rinde 4 porciones



FUENTE: GRUPO PM



# JAMÓN AMERICANO

*cerdo y pavo*

**11%** PROTEÍNA LIBRE DE GRASA



UN PRODUCTO DE ALIMENTOS EFA



losmanantialesmx



losmanantialesmx

alimentosefa.com.mx



## APOYO TÉCNICO DE LA FAO A LA ACTUALIZACIÓN DEL PLAN DE SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL DE LA CELAC HACIA EL 2030

El documento fue ratificado por 30 países de América Latina y el Caribe a nivel ministerial con el objetivo de eliminar el hambre y reducir la malnutrición.

La oficina regional de la Organización de Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) en América Latina y el Caribe fue la sede del encuentro “Agricultura une a las personas - Seguridad alimentaria y Nutricional para nuestras Américas” de la Comunidad de Estados Latinoamericanos y Caribeños, CELAC, que reunió a representantes de gobierno de 30 países de la región de forma presencial y virtual.

En la ocasión, los ministros asistentes validaron unánimemente el nuevo Plan de Seguridad Alimentaria y Nutricional y Erradicación del Hambre 2030 de la CELAC, cuyo proceso de elaboración se inició en enero de 2023 a solicitud de los jefes de Estado y de Gobierno de sus países miembros.

La FAO, junto a la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), la Asociación Latinoamericana de Integración (ALADI), y el Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura (IICA) elaboraron el nuevo Plan SAN CELAC, que tiene como objetivo fortalecer la solidaridad entre los países para eliminar el hambre y reducir la malnutrición antes de que termine la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. Este documento regional ayudará a avanzar hacia sistemas agroalimentarios más inclusivos, eficientes, resilientes y sostenibles que brinden dietas saludables para toda la población. El Plan ofrece lineamientos generales para orientar a los países en la implementación de los componentes más específicos y operativos, en línea con su contexto local.

Al término del encuentro, el Subdirector General y Representante Regional de la FAO para América Latina y el Caribe, Mario Lubetkin, declaró: “Quisiera felicitar todos los esfuerzos realizados, que se materializaron en un consenso regional para avanzar en la actualización del Plan SAN CELAC, y como una respuesta articulada al impacto de diferentes eventos y desafíos que la región enfrenta”, agregando que “desde la FAO, como organismo de asistencia técnica global, nos sentimos honrados de brindar nuestro apoyo en este proceso junto a la CEPAL, el IICA y la ALADI”.

El encuentro estuvo liderado por San Vicente y las Granadinas, país que ocupa actualmente la Presidencia Pro Tempore de la CELAC. Así, Saboto Caesar, Ministro de Agricultura, Bosques, Pesca, Transformación Rural, Industria y Trabajo de ese país, agradeció el apoyo técnico entregado por la FAO y el resto de los organismos técnicos para lograr el consenso alcanzado en la sesión.

Caesar destacó la importancia de pasar del acuerdo a la acción, y la disposición de su gobierno de colaborar en el proceso de transición de la nueva Presidencia Pro-Tempore de la CELAC, bajo el liderazgo de Honduras, para avanzar en la implementación del nuevo plan alimentario. Resaltó también la fraternidad y la unidad de América Latina y el Caribe demostrada en este importante acuerdo regional.

“Para San Vicente y las Granadinas y los estados miembros de la CELAC es un momento de mucho orgullo en el que alcanzamos un objetivo muy importante: establecer un plan de Seguridad alimentaria y nutricional. Esto significa que vamos a avanzar hacia soberanía y seguridad alimentarias, es definitivamente una ocasión donde podemos mejorar nuestra cooperación. Vamos a trabajar con los técnicos en América Latina y el Caribe para asegurar que la comida esté siempre disponible y a un precio accesible”.

Por su parte, el ministro de Agricultura de Chile, Esteban Valenzuela, anfitrión de la reunión de ministros agradeció el trabajo realizado en la elaboración del nuevo Plan SAN CELAC 2024-2030, y aseguró que “el año 2023 fue el año en que todos los países trabajamos en lograr un compromiso en políticas para sistemas alimentarios más justos, resilientes y adaptados al cambio climático”.

**Fuente: FAO**

# Canel's®

## EL SABOR GANADOR



# tueni®



# EL PIÑATERO®



Síguenos en:



canel.com.mx

## MÁS ALLÁ DE LA LEY HOME OFFICE: AJUSTES Y ESTRATEGIAS

La adopción del home office en México ha transformado la dinámica laboral de las organizaciones. La entrada en vigor de la nueva normatividad en diciembre pasado marca un hito significativo para garantizar la seguridad y salud de los colaboradores en el trabajo remoto, pues de acuerdo con una encuesta de Pandapé, el 47% de las empresas del país aún no ha empezado a tomar las medidas para implementar la NOM-037.

Con ello, además, las organizaciones deben impulsar cambios estratégicos en la gestión de su talento humano, y es que el éxito de la nueva norma va más allá de simplemente permitir el trabajo desde casa.

“Estamos en un contexto en el que la modalidad a distancia o los equipos híbridos están aumentando las brechas de conexión y el 41% de los colaboradores no conecta con la cultura organizacional de su empresa, de acuerdo con datos del sector. Esto marca nuevos escenarios para el cumplimiento y gestión de los colaboradores en torno a la NOM-37”, explica Haydeé Jaime, Especialista en Comunicaciones de Marketing de Pandapé.

Para lograrlo, es esencial que los profesionales de RRHH reconozcan la importancia de realizar ajustes en aspectos fundamentales de la mano de la innovación tecnológica. Entre los principales se encuentran los siguientes:

### Formulación de políticas claras.

La base para una transformación organizativa exitosa y sostenible, especialmente en el contexto del trabajo remoto, radica en la formulación de políticas claras. De esta manera, es clave establecer directrices sólidas que aborden roles, expectativas y responsabilidades de colaboradores y empleadores.

Aquí, la creación y difusión de una Política de Teletrabajo por escrito se vuelve imperativa. Ésta no sólo debe abordar la prevención de riesgos y enfermedades, evitar el aislamiento y regular horarios, sino también promover la igualdad de derechos, la perspectiva de género, la conciliación de la vida personal y la reversibilidad temporal de la modalidad de trabajo, enfatizando así la importancia de estructuras claras y adaptadas a la nueva dinámica laboral.

### Definición de procesos efectivos.

El teletrabajo no solo implica un cambio de ubicación, sino una reevaluación de los procesos internos. Esta adaptación es esencial para mantener la productividad y la eficiencia, donde la tecnología con enfoque en la gestión remota se convierte en una herramienta estratégica al optimizar los procesos laborales.

Esto incluye definir los canales de comunicación entre el teletrabajador y la empresa. Asimismo, se debe especificar los momentos o condiciones que ameritan el retorno a las oficinas físicas, establecer mecanismos de supervisión, detallar el mantenimiento del equipo asignado y definir con precisión los procedimientos para aplicar la reversibilidad, incluso de manera temporal, asegurando así una transición fluida y eficiente.

### Comunicación constante y efectiva.

La comunicación se convierte en el hilo vital en un entorno remoto, sobre todo para superar los desafíos de la distancia, así como la falta de interacción directa. Afrontar las barreras de comunicación es esencial para fortalecer la conexión entre empleadores y colaboradores. Para ello se deben facilitar las herramientas y/o plataformas necesarias para el diálogo cotidiano, reuniones virtuales, difusión de información y noticias relevantes, etc.

En adición, ante un panorama donde el 48% de las empresas se están concentrando en la innovación y digitalización de los procesos para hacer frente a los retos, de acuerdo con datos de Pandapé, una comunicación personalizada y automática puede ser garantizada mediante la adopción digital.

### Flexibilidad y bienestar de los colaboradores.

La flexibilidad se convierte en una moneda de cambio en el panorama actual, donde las empresas deben ser flexibles para abrazar los nuevos modelos de trabajo híbridos o a distancia y responder así a las necesidades de los colaboradores, buscan este tipo de beneficios, lo cual también se traduce en un mayor equilibrio en su vida laboral. Aquí, el bienestar no puede pasar desapercibido en el contexto de la nueva normatividad.

Para impulsar este factor es necesario hacer uso de las herramientas digitales adecuadas para promover la prevención de riesgos y enfermedades, hasta evitar el aislamiento mediante dinámicas, charlas con expertos en psicología y una política muy clara de respeto a la privacidad, a la jornada laboral y el derecho a la desconexión.

En conclusión, mientras que cumplir con la NOM-37 es esencial, la optimización del entorno laboral va más allá de las obligaciones normativas. Las empresas deben abrazar un cambio integral, desde la formulación de políticas claras hasta la promoción del bienestar de los colaboradores. La clave radica en adoptar soluciones que también impulsen la transformación positiva, construyendo entornos laborales ágiles, conectados y resilientes. En este nuevo paradigma, no solo se trata de cumplir, sino de prosperar e impulsar la conexión.

FUENTE: PANDPÉ



Ocuparte  
en tramitar

tu INE

es imaginarse cosas  
grandes.



**1**

IDENTIFICA  
POR QUÉ LA TIENES  
QUE ACTUALIZAR.  
(MÁS INFO EN INE.MX)



**2**

HAZ UNA CITA EN:  
INE.MX O MARCA  
AL 800 433 2000



**3**

¡LLEVA TODOS  
TUS DOCUMENTOS  
VIGENTES!

(CURP, ACTA DE NACIMIENTO  
ORIGINAL, IDENTIFICACIÓN OFICIAL,  
COMPROBANTE DE DOMICILIO)



**4**

NO FALTES  
A TU CITA



**5**

RECÓGELA



**6**

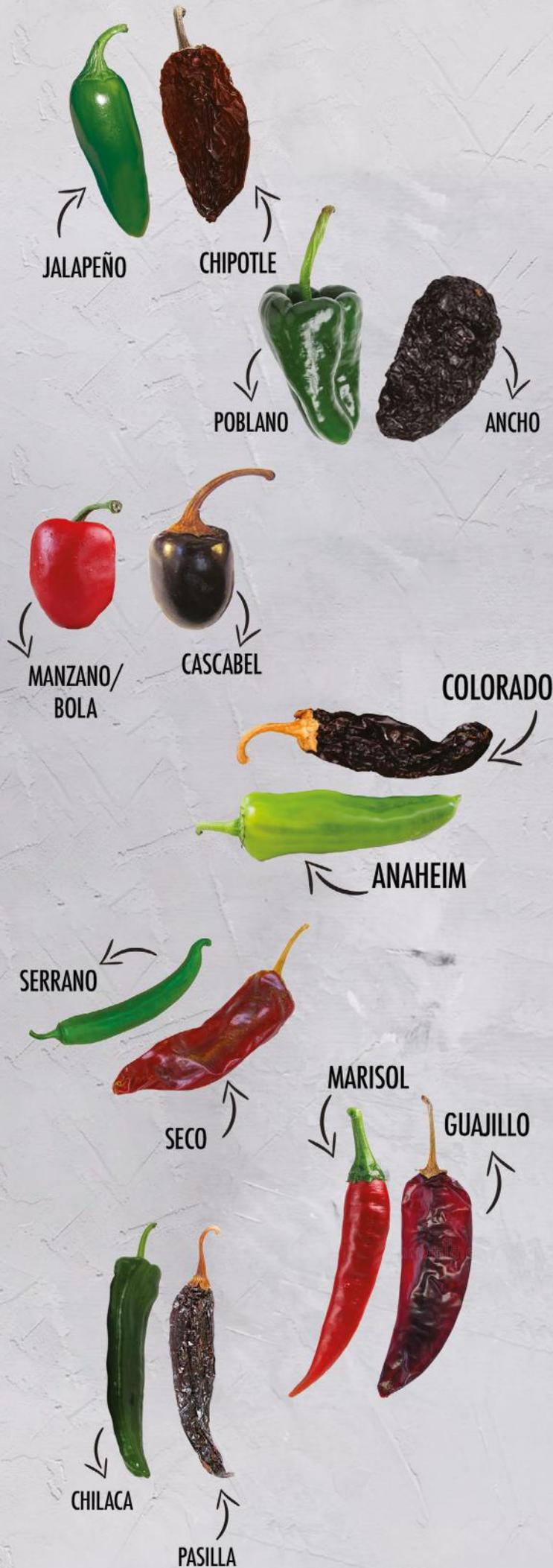
CÓMPRATE UN CAFECITO  
POR SER UN CIUDADANO  
EJEMPLAR.

#Me  
Veo

\*Siempre proporciona documentos e información verídica al INE.

[meveo.mx](http://meveo.mx)

CHILE FRESCO Y CHILE SECO



Fuente: GOURMET DE MÉXICO

¿Alguna vez has visto a un animal feliz en el logo de un producto alimenticio?



**NotCo**  
revela la verdad  
detrás de  
las sonrisas  
**FALSAS**

NotCo, la empresa líder de tecnología alimentaria que utiliza inteligencia artificial para crear alimentos plant-based, está decidida a revolucionar la forma en que los consumidores perciben la industria alimentaria con su innovadora campaña, *Not So Happy Animals*.

La iniciativa tiene como objetivo desacreditar la representación idílica de animales felices en los logotipos de productos alimenticios, dejando ver el marcado contraste entre estas imágenes y las condiciones reales que enfrentan los animales en la cadena de suministro de alimentos. NotCo quiere desafiar la narrativa convencional al abogar por un cambio hacia alternativas plant-based que no solo son deliciosas, sino también producidas de manera ética y sostenible.

A partir de hoy, cualquier persona en México puede visitar [nothappy.com](http://nothappy.com) y escanear los logos de animales comúnmente encontrados en espacios públicos. Al escanear el código y entrar al sitio web, el logotipo cobrará vida utilizando la realidad aumentada y revelará un mensaje sobre el animal en forma de canción. También dirigirá a las personas para descubrir y comprar con descuento los productos de NotCo, creados por chefs con la ayuda de la inteligencia artificial exclusiva de la marca. Matías Muchnick, CEO y cofundador de NotCo, expresó su entusiasmo por la campaña, afirmando: si realmente queremos cambiar la conversación, debemos ser audaces.

**Estamos utilizando esta idea simple pero poderosa.**

¿Por qué tener logotipos de animales felices si realmente venden animales muertos?; Con esto, buscamos iniciar un diálogo proactivo sobre el origen de lo que comemos. La campaña *Not So Happy Animals*; va más allá de la superficie para revelar, de manera irónica, la realidad "detrás de escena" de la cadena de suministro de alimentos, invitando a los consumidores a tomar decisiones informadas que estén alineadas con sus valores.

Como parte de la campaña *Not So Happy Animals*, NotCo invita a los consumidores a explorar el portafolio de productos plant-based que replican el sabor y la textura de los alimentos tradicionales de origen animal a un precio de descuento. Al cambiar a alternativas de comida plant-based, los consumidores pueden contribuir a prácticas más sustentables mientras disfrutaban de experiencias culinarias igualmente deliciosas.

**Únete a NotCo en la transformación de la narrativa de la industria alimentaria. Sigue a @Notco.mx en redes sociales y participa en la conversación.**

# ¡DESARROLLO EN VENTA CASA OLIVO!



- SUMÉRGETE EN EL ENCANTO DE NUESTRO NUEVO DESARROLLO RESIDENCIAL, DONDE LA ELEGANCIA SE FUSIONA CON LA COMODIDAD.



VENTAS: 777 477 8184

## FESTEJARÁ MÉXICO CENTENARIO EN LA COPA DAVIS CON POSIBILIDADES DE GANAR

Por: Jorge Martínez Cedillo.



México festejará su primer centenario en la Copa Davis con la convicción de darle una gran satisfacción a la afición mexicana, cuando el equipo nacional se enfrente a su similar de Dinamarca en la localidad de Zapopan, Jalisco, donde el equipo nacional buscará el triunfo para llegar a la fase de eliminación del Grupo Mundial, al que no se ingresa desde hace 34 años.

Así lo informó en entrevista el organizador del evento y socio de la empresa Tennis Showdown, José Escalante de la Hidalga, luego de señalar que el encuentro es parte de la serie de play off del grupo uno entre México y Dinamarca, y se realizará en la localidad de Zapopan Jalisco, los días 3 y 4 de febrero próximo, en las instalaciones del Club Hacienda San Javier.

Escalante de la Hidalga, refirió que “va a estar increíble que vengan a México jugadores de gran nivel porque será una competencia muy buena para que nuestros jugadores crezcan, además de que creo que hay grandes posibilidades de ganar. Los doblistas mexicanos son muy buenos, entonces en dobles estamos muy bien cubiertos y en singles hay tenistas que están jugando increíble”.

En este sentido, agregó que, México tiene grandes posibilidades de vencer y pasar a la fase de eliminación para regresar al Grupo Mundial, competencia que se considera como el mundial de tenis, porque a diferencia de los otros torneos, los competidores no se inscriben en lo personal, sino que se registran, por medio de su Federación como un equipo para tratar de ganar la famosa Ensaladera de Plata.

José Escalante, hizo un reconocimiento a la afición nacional, “porque cuando tú ves, por ejemplo, el abierto mexicano, que es el torneo más grande que tenemos aquí, en los partidos de semifinal femenil o varonil, en el estadio, mientras en otra cancha está jugando dobles un mexicano, todo el mundo se agolpa en esa cancha, para verlo, aunque sea menos importante ese partido”. Lo anterior, enfatizó, muestra que sólo tener un mexicano volvería a hacer lo que queremos: Tener la gran oportunidad de volver a tener series de Copa Davis de primer mundo.

Recordó que Jalisco tuvo este año más torneos que en toda Argentina, “eso le da mucha fuerza para que vayan a ver a México, y la pasión es fuerte, yo creo que va a ser muy estimulante”.

## GUADALAJARA COMO SEDE DEL MUNDIAL DE FUTBOL 2026

Guadalajara será una de las sedes de la Copa Mundial de Fútbol 2026, torneo que se celebrará en América del Norte, y será el Estadio Akron casa de las Chivas de Guadalajara el anfitrión de los partidos internacionales. A realizarse en los meses de junio y julio de 2026, será la primera vez en la historia que la Copa Mundial de Fútbol se llevará a cabo en 3 países y 16 ciudades de Norteamérica. En México se tendrán 3 ciudades anfitrionas: Ciudad de México, Guadalajara y Monterrey.

De esta forma, la Perla Tapatía volverá a ser parte de la historia debido a que por tercera ocasión será anfitriona de uno de los eventos internacionales más importantes tras haber sido sede de las Copas del Mundo en los años 1970 y 1986. Además, en esta ocasión la Copa tendrá un cambio de formato sin precedentes, contando con 48 equipos participantes y 104 partidos, siendo 16 equipos y 40 partidos más que en la última edición.

El calendario de partidos se anunciará el domingo 4 de febrero a través de un programa en directo que se retransmitirá en Canadá, México y Estados Unidos mediante los socios audiovisuales de la FIFA, y en todo el mundo mediante las plataformas de la entidad para los aficionados. En el programa se anunciará la distribución de partidos a jugarse en cada una de las ciudades anfitrionas, los partidos inaugurales, así como el recinto que acogerá la final.

El Estadio Akron será el anfitrión de la ciudad, el cual cuenta con una capacidad para más de 45 mil aficionados y está compuesto por cinco niveles. El recinto se diseñó de tal forma que se fusiona parcialmente con el paisaje de la zona y hace alusión a la figura de un volcán.

Actualmente, la ciudad jalisciense tiene dos clubes de primera división: Club Deportivo Chivas Guadalajara (con una política de jugadores nacidos en casa) y Los Zorros de Atlas. Chivas es uno de los diez miembros fundadores de la Primera División de México y solía tener la franquicia de Chivas USA, que disputó la Major League Soccer estadounidense entre 2005 y 2014 en Los Ángeles.

Como en la mayoría de las ciudades mexicanas, el fútbol se juega diariamente en las calles y en los parques. Pero la ciudad de Guadalajara está impulsando aún más ese fenómeno, habiendo establecido numerosos proyectos para promover el deporte en escuelas con el objetivo de enseñarle a los chicos estilos de vida saludables, desarrollar valores sociales y generar hábitos de trabajo en equipo.

Guadalajara se ha convertido en un referente en materia de turismo deportivo ya que ha albergado distintos eventos de este ramo, como los Juegos Olímpicos de México 1968, los Juegos Panamericanos de 2011 y los Gay Games de 2023, además de ser reconocida como la Capital Mundial del Deporte en 2020 y 2021, reafirmando su capacidad para albergar eventos deportivos de talla internacional.





# CUÁLES SON LAS VACUNAS QUE DEBE TENER MI MASCOTA

M.V.Z Miguel Ángel López

El sistema inmunológico es el encargado de producir muchas de las células que defienden al organismo de dichos agentes. Al nacer, no ha madurado lo suficiente por lo que las células de defensa son proporcionadas por la leche de la madre en forma de calostro. Posteriormente, al ir madurando paulatinamente irá fabricando la cantidad necesaria para defenderlo.

Las vacunas han sido diseñadas para estimular al sistema inmunológico para la producción de defensas específicas contra una enfermedad; consisten en la introducción al organismo de un microorganismo (ya sea virus o bacteria) modificado o atenuado con el fin de poner al sistema inmunológico de la mascota a fabricar defensas contra esa enfermedad. Las vacunas ayudan a prevenir la enfermedad, no a curarla.



Es muy importante aplicar las vacunas en la edad adecuada y además únicamente deben ser administradas en animales sanos.

Adicionalmente a las vacunaciones, las mascotas también deben ser desparasitadas. Los cuadros de vacunación y desparasitación son implementados de acuerdo al país, zona geográfica y criterio del médico veterinario, por lo que es siempre muy importante consultarlo para saber cuándo aplicarlas.



## PERROS

A las 6 semanas parvovirus y moquillo canino; a las 8 semanas polivalente (parvovirus, moquillo, parainfluenza, hepatitis canina y leptospirosis); a las 12 semanas refuerzo de polivalente; a las 16 semanas refuerzo de polivalente y rabia. Posteriormente cada año refuerzo de polivalente y rabia.



## GATOS

En cuanto a los gatos se recomienda la aplicación a las 8 semanas de la vacuna trivalente (panleuconia, calicivirus y rinotraqueítis), a las 10 semanas leucemia felina, a las 12 semanas la 2ª dosis de trivalente, a las 14 semanas la 2ª dosis de leucemia y a las 16 semanas rabia.



La mejor decisión que podemos tomar para la salud de nuestra mascota es llevarla regularmente al médico veterinario para que nos recuerde puntualmente cuando es necesario aplicarle vacunas o realizarle desparasitaciones. Además, él siempre nos podrá recomendar la mejor opción desde el punto de vista nutricional, que consista en un alimento Premium o Super Premium de calidad para alargar su calidad de vida.



FUENTE:



GRUPO PM



## ¡Inicia el año uniéndote al esquema de distribuidos de micoco!

**GARANTÍA DE VENTA**

SI NO LAS VENDES EN TRES MESES NOS LAS DEVUELVES

Aceite de coco RBD



- VENTAS GARANTIZADAS
- SIN MÍNIMO DE COMPRA
- ASESORÍA TÉCNICA GRATUITA
- DIFERENTES PRESENTACIONES
- ENTREGA INMEDIATA A TU DOMICILIO
- IDEAL PARA HELADOS, COBERTURAS, CONFITERÍA, FRITURAS.



[micoco.com.mx](http://micoco.com.mx)



33 1197 4396

# AGILIZA LA DECLARACIÓN ANUAL

Por: Jorge Cervantes



## AUTOMATIZA LA DESCARGA MASIVA DE TUS CFDIS CON BOX FACTURA

En este 2024, los especialistas en gestión contable y fiscal pronostican que el Servicio de Administración Tributaria (SAT) reforzará sus capacidades tecnológicas; lo que le permitirá tener mayores facultades de comprobación, con la finalidad de lograr una mayor fiscalización mediante diversas herramientas digitales.

Si bien, no veremos cambios sustanciales en materia de impuestos y su recaudación, el 2024 sí conlleva retos tecnológicos para las empresas de todos los tamaños. Además de las cartas invitación para cumplir con el pago de impuestos, se espera que el SAT realice revisiones con mayor profundidad y esto obligará a las empresas a redoblar sus esfuerzos para asegurarse de cumplir a cabalidad con sus declaraciones.

Es en esta coyuntura que las herramientas de *Box Factura* cobran gran relevancia, pues ante la obligación de presentar la declaración anual, será fundamental tener completos y en orden todos los comprobantes fiscales (CFDI). *Box Factura* ofrece diferentes herramientas para garantizar la descarga masiva tanto para emprendedores como para personas físicas y empresas pequeñas, medianas y grandes.

*Box Factura* ofrece a las empresas una serie de servicios que tienen el objetivo de simplificar y optimizar la recepción, validación, almacenamiento y análisis de los documentos fiscales. Todas sus soluciones y herramientas garantizan la seguridad, integridad y disponibilidad de los CFDIs, ayudando con ello a facilitar y agilizar el cumplimiento de las obligaciones fiscales, ahorrando tiempo, dinero y esfuerzo en la gestión fiscal para que las empresas puedan dedicarse a lo que realmente importa: hacer crecer el negocio.

El 2023 fue un año atípico y particularmente complejo debido a la transición del CFDI 3.3 a la versión CFDI 4.0. Por ello, en 2024, para una adecuada declaración anual, será necesario que las empresas tengan la capacidad de revisar que todas las facturas estén correctamente configuradas. Cuando el volumen es demasiado grande, no hay otra manera que usar una solución de Descarga Masiva.

### Para emprendedores y pequeñas empresas:

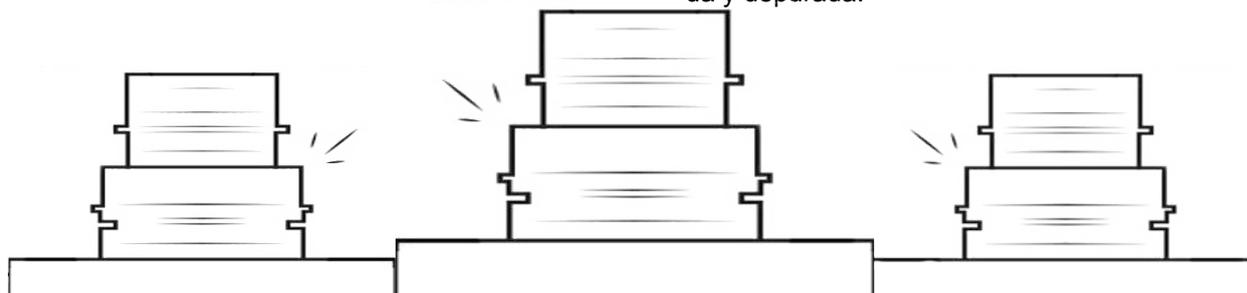
En 2023, *Box Factura* lanzó Descarga Masiva Gratis, para ayudar a los emprendedores a detectar oportunamente y de manera automatizada, los errores más comunes que se derivaron de la transición a CFDI 4.0. Una etapa que se caracterizó por una gran cantidad de errores relacionados a la captura de campos como: el código postal y el régimen fiscal.

Con *Box Factura*, es posible, no solo descargar miles de facturas rápidamente. Con sus herramientas podrás evitar duplicados y detectar cuáles de las facturas recibidas contienen información errónea, lo que ayudará a las PyMEs a tomar las medidas que se requieran para maximizar la deducibilidad y evitar sanciones por parte de Hacienda.

“Descarga Masiva Gratis, es y siempre será gratuita, te permitirá descargar más de 2 mil CFDIs diarios, no requiere licencia y se actualiza constantemente para estar en cumplimiento con las nuevas disposiciones del SAT, no tiene un límite de usuarios, y se puede instalar en tantos dispositivos como se requiera y para todos los RFCs que sea necesario, lo pensamos como un apoyo real a los emprendedores y las PyMEs”, reitera Rafael Soto, CEO de *Box Factura*.

Para grandes volúmenes, la solución robusta: Descarga Masiva Premium. En términos de Descarga Masiva, *Box Factura* cuenta con una de las soluciones más completas del mercado, Descarga Masiva Premium, permite la recuperación de hasta 200,000 CFDIs por solicitud y en el proceso también automatiza la detección y eliminación de duplicados.

Esta herramienta se complementa con un servicio de Bóveda Digital que permite almacenar en la nube todos los CFDIs de una empresa, sin importar el número de razones sociales que tenga y acceder a toda la información a través de la nube, bajo los más altos estándares de ciberseguridad, llegado el momento de preparar la declaración anual. Esta herramienta será fundamental para contar con toda la información ordenada y depurada.



# PONLE SABOR A TUS REUNIONES



[www.tiendadulcesmiguelito.com](http://www.tiendadulcesmiguelito.com)

# ¡KATAPLUM! <sup>MR</sup>

PARQUE DE DIVERSIONES



Lunes

**2X1**

Incluye 30 atracciones  
con tu Kataporte

Compra aquí  
o en taquilla



Un parque de diversiones tan grande  
que tiene un Centro Comercial

Centro Comercial Parque Las Antenas,  
Av. Canal de Garay 3278, La Esperanza, CDMX. Sobre Periférico Oriente.