

Marzo 2020  
No. 367 Año 30

# PAN

*El mundo del*

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



## CONSEJOS TÉCNICOS PANADERÍA VEGANA

SNACKING  
SALUDABLE

BEBIDAS ALCOHÓLICAS  
EN POSTRES Y PASTELES



HARINA DE TRIGO



SÚPER

INDEPENDENCIA

HARINA DE SELECCIÓN

MULTIUSOS PARA PANIFICACIÓN

HARINERA  
ANÁHUAC

HARINA DE TRIGO ADICIONADA CON ÁCIDO FÓLICO,  
ZINC Y HIERRO, RESTITUIDA CON VITAMINA B1,  
VITAMINA B2 Y VITAMINA B3

CONT. NET. 44 KG





HARINERA  
ANÁHUAC

---

HACEMOS MÁS  
QUE HARINA

---



[www.harineraanahuac.com.mx](http://www.harineraanahuac.com.mx)  
Tels.: (55) 6720 8100 con 30 líneas. LADA sin costo 01 800 711 3834





# O-tentic

Lo que viene del pasado,  
sobrevivió por una buena razón...



Extracto activo de masa madre.

**Es tiempo de volver a:**

- El auténtico sabor del pan de antaño.
  - Miga suave y húmeda.
  - Corteza dorada y crujiente.
  - Apariencia artesanal.

**Puratos**  
Salud y pasión de fermentar

Pedidos: 7797969201 • 8005008500 • [www.puratos.com.mx](http://www.puratos.com.mx) •     [puratosmexico](https://www.puratosmexico.com)





SABORES FRUTALES  
PARA TODAS TUS  
PREPARACIONES



RINDE  
**20**  
LITROS





## "EL MUNDO DEL PAN"

Revista mensual, Distribución Gratuita

Agremiados a CANAINPA-ASEM,  
Oficinas: Dr. Liceaga No. 96,  
Col. Doctores, Alcaldía Cuauhtémoc,  
CDMX, C.P. 06720,  
Tel. 51 34 05 00,  
e-mail: comunicacion@canainpa.com.mx  
[www.canainpa.com.mx](http://www.canainpa.com.mx)

### Venta de Espacios Publicitarios Tel 5134-0500 ext. 121

Diseño de interiores: Patricia Gutiérrez Reyes. Impresión: Comercializadora de Impresos OM, S.A. de C.V., Tel. 9171.7516, e-mail: comercializadora\_om@hotmail.com

Derechos reservados a CANAINPA. Certificado de licitud de contenido No. 3758 Certificado de Licitud de Título No. 4474; Reserva de Título No. 198-90, de fecha 9 de Octubre de 1989; expedido el 3 de enero de 1990 por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Industriales de la Secretaría de Gobernación. Correspondencia de 2a. clase. PORTE pagado. Publicación periódica PP09-061 AUTORIZADO POR Sepomex, No. 0570590 Caract. 228251703.

Editor responsable en turno: Ing. Carlos Otegui Hernández. Al reproducir las colaboraciones se acredita a la fuente, por lo cual los editores declinan cualquier responsabilidad derivada de la veracidad de los datos estadísticos y de cualquier otra índole, aceptando el material publicado con criterio ético.

El material publicitado se acepta con criterio ético, pero los editores declinan cualquier responsabilidad respecto a la veracidad y legitimidad de los mensajes contenidos en los anuncios.

### "AVISO DE PRIVACIDAD"

CÁMARA NACIONAL DE LA INDUSTRIA PANIFICADORA Y SIMILARES DE MÉXICO, con domicilio en Dr. Liceaga 96, Col. Doctores, Delegación Cuauhtémoc, C.P. 06720, Ciudad de México; de conformidad con lo dispuesto en la Ley Federal de Protección de Datos Personales en Posesión de los Particulares, hace de su conocimiento lo siguiente:

El presente Aviso se emite a efecto de garantizar la privacidad, el respeto y obligaciones que la Cámara Nacional de la Industria Panificadora y Similares de México, tiene con relación al uso adecuado de la información de sus afiliados; así como de terceros con los que se tenga o pretenda iniciar una relación cualquiera que sea su carácter. Los datos personales recabados serán protegidos y tratados en el sistema de datos personales capturados por la CANAINPA-PANADEROS DE MÉXICO, ya que la finalidad de los mismos serán utilizados para publicidad de los productos y servicios de la industria. Para mayor información podrá encontrar nuestro Aviso de Privacidad en la página: <http://www.canainpa.com.mx>.

CANAINPA-PANADEROS DE MÉXICO está comprometida con la transparencia, seguridad y privacidad de los Datos personales de sus afiliados, por lo que se compromete y obliga a observar y cumplir con los principios de licitud, información, calidad, finalidad, lealtad, proporcionalidad y responsabilidad previstas en la Ley.

**ATENTAMENTE**  
**CÁMARA NACIONAL DE LA**  
**INDUSTRIA PANIFICADORA**  
**Y SIMILARES DE MÉXICO**

Año 30  
Número 367



Los panes que aparecen en la portada de la revista El Mundo del Pan del mes de Marzo de 2020 fueron elaborados por la cafetería La Ruta de la Seda.



**Ing. Carlos Otegui Hernández**  
Presidente

**Lic. Borja Esteban Martínez**  
Director General

**Lic. Brenda García Bermúdez**  
Dirección General Adjunta

**Lic. Héctor Velázquez Cano**  
Dirección Jurídica

**Lic. Manuela Panamá Herrera**  
Gerente de Relaciones  
Interinstitucionales y de Representación

**Lic. Lilian Lara Chiñas**  
Gerencia de Comunicación

**Quejas y Sugerencias**  
[quejas-sugerencias@canainpa.com.mx](mailto:quejas-sugerencias@canainpa.com.mx)

### REVISTA EL MUNDO DEL PAN

**Lic. Lilian Lara Chiñas**  
Gerencia de Comunicación

**Fernanda Michel García Saucedo**  
Trabajo Editorial y Community Manager

**Daniel Misael Ramírez Maldonado**  
Diseñador Gráfico



**Ing. Erick Navarrete Aguilar**  
Presidente de ASEM

**Lic. María Luisa Arrieta Hernández**  
Directora

**Lic. José Roberto Pérez**  
Dirección Jurídica

**Lic. Rafael Patiño Frutos**  
Laboral

**Lic. René Salas Silva**  
Reglamentos, PROFECO y Salubridad

**Lic. Gustavo Carrasco Rosas**  
Gerencia Fiscal, Administrativo  
y Seguridad Social

**Quejas y Sugerencias**  
[quejasysugerencias@asemdeldf.org](mailto:quejasysugerencias@asemdeldf.org)

### COLABORADORES

**Francisco Alejandro Juárez de la Rosa**  
Instructor Pastelero

**Lic. Gustavo Carrasco Rosas**  
Gerencia Fiscal, Administrativo  
y Seguridad Social

**Lic. Santiago Paz Juan de Dios**  
Consultor de panaderías



# CONTENIDO

## EDITORIAL

5

## DELEGACIONES CANAINPA

6

## CONSULTORIO FISCAL

"Cumplimiento Espontáneo de las  
Obligaciones Fiscales"

8

## INDICADORES FINANCIEROS

10

## FINANZAS

Registros Biométricos

12

## PARA EMPRESARIOS

Sistemas de Recompensas  
en la Panadería

14

## PARA EMPRESARIOS

"Perfil o Descripción de Puestos"

18

## ESTADÍSTICAS

Consumo de Pan en México

23

## PARA EMPRESARIOS

Restricción del Uso de Bolsas  
de Plástico

27

32

## TENDENCIAS

Lo Saludable del Snacking



## CONSEJOS TÉCNICOS

Panadería Vegana

36

## EVENTOS ESPECIALES

NOM-35 como Factores de Riesgo  
Psicosocial, Identificación y  
Prevención

43

48

## HABLEMOS DE INGREDIENTES

Bebidas Alcohólicas en Postres  
y Pasteles



## PANES OLVIDADOS

Cazuela y Chicharrones

52

## EL PAN EN EL MUNDO

El Pan en Venezuela

58

62

## ESTE MES CELEBRAMOS

Mujeres en la Pastelería y Repostería



68

## RECETAS

Hojaldra



## RECETAS

Mousse de Mandarina

69

## PERSONAS DESAPARECIDAS

70

## LE RECORDAMOS

71

## INDICADORES AGRÍCOLAS

72





*Llegó el momento  
de renovarnos.*

En **Ilsa Frigo®** siempre buscamos ofrecer calidad y variedad a nuestros clientes, por eso ahora contamos también con área de panadería para brindarles la posibilidad de poder crear de forma más sencilla deliciosos pasteles.

Pregunte por nuestros mamones en pan estilo americano y pan esponja en sabores de Vainilla y Chocolate.

**Nueva  
Imagen**

CREMA BATIDA  
FRIGO CHANTILLY®.



CREMA PASTELERA  
manga de 1 kg.



MAMONES de 8 y 10 pulgadas.

Calle San Andrés No. 24, Col. San Andrés, Azcapotzalco, CDMX, CP.02240.  
Tel. (55) 53834646, [ventas@ilsafrigo.com.mx](mailto:ventas@ilsafrigo.com.mx)



# Editorial



Los industriales, seguimos actualizándonos para innovar y aprovechar las nuevas tendencias en el mundo de la alimentación.

Hoy en día se promueve una vida sana y el cuidado de la salud. Procurar este hábito a través de ejercicio y una alimentación balanceada, se ha convertido en una tendencia en pro de elevar la calidad de vida.

Tal es el caso del Snacking saludable, que podría convertirse en una oportunidad para el sector panadero de aumentar el consumo del pan con diferentes opciones.

Por otro lado, la industria de la panificación debe permanecer informada sobre los cambios que surgen y en este número de la revista El Mundo del Pan, encontrará la Prohibición del Uso de las Bolsas de Plástico, en la cual, existen muchas dudas, no sólo en los consumidores, los comerciantes e industriales.

Finalmente sabemos que la información, la asesoría adecuada y la capacitación continua son factores importantes para nuestros socios, es por eso que le refrendamos nuestro compromiso de llevarle lo más relevante para el trabajo diario y la planeación de su negocio.

Ing. Carlos Otegui Hernández

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'C. Otegui Hernández', positioned below the printed name.

PRESIDENTE

# DELEGACIONES CANAINPA

## CAMPECHE

Carretera Antigua Campeche  
Tel. 01 981 817 5117  
Hampolol km. 1 s/n Interior,  
Col. La Mielera frente a Solidaridad,  
C.P. 24560, San Francisco de  
Campeche, Campeche  
Correo electrónico:  
canainpacampeche@hotmail.com

## DURANGO

Lázaro Cárdenas No. 220 Nte.,  
Tel. 01 618 817 1484  
Col. Real Del Prado, C.P. 34080,  
Durango, Durango.  
Correo electrónico:  
ricopanl@prodigy.net.mx

## REGIÓN OCCIDENTE (COLIMA, JALISCO Y NAYARIT)

Sede Guadalajara, Jalisco  
Tel. 01 332 106 8438  
Av. Faro No. 2350, Col. Verde Valle,  
C.P. 44550, Guadalajara, Jalisco.  
Edificio Mind, México Innovación y  
Diseño  
Correo electrónico:  
mariojimenez@canainpa.com.mx

## MONTERREY

Alfredo Garza Ríos No. 1300,  
Tel. 01 818 359 6801  
Col. Arturo B. De La Garza,  
C.P. 64730, Monterrey, Nuevo León.  
Correo electrónico:  
panypastelesmaggy@hotmail.com

## MORELIA

Trabajadores de Recursos  
Tel. 01 443 313 8150  
Hidráulicos 36-A, Planta Alta, Esq. con  
Trabajadores de la Educación  
Col. FOVISSSTE Morelos C.P. 58120,  
Morelia, Michoacán.  
Correo electrónico:  
canainpamichoacan2013@hotmail.com

## MORELOS

48 Norte Esq. 4 Este Mz. 119, LT-16,  
Tel. 01 777 320 4320  
Col. Civac, C.P. 62578,  
Jiutepec, Morelos.  
Correo electrónico:  
pan\_pasteles\_laoncha@live.com.mx

## OAXACA

Palmeras No. 521, Col. Reforma,  
Tel. 01 951 515 1629  
C.P. 68050, Oaxaca, Oaxaca.  
Correo electrónico:  
panii\_passt\_reforma@hotmail.com

## TABASCO

Sarlat 202, Col. Centro,  
Tel. 01 993 134 1828  
C.P. 86000, Villahermosa, Tabasco.  
Correo electrónico:  
levadurabakery@outlook.com

# REPRESENTACIONES

## AGUASCALIENTES, AGUASCALIENTES

Fresnillo No. 208,  
Tel. 01 449 114 0185  
Col. La Fe, C.P. 20050,  
Aguascalientes, Aguascalientes.  
Correo electrónico:  
k.romero\_15@hotmail.com

## PACHUCA DE SOTO, HIDALGO

Abasolo No. 1100 I-B, Col. Centro,  
Tel. 01 771 715 0410  
C.P. 42000, Pachuca, Hidalgo.  
Correo electrónico:  
amendez.0760@gmail.com

## TIJUANA, BAJA CALIFORNIA NORTE

Av. Ruta Independencia, No. 21707,  
Tel. 01 664 645 6160  
Col. Fracc. Las Américas Plaza  
Colorado, C.P. 22215, Tijuana, Baja  
California Norte.  
Correo electrónico:  
elmejorpandetecate65@hotmail.com

## TOLUCA DE LERDO, EDO. DE MÉXICO

Álamos No. 3, Col. Casa Blanca,  
Tel. 01 722 160 3989  
C.P. 52140, Metepec, Estado de México.  
Correo electrónico:  
bunn\_sauces@hotmail.com

## TULA DE ALENDE, HIDALGO

Pasaje Zaragoza No. 17, Col. Centro,  
Tel. 01 773 732 0825  
C.P. 42800, Tula de Allende, Hidalgo.  
Correo electrónico:  
laflordehidalgo@yahoo.com

## SAN LUIS POTOSÍ, SAN LUIS POTOSÍ

Amado Nervo No. 705,  
Tel: 01 444 813 9049  
Col. Del Valle, C.P. 78200,  
San Luis Potosí, San Luis Potosí  
Correo electrónico:  
lasuperior1@gmail.com;  
dailcoga@hotmail.com





## Conviértase en un profesional certificado de la panificación a través de BakePro

AIB International es considerado como el asesor de confianza para la industria de la panificación a nivel mundial. A través de un siglo de experiencia práctica y de nuestros programas de consultoría, los panaderos aprenden a solucionar problemas en tiempo real, aplicando sus nuevas habilidades y conocimientos.

Al tomar la certificación BakePro, cada participante está inscrito en dos cursos básicos de panificación en línea. Tras completar los cursos en línea, se pueden seleccionar hasta tres tipos de productos en los cuales enfocarse:

- Pan artesanal
- Bollos de hamburguesa o hot dog
- Galletas dulces y saladas
- Donas de masa o levadura
- Croissants y pan dulce
- Pasteles y pays
- Panes planos y pizza
- Tortillas de maíz o harina
- Pastelillos, muffins y panes sencillos

La consultoría para cada tipo de producto consiste en una visita de cinco días, donde uno de nuestros expertos trabajará junto a los participantes en el control del proceso, la función de los ingredientes, la calificación del producto y la resolución de problemas para cada tipo de producto específico. La adición de nuevos ingredientes y la certificación libre de gluten también pueden ser incluidas.

Los expertos de AIB International continuarán asesorando a los BakePro certificados por un período de seis meses, asegurando la retención y aplicación de las nuevas habilidades.

**Comuníquese con nosotros para proporcionarle mayor información:**  
**01-800-300-5608 - [aiblatinamerica@aibinternational.com](mailto:aiblatinamerica@aibinternational.com)**

# “CUMPLIMIENTO EXPONTÁNEO DE LAS OBLIGACIONES FISCALES”

CONSULTORIO FISCAL



**E**l artículo 31 fracción IV de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, establece la obligación de todos los mexicanos de contribuir con el gasto público, ya sea de la Federación, Estados y Municipios de manera proporcional y equitativa, mediante el pago de Impuestos, Aportaciones de Seguridad Social, Contribuciones de Mejoras, Pago de Derechos, Aprovechamientos y los Accesorios.

Si bien es cierto, la determinación de las contribuciones de manera primordial está a cargo de los propios contribuyentes; también resulta cierto, que en la actualidad, dicha autodeterminación quedó superada, en razón del cruce de información, que es proporcionada y alimentada en las Plataformas Digitales de las autoridades fiscales, ya sea por parte de propio contribuyente, o de sus proveedores y clientes, así como por parte de otras

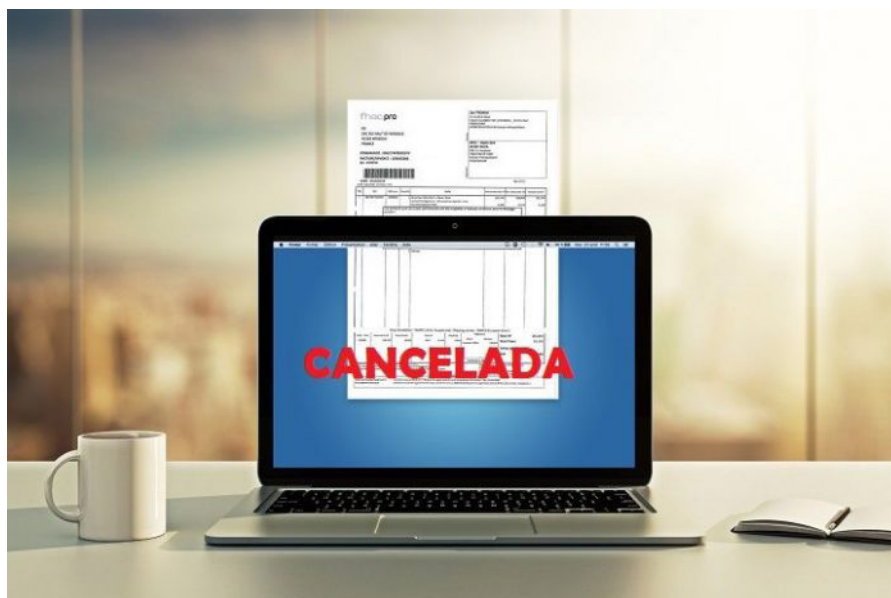




autoridades fiscales que guarden una relación impositiva con el contribuyente; por lo que solo basta ingresar a los Portales de Internet de dichas autoridades, para obtener la determinación de impuestos, así como la Línea de Captura para su pago, ya sea mediante depósito bancario o transferencia electrónica.

el carácter de cumplidos, ahora se encuentren en una situación económica inestable por la falta de liquidez, ocasionando el incumplimiento de dichas obligaciones y tener con una opinión negativa por parte de las autoridades fiscales.

Cabe mencionar que nuestra Legislación Fiscal establece los plazos para cumplir con las obligaciones tanto fiscales como de seguridad social, a fin de evitar la imposición de multas cuantiosas y la cancelación del certificado de sello digital para emitir CFDI's, y el bloqueo de la Firma Electrónica Avanzada (FIEL); sin embargo en la actualidad muchos de los contribuyentes que anteriormente tenían



## HISTÓRICO INFLACIÓN MENSUAL

2019	
Febrero	-0.03%
Marzo	0.39%
Abril	0.05%
Mayo	-0.29%
Junio	0.06%
Julio	0.38%
Agosto	-0.02%
Septiembre	0.26%
Octubre	0.54%
Noviembre	0.81%
Diciembre	0.81%

2020	
Enero	0.56%
Febrero	<b>0.48%</b>

INFLACIÓN MENSUAL  
(Febrero)  
**0.48%**

INFLACIÓN ANUAL  
(FEB 19 - FEB 20)  
**3.24%**

**SALARIO MÍNIMO GENERAL**  
**\$ 123.22**

**SALARIO MÍNIMO GENERAL  
EN FRONTERA NORTE  
DE MÉXICO**  
**\$ 185.56**

**Fuente:** BANCO DE MEXICO INPC  
(INDICE NACIONAL DE PRECIOS  
AL CONSUMIDOR)



Ahora bien, es preciso manifestar que el no cumplir con las obligaciones fiscales y de seguridad social, dentro de los plazos legales establecidos en la Ley Fiscal, no genera de manera inmediata la imposición de las sanciones antes señaladas, sino que necesariamente deberá de existir previamente una notificación personal en el domicilio del contribuyente, por parte de la autoridad fiscal, en donde se le haga de su conocimiento el Oficio donde se le impuso la sanción correspondiente, dependiente de la gravedad de la infracción; en consecuencia, si el contribuyente presenta sus declaraciones o el pago de sus obligaciones fiscales

y/o de seguridad social fuera del plazo legal pero antes de que se le notifique la multa respectiva, esta última quedará sin efectos, ante un cumplimiento espontáneo, de conformidad con lo establecido en el artículo 73 del Código Fiscal de la Federación, que establece que no se impondrán multas cuando las obligaciones se hayan cumplido de manera espontánea y sin que la autoridad fiscal haya detectado el incumplimiento.

Por lo que si en el supuesto caso, la autoridad fiscal impone alguna multa por incumplimiento de las obligaciones fiscales, resulta



Inspira tus Recetas

Nuevo

# Queso *tipo* Crema

PASTEURIZADO

- Textura Cremosa
- Fácil incorporación con azúcar, líquidos y licores

3 PRESENTACIONES: 250 g, 500 g y 1kg



EMPRESA  
SOCIALMENTE  
RESPONSABLE

HAZ EJERCICIO Y MANTEN UNA DIETA BALANCEADA

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



/naturaldealimentos



800 201 20 73

NATURAL de alimentos S.A. de C.V. Derechos Reservados



necesario, que el contribuyente revise primero si dicha obligación fue presentada dentro del plazo legal, o bien, fuera del plazo, pero antes de que fuera notificada la multa, en estos dos casos, la multa impuesta quedará sin efectos, al invocar el contenido del artículo 73 del Código Tributario Federal, mediante el recurso administrativo o demanda de nulidad.

Para más información, acuda a la CANAINPA y con gusto le atenderemos.

#### COLABORACIÓN:

Lic. Gustavo Carrasco Rosas  
Gerente Fiscal, Administrativo y  
Seguridad Social  
Tel. 51340500 ext. 131  
[gustavocarrasco@asemdelf.org](mailto:gustavocarrasco@asemdelf.org)

# REGISTROS BIOMÉTRICOS

FINANZAS



## Próximamente los bancos estarán obligados a usarlos

Esta medida fue propuesta desde el año 2017 por la Comisión Nacional Bancaria y de Valores (CNBV), misma que por una prórroga emitida por los mismos bancos, entrará en vigor el 30 de Marzo del 2020.

La finalidad de esta medida es poder crear una base de datos biométricos. Empezaría con el registro de las huellas dactilares de los clientes de

las instituciones crediticias o de ahorro, y evolucionaría paulatinamente con otros elementos como el rostro, voz, iris, entre otros.

Con esto, buscan reducir delitos como el robo de identidad, clonación de tarjetas, o cargos apócrifos; aumentando así, los niveles de seguridad que los bancos ofrecen.



En cifras reales la CNBV emitió un estimado de ahorro por esta medida de 235 millones de pesos al año. Cabe aclarar que al momento de que esta disposición entre en vigor, no será obligatoria por parte de los clientes, ya que se podrá negar a brindar sus datos biométricos firmando una responsiva. Sin embargo, si llegas a ser víctima de robo de identidad o algún fraude, este será pagado por el mismo y no por el banco.

A partir de esta medida, los bancos harán uso de estos datos cuando el cliente haga una operación presencial, como una consulta de saldo con un ejecutivo, retiro de \$10,000.00 pesos en adelante con tarjeta de débito en ventanilla o que éste desee abrir una cuenta.

Los bancos se registrarán por especificaciones de seguridad:

- Establecer controles de acceso de identificación de todos los usuarios de su infraestructura tecnológica o banca electrónica.
- Realizar pruebas constantes para detectar vulnerabilidades y amenazas.
- Deberán garantizar la integridad de la información biométrica almacenada, así como no hacer uso comercial o estadísticos con terceros.



Hasta el momento la CNBV ha aclarado que estas medidas solo se aplicarán para las personas físicas, pero no se descarta que en un futuro próximo esta medida sea adoptada para representantes legales de personas morales.

Para más información acuda a la CANAINPA, donde con gusto le atenderemos.



## COLABORACIÓN:

Juan Manuel Soriano García  
Ing. en Gestión Empresarial  
Tel. 5134 0500 ext. 119  
juanmanuel@asemdelf.org

# SISTEMA DE RECOMPENSAS EN LA PANADERÍA

PARA EMPRESARIOS



Cuando las panaderías son exitosas, tienden a crecer y en algunos casos a expandirse.

El crecimiento en la panadería exige mayor complejidad en los recursos para ejecutar las operaciones, ya que aumenta el capital, se incrementa la tecnología, el uso de personal aumenta, etc.; genera la necesidad de intensificar la aplicación de conocimientos, habilidades y destrezas indispensables para mantener la competitividad de la panadería; así se garantiza que los recursos materiales, financieros y tecnológicos se utilicen con eficiencia y eficacia y que las personas representen la diferencia competitiva que mantiene y promueve el éxito organizacional.

Las personas que trabajan en la panadería lo hacen en función de ciertas expectativas y resultados y están dispuestas a dedicarse al trabajo y a cumplir las metas y los objetivos de la panadería si





esto les reporta algún beneficio significativo por su esfuerzo y dedicación. En otras palabras, el compromiso de las personas en el trabajo dentro de la panadería depende del grado de reciprocidad percibido por dichas personas: en la medida en que el trabajo produce resultados esperados, tanto mayor será ese compromiso. De ahí la importancia de proyectar SISTEMAS DE RECOMPENSAS capaces de aumentar el compromiso de las personas en la panadería.

Las recompensas dentro de la panadería, tales como pagos, ascensos y otros beneficios, son poderosos incentivos para mejorar la satisfacción del empleado y su desempeño. Por ello, se debe desarrollar un diseño e implementación de un SISTEMA DE RECOMPENSAS.

### ■ EFECTOS

Un sistema de recompensas está directamente relacionado con la calidad de vida del empleado y por ende, con la productividad dentro de la empresa. Por ello es importante que el SISTEMA DE RECOMPENSAS sea diseñado de acuerdo a las necesidades de los individuos.

Generalmente, los sistemas de recompensas mejoran cuatro aspectos de la eficacia dentro de la panadería.

1. Motivan al personal a unirse a la organización.
2. Influyen sobre los trabajadores para que acudan a su trabajo.
3. Los motivan para actuar de manera eficaz.
4. Refuerzan la panadería para especificar la posición de sus diferentes miembros.

### ■ EL PAGO

Se le considera como una herramienta para mejorar la satisfacción del empleado y su desarrollo, a partir de lo cual se han desarrollado novedosos esquemas de pago, a continuación se mencionan:



1. Planes de pago basado en las habilidades (producción)
2. Sistema de pagos para toda la fuerza laboral
3. Incremento de salario para todos
4. Sistemas de pago basados en el desempeño
5. Participación en las utilidades
6. Promociones
7. Beneficios colaterales



## ■ PRESTACIONES

1. **PÓLIZAS DE SEGUROS.-** pueden ser de salud, de vida y por accidentes e incapacidad temporal o permanente.
2. **PRESTACIONES INDEPENDIENTES DE LAS ÁREAS COTIDIANAS.-** días festivos o vacaciones, ausencia con goce o sin goce de sueldo, actividades deportivas (gastos de uniformes de empleados).
3. **PRESTACIONES RELACIONADAS CON EL HORARIO.-** flexibilidad de horario.
4. **SERVICIO A LOS EMPLEADOS.-** cafetería o restaurante, apoyo para la educación formal (becas), servicios financieros (préstamos a bajos intereses, financiamiento para compra de vivienda y de vehículos, etc.,).
5. **SERVICIOS SOCIALES.-** gastos de reubicación (hotel, mudanza, depósito para renta de casa).
6. **PARTICIPACIÓN DE UTILIDADES.-** reparto tradicional de utilidades.

Cuando se desea implementar una estrategia en la panadería es importante que todos los individuos se comprometan de manera entusiasta con la ejecución de la estrategia y el logro de los objetivos de desempeño.

Estimado empresario tienes que hacer algo más que hablar con todos acerca de la importancia de implementar estrategias y plantear objetivos para el desarrollo de la panadería. Por más inspiradas

que sean, las palabras rara vez logran que la gente se esfuerce a lo máximo durante mucho tiempo.

Para conseguir el compromiso sostenido de los empleados, la gerencia debe ser ingeniosa para diseñar y usar incentivos de motivación, tanto monetarios como no monetarios.

Mientras más conozca el gerente lo que motiva a los subordinados y cuanto más confíe en los incentivos de motivación como herramienta para la ejecución de la estrategia, tanto mayor será el compromiso de los empleados con la buena ejecución del plan estratégico de la panadería.

Cualquier duda u observación, no dude en acudir a la CANAINPA, donde con gusto le atenderemos.

### COLABORACIÓN:

CIP Santiago Paz Juan de Dios  
Estudios en Economía, Administración  
y Derecho  
[inedemsc@hotmail.com](mailto:inedemsc@hotmail.com)







CANAINPA

DE VENTA EN CANAINPA

# PANADERITOS ARTESANÍA

Para más información:

☎ 51340500 Ext. 102 @ dpromocion@canainpa.com.mx

📍 Doctor Liceaga #96, Col.Doctores, Alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06720, CDMX.

# “PERFIL O DESCRIPCIÓN DE PUESTOS”

PARA EMPRESARIOS

El área de Recursos Humanos dentro de una panadería permite coordinar a las personas necesarias para el funcionamiento de la misma. Para poder lograr esta administración, es necesario realizar un mejoramiento continuo del desempeño y de las aportaciones del personal a la organización.



Si el objetivo es generar una buena administración de los Recursos Humanos, es importante tener una descripción o un perfil de puesto. Se trata de un documento conciso y objetivo que identifica las tareas por cumplir y las responsabilidades que implican estar en el cargo; por lo que se puede definir como el análisis de procedimientos que determinan las obligaciones y habilidades requeridas por un puesto de trabajo, así como el modelo idóneo de individuo para ocuparlo.



# Ramalhós

pure baking pleasure

**No importa el tamaño de su negocio, la calidad garantizada es Hornos Ramalhós.**

Durabilidad, eficiencia energética y bajo costo de manutención.

**Habla con nosotros!**

Leopoldo Berlanga  
5510198349

Marcos Silva ☎ +55 19 99623 1192  
marcos@ramalhósbrasil.com.br

# PARA EMPRESARIOS

El punto principal de este perfil es ayudar a identificar las funciones esenciales del puesto; que sea útil llamarlo con un nombre; hacerlo concreto, entendible y que no utilice adverbios, adjetivos o criterios de virtud, además de no denotar algún tipo de compromiso condicionante (solo debe reclutar y no exigir). También nos ayuda a tener una información estructurada respecto a la ubicación de la vacante dentro de la estructura orgánica de la empresa, misión, funciones, así como los requisitos y exigencias que demanda para que la persona pueda conducirse y desempeñarse adecuadamente.

El tener un perfil del puesto definido también nos permite identificar las aptitudes, cualidades y capacidades que, conforme a su descripción, son fundamentales para la ocupación y desempeño del cargo y nos ayudará a llevar acabo:

La contratación del personal bajo las actividades y funciones que se desarrollan en el puesto.

Una inducción al personal, que ayude a orientar al trabajador sobre su misión y funciones definidas.

Capacitación al personal, enseñándole sobre las funciones y requisitos del puesto.

Gestión del desempeño, con criterios de medición de acuerdo con los perfiles de puesto realizados.

Se puede levantar un perfil de puesto de diferentes maneras, teniendo como ejemplo las *descripciones genéricas* que se redactan a grandes rasgos sin identificar tareas o competencia específicas. Éstas proporcionan una visión general de una categoría de puestos mediante los denominadores comunes de todos los cargos que se abarcan en una categoría.

Para poder diseñar un buen perfil de puestos se necesita identificar el conjunto de tareas y obligaciones que el ocupante deberá desempeñar, cómo debe ejecutar esas actividades, a quién le debe reportar el ocupante del puesto y a quién debe supervisar o dirigir (autoridad), es decir, relación con sus subordinados.

A continuación se muestra la lista de un proceso de elaboración de perfil o descripción de puesto:

1. Identificar el puesto.
2. Revisar la información de la vacante.
3. Elaborar la propuesta de la misión, función y coordinación.
4. Identificar las funciones principales.
5. Validar la misión del puesto y definir habilidades.
6. Establecer los requisitos del cargo.
7. Reforzar la información del perfil de puesto.
8. Validar el perfil.

Al realizar descripciones o perfiles de puestos se genera automáticamente un organigrama, que es un modelo abstracto y sistemático que permite obtener una idea uniforme acerca de la estructura formal de una organización.





— FRESCURA, ALEGRÍA, COLOR —

# *Ingredientes que dan* **VIDA**



**100 años dando los mejores productos  
para los mejores panaderos y reposteros.**

Creamos momentos felices y memorias que duran por siempre.

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

 800 696 0515

 Dawn®

**100**  
AÑOS  
INSPIRANDO  
la Panadería

# PARA EMPRESARIOS

El organigrama indica la línea de autoridad y responsabilidad, así como también los canales de comunicación y supervisión que constituyen las diversas partes de un componente organizacional. También se puede tomar en cuenta como una estructura que orienta todas las unidades administrativas de la empresa al reflejar la disposición organizativa y sus características gráficas, así como las actualizaciones para poder descubrir y eliminar defectos o fallas de organización.

Tener un organigrama claro y conciso permite que los integrantes de la organización y las personas vinculadas a ella conozcan sus actividades y características generales, además de poder realizar un análisis estructural al poder observar los puestos que se tienen, posibilitando realizar cambios o agregar puestos que sean necesarios para el mejor funcionamiento de la panadería.

Aunque los perfiles de puesto y el organigrama si son importantes dentro de la organización, no se deben de tomar como la última palabra en las obligaciones de un empleado, ya que constantemente cambian y se van adecuando a las necesidades de la empresa en diferentes momentos. Es por eso que estos perfiles deben realizarlos personal

con experiencia que conozcan las vacantes y así evitar generar actividades que sean limitantes al desarrollo o función de los empleados.

Para finalizar, los perfiles de puestos y el organigrama son instrumentos que sirven en los procesos técnicos del área de Recursos Humanos y permiten trabajar de forma integral con las funciones de dicha área.

Es importante enfatizar que la descripción o perfil de puestos se basa en la naturaleza del trabajo y no en el individuo que lo desempeña, ya que su objetivo es trazar la relación entre todos los cargos dentro de la organización, los requisitos para cumplir el trabajo y su frecuencia o ámbito de ejecución, por lo que se recomienda que los perfiles y organigramas se actualicen constantemente para que sean de fácil acceso a toda la organización ya que como anteriormente se mencionó, son una referencia de la empresa y no una regla rígida a seguir.

## FUENTE:

Chiavenato Isalberto, Administración de Recursos Humanos.

El capital humano de las organizaciones,

Ed. Mc Graw Hill, 2007

## COLABORACIÓN:

Berenice Martínez Barriga  
Gerente de Reclutamiento y Selección  
Lic. en Psicología  
Tel. 5134 0500 ext. 120  
[reclutamiento@canainpa.com.mx](mailto:reclutamiento@canainpa.com.mx)





# CONSUMO DE PAN EN MÉXICO

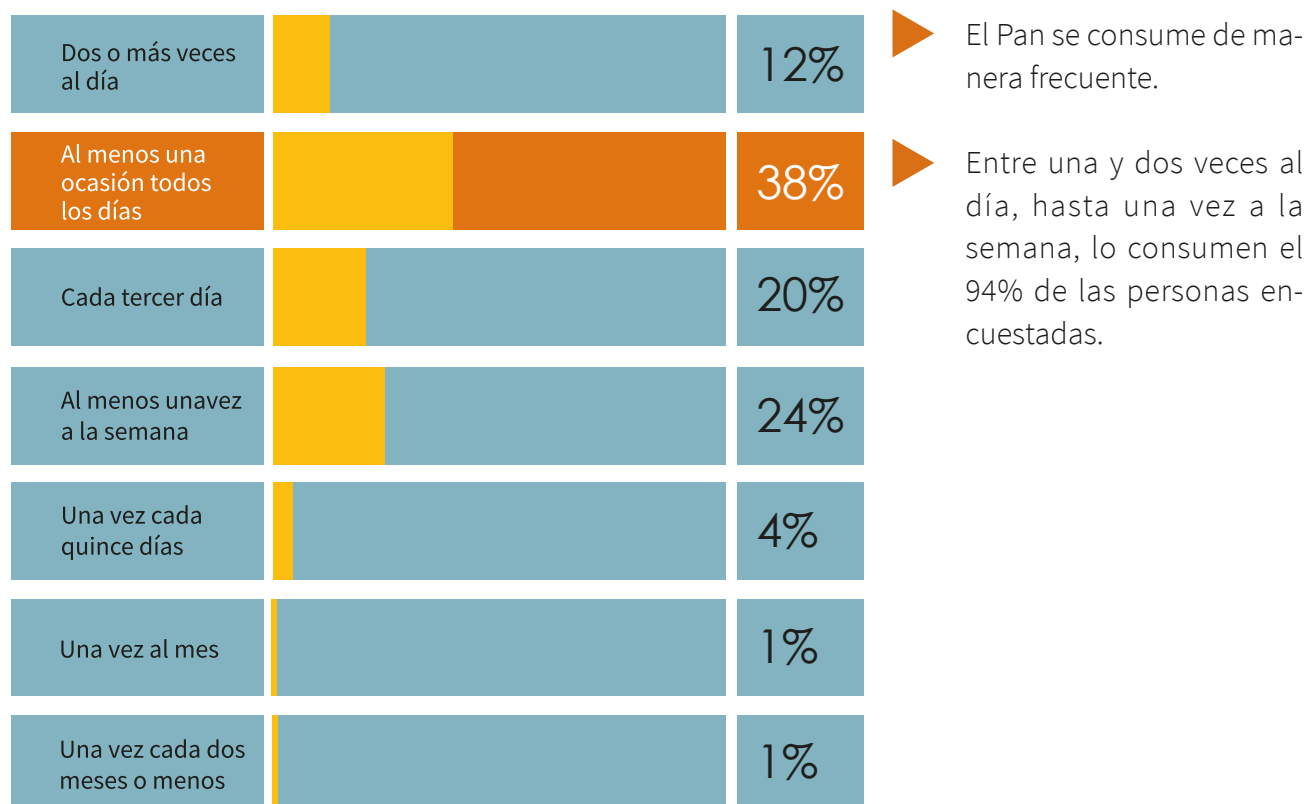
## ESTADÍSTICAS

El consumo de pan en el país, depende de muchos factores, como son sociales, culturales, económicos, etc. En esta ocasión nos centramos en la frecuencia del consumo del pan en diferentes periodos de tiempo y presentamos la información segmentada en diferentes regiones, por edad y género de los consumidores.

Esta información nos puede permitir aumentar el rendimiento de nuestros negocios, aprovechando las áreas de oportunidad que se reflejan en este estudio.

### Frecuencia de consumo de **Pan** en el país

¿Podría decir con qué frecuencia consume pan?



\*La primera columna de porcentajes (total) es una media del resto de las columnas.

\*Los porcentajes pueden no sumar 100% debido al redondeo.

## Frecuencia de consumo de **Pan** en algunas ciudades

¿Podría decir con qué frecuencia consume pan?

	Total	CDMX	Jalisco	Nuevo León	Puebla	Querétaro	Veracruz
Dos o más veces al día	12%	15%	6%	6%	13%	7%	14%
Al menos una ocasión todos los días	38%	44%	33%	29%	36%	35%	30%
Cada tercer día	20%	15%	25%	30%	22%	22%	19%
Al menos una vez a la semana	24%	21%	29%	27%	24%	29%	29%
Una vez cada quince días	4%	3%	3%	7%	3%	5%	5%
Una vez al mes	1%	1%	3%	1%	1%	2%	2%
Una vez cada dos meses o menos	1%	1%	0%	0%	0%	0%	0%

- ▶ Por ciudad, debemos resaltar que el Pan se consume con mayor frecuencia de la manera siguiente:
- ▶ En CDMX, el 15% de las personas encuestadas manifestaron consumir Pan dos o más veces al día, el 14% en Veracruz y el 13% en Puebla.
- ▶ En CDMX, el 44% de las personas encuestadas manifestaron consumir Pan una vez al día, el 36% en Puebla y el 35% en Querétaro.

\*La primera columna de porcentajes (total) es una media del resto de las columnas.

\*Los porcentajes pueden no sumar 100% debido al redondeo.



## Frecuencia de consumo de **Pan** por edad

¿Podría decir con qué frecuencia consume pan?

	Total	De 18 a 25 años	De 26 a 55 años	De 36 a 45 años	De 46 a 55 años	Mayor de 56 años
Dos o más veces al día	12%	11%	8%	17%	15%	8%
Al menos una ocasión todos los días	38%	31%	35%	38%	40%	48%
Cada tercer día	20%	21%	19%	21%	17%	20%
Al menos una vez a la semana	24%	29%	31%	21%	22%	18%
Una vez cada quince días	4%	5%	4%	2%	3%	6%
Una vez al mes	1%	2%	2%	1%	1%	1%
Una vez cada dos meses o menos	1%	2%	1%	0%	2%	0%

- ▶ Por edad, debemos resaltar que el Pan se consume con mayor frecuencia de la manera siguiente:
- ▶ El 17% de personas entre 36 y 45 años manifestaron consumir Pan dos o más veces al día, el 15% de aquellas entre 46 y 55 años y el 11% de las que tienen entre 18 y 25 años.
- ▶ El 48% de personas mayores de 56 años manifestaron consumir Pan una vez al día, el 40% de aquellas entre 46 y 55 años y el 38% de las que tienen entre 36 y 45 años.
- ▶ Lo que refleja el hecho de que según se envejece, mayor es el número de personas que consumen Pan una vez al día.

\*La primera columna de porcentajes (total) es una media del resto de las columnas.

\*Los porcentajes total pueden no sumar 100% debido al redondeo.

## Frecuencia de consumo de **Pan** por género

¿Podría decir con qué frecuencia consume pan?

	Total	Hombre	Mujer
Dos o más veces al día	12%	15%	9%
Al menos una ocasión todos los días	38%	40%	37%
Cada tercer día	20%	19%	20%
Al menos una vez a la semana	24%	22%	27%
Una vez cada quince días	4%	3%	5%
Una vez al mes	1%	1%	2%
Una vez cada dos meses o menos	1%	1%	1%

▶ Por género, debemos resaltar que el Pan se consume con mayor frecuencia de la manera siguiente:

▶ El 15% de los hombres encuestados manifestaron consumir Pan dos o más veces al día, mientras que sólo el 9% de las mujeres lo hacen con esa frecuencia.

▶ El 40% de los hombres encuestados manifestaron consumir Pan una vez al día. Mientras que el 37% de las mujeres lo consumen con esa frecuencia.

\*La primera columna de porcentajes (total) es una media del resto de las columnas.

\*Los porcentajes pueden no sumar 100% debido al redondeo.

Agradecemos a Lesaffre por la información aportada

**LESAFFRE** 

# RESTRICCIÓN DEL USO DE BOLSAS DE PLÁSTICO

---

PARA EMPRESARIOS

---

¿La prohibición aplica en todo el país? ¿Qué bolsas sí puedo usar? ¿Habrá multas para tiendas y comercios? ¿Para qué productos aplica?



Existen muchas dudas respecto a la restricción del uso de bolsas de plástico, no sólo en los consumidores, los comerciantes e industriales.

Lo que es claro de la restricción del uso de las bolsas de plástico, es que en el país día con día ha comenzado a ampliar su aplicación. La res-

tricción como tal, podría ser digna al pretender disminuir su impacto en el medio ambiente, desafortunadamente su implementación ha sido más por una moda que por la elaboración de estudios que permitan establecer, con plena certidumbre, su impacto, tanto en el medio ambiente, como en las distintas cadenas productivas que implican





su producción, así como su uso, consecuencias y medidas eficaces para disminuir cualquier impacto dañino en su utilización.

En el país, existen distintas restricciones para el uso de bolsas de plástico en cuando menos 15 entidades federativas, 11 a nivel estatal (Baja California, Ciudad de México, Chihuahua, Coahuila, Durango, Jalisco, Nuevo León, San Luis Potosí, Sonora, Tamaulipas y Veracruz) y 4 a nivel municipal (Aguascalientes en Aguascalientes; Metepec, Naucalpan, Nicolás Romero, Tlalnepantla y Toluca en el Estado de México, Morelia en Michoacán, y Querétaro en Querétaro). En todos los casos, la infracción a dicha restricción conllevará la imposición de multas que van desde 10 y hasta 80,000 UMAS (Unidades de Medida y Actualización).

Sin embargo, pese a que la restricción se ha ido generalizando en el país, la prohibición más controversial tanto por la forma como se prohíbe el uso de bolsas de plástico, como por la afectación a un mayor número de habitantes, es la establecida en la Ciudad de México.

Al respecto, con objeto de entender de mejor manera la prohibición respecto a las bolsas de plástico, se realizan los apuntes siguientes:

- La restricción para el uso de bolsas de plástico en la Ciudad de México se estableció a través de la modificación de la Ley de Residuos Sólidos del Distrito Federal y su Reglamento, publicada el 25 de junio de 2019 y 2 de enero de 2020, respectivamente.
- Los artículos 25, fracción XI Bis, de la Ley de Residuos Sólidos del Distrito Federal y 35 Ter de su Reglamento, establecen la prohibición para comercializar, distribuir y entregar bolsas de plástico.
- Es de señalar que dichas disposiciones establecen como excepción las razones siguientes:
  - (i) por higiene para el manejo de residuos;
  - (ii) integradas de origen al producto para brindar higiene en su consumo,

- (iii) por motivos de inocuidad, salud, salubridad, sanidad, que prevengan el desperdicio de alimentos, uso médico y seguridad de otros productos;
  - (iv) aquellas cuya composición sean de material compostable.
- La prohibición de bolsas de plástico entró en vigor a partir del 1° de enero de 2020.
  - El artículo 102 del Reglamento de la Ley de Residuos Sólidos del Distrito Federal establece que la infracción a la prohibición de uso de bolsas de plástico podrá implicar la imposición de multas de 500 a 2,000 Unidades de Medida y Actualización.



Conforme a lo anterior demos respuesta a algunas preguntas sobre el tema.

## ■ ¿La prohibición aplica en todo el país?

Es claro que la prohibición establecida en la Ciudad de México para el uso de bolsas de plástico no tiene aplicación en todo el país; sin embargo, debe verificarse la legislación en cada uno de los Estados o Municipios del país a fin de determinar si existe alguna restricción al respecto.

## ■ ¿Qué bolsas sí puedo usar?

Primordialmente las de material compostable, no obstante, podrá utilizarse bolsas de plástico que

no sean compostable por higiene para el manejo de residuos, integradas de origen al producto para brindar higiene en su consumo, o por motivos de inocuidad, salud, salubridad, sanidad, que prevengan el desperdicio de alimentos, uso médico y seguridad de otros productos.

## ■ ¿Habrá multas para tiendas y comercios?

La autoridad podrá imponer multas de 500 a 2,000 Unidades de Medida y Actualización por la violación prohibición del uso de bolsas de plástico.

## ■ ¿Para qué productos aplica?

La prohibición del uso de bolsas de plástico aplica a todos los sectores de la actividad comercial, industrial y de servicios.

## ■ ¿La prohibición aplica al polipapel?

La prohibición es única y exclusivamente para el uso de bolsas de plástico, por lo que el polipapel o cualquier otro material similar utilizado para envolver productos no está comprendido en la restricción.

## ■ ¿Puede utilizarse bolsas de plástico para un gran volumen de piezas de pan?

Es posible utilizar las bolsas de plástico en grandes volúmenes de piezas de pan siempre que ello sirva para preservar su higiene.

## ■ ¿Pueden utilizarse bolsas de plástico tipo camiseta?

Pueden utilizarse bolsas de plástico tipo camiseta siempre que la misma tenga como fin preservar la higiene del producto y no así cuando en la misma se introduzca una bolsa de papel.

### COLABORACIÓN:

Héctor Velázquez Cano  
Director Jurídico  
Lic. en Derecho  
Tel. 5134 0500 ext. 139  
[hectorvelazquez@canainpa.com.mx](mailto:hectorvelazquez@canainpa.com.mx)

**Carrancedo**<sup>®</sup>  
La Tradición del buen Pan



**Upfield**<sup>™</sup>  
Professional





¡Tradición Mexicana que  
da un sabor inigualable!

# LO SALUDABLE DEL SNACKING

---

## TENDENCIAS

---

Si llegamos a escuchar la palabra *Snacking* (lo que conocemos como el consumo de aperitivos entre comidas), generalmente lo relacionamos con comida chatarra pero, en la actualidad, este hábito podría convertirse en la posibilidad de adquirir una mejor calidad de vida.

Si bien, la costumbre de picar algún bocadillo no es para nada nuevo, sería interesante ver cuántas personas admiten que ese pequeño tentempié aporta contenido saludable a su cuerpo. Es común que en México encontremos por la calle la fácil tentación de comprarnos unas papitas fritas, chicharrones, raspados, helados, cacahuates, gomitas o chocolates pero, nos mentiríamos al decir que este tipo de alimentos son la mejor opción nutricional.

Hay que aclarar que no se trata de satanizar dicho hábito, ya que, de hecho, no es raro escuchar que se recomienda tener colaciones entre las comidas para calmar las ansias y tener controlado el apetito al momento de la comida fuerte, además de aportar la energía que probablemente el cuerpo pide. Más bien la situación se enfoca en aprovechar la actividad para cambiar nuestros malos hábitos mientras somos prácticos con nuestra alimentación en cualquier momento y cualquier lugar.

Para el sector panadero, toda esta situación abre todo un mar de oportunidades comerciales y de propaganda si se analiza el escenario de la siguiente forma: si consideramos a las tendencias como una ola de ideales sociales, sobre la que







muchas personas le gustaría surfear, la metáfora tomaría mucha más fuerza si la gente entendiera que estaría satisfaciendo un deseo que, además de significar un capricho o gusto cumplido, también le está aportando la posibilidad de tener una mejor calidad de vida gracias al consumo de alimentos sanos. Con este contexto se tiene la excusa perfecta para echar a volar la imaginación y crear propuestas que nazcan en una panadería y que calcen con toda esta visión.

Para llevar a cabo la materialización de esta idea, se recomienda plantear una estrategia que permita lograr un impacto contundente. Un punto muy importante sería saber a qué tipo de público queremos atender; por ejemplo: no es lo mismo crear un Snack para niños que para oficinistas o para deportistas, ya que lo importante es ofrecerles lo que más le convenga a determinado tipo de vida o a la ubicación de nuestro negocio, viendo más allá del aspecto estético cuando procuremos hacer el snack lindo o llamativo (todo esto considerando una segmentación particular, sin embargo, cualquier público puede consumir cualquier producto).

Dirigiendo la conversación a ejemplos sólidos, podríamos decir que los bocadillos de este tipo que se podrían encontrar en las panaderías serían galletas o panquecillos hechos con granos y/o harinas integrales pero, para poder desarrollar ideas no tan convencionales, a continuación se mencionan algunos ingredientes, que empleados de manera creativa, podrán otorgar una ventaja en cuanto originalidad:

- **Betabel o remolacha:** es principalmente una gran fuente de ácido fólico y potasio, sumando su posibilidad de complementar la ingesta de micronutrientes como la vitamina C, B1, B2, B3, B6, hierro y yodo.
- **Col:** que tiene una alta densidad de fibra dietética y ayuda a saciar el hambre, además de mejorar la digestión y tener un alto contenido de antioxidantes.
- **Frutas deshidratadas:** por sí mismas son un bocadillo rico y saludable pero, como complementos en pequeños panes o galletas con las mismas características nutricionales, representan un atractivo original.





# TENDENCIAS

- **Granada:** otro elemento muy alto en antioxidantes y una excelente opción al momento de cuidar la ingesta de calorías, ya que 100 gramos de esta fruta solo contienen 83 calorías.
- **Crema de cacahuete:** alta en proteína, fibra y grasas benéficas.
- **Alga espirulina:** otro ingrediente que ayuda a saciar de manera rápida y contundente, además de ser muy consumida por sus altas propiedades vitamínicas.
- **Quesos bajos en grasa:** además de mantener en control de este elemento en el cuerpo, aportan gran cantidad de proteína aparte de tener un gran catálogo de presentaciones.

Otra fuente de ideas puede desarrollarse dentro de los sabores autóctonos como el aguacate, el nopal, el chile, el jitomate o el amaranto, que al mismo tiempo de ser ingredientes muy comunes en nuestro país, el sacarlos de la cotidianidad de su preparación puede provocar curiosidad.

De igual forma está la posibilidad de experimentar con ingredientes que sean representativos de otros países, como el matcha, el wasabi, el curry o la hierba mate. Quizá las posibilidades sean infinitas si se observa a donde no es común voltear.



Considerar que no es necesario ser extravagantes o completamente innovadores, ya que se pueden ofrecer aperitivos muy comunes con el valor añadido que se ha tratado a lo largo de este artículo (la salud). La idea de hacer panes tamaño bocadillo en sí ya es atractivo, pero, por imaginar un ejemplo, si se hace un muffin con harina integral que conjuntamente tenga sabor a granada, quizá sea un éxito cantado.

En conclusión; podríamos ver esta tendencia como una combinación de placer y cuidado alimenticio, en el cual las posibilidades son tan grandes como nuestra imaginación o como la variedad de ingredientes sanos que se pueden encontrar en el mercado.

Habiendo repasado algunos ingredientes para preparar estos bocadillos, hay que remarcar la existencia de una gran cantidad de opciones de origen animal; verduras, granos y semillas, que aportan grasas y micronutrientes; o las leguminosas que contienen importantes cantidades de proteínas vegetales.

El estudiar los beneficios que cualquier ingrediente puede aportar y saberlos utilizar en recetas saludables ampliaría las posibilidades en el oficio, también nos da la oportunidad de agregar un valor emocional que podría sentir el cliente al notar que se les está ofreciendo un beneficio a su calidad de vida.

## Fuentes consultadas:

<https://techpress.es/56507/>

<https://www.ainia.es/tecnoalimentalia/consumidor/tendencia-snacking-snacks-cada-vez-mas-saludables/>

<https://www.cuerpomente.com/guia-alimentos/remolacha>  
<https://www.lavanguardia.com/comer/20180828/451496119663/granada-valor-nutricional-propiedades-beneficios.html>

<https://www.miarevista.es/salud/fotos/8-beneficios-de-la-espirulina/control-de-peso>

# ASPECTOS QUE DEBES TENER EN CUENTA DURANTE LAS INSPECCIONES DE LA STPS

(SECRETARÍA DEL TRABAJO Y PREVISIÓN SOCIAL)



1.-Que el inspector le entregue la orden de comisión con firma autógrafa.



2.- Que el inspector se identifique con credencial vigente con fotografía.

3.-Usted podrá comprobar la veracidad de la inspección y la identidad del inspector a los teléfonos 55 3000 2700 exts. 65388, 65338, 65344, 65421, 65356 y 65384.



4.-Hacer uso de la palabra en el acta de inspección y que se asiente en la misma lo que desee aclarar.

5.-Presentar por escrito las observaciones y pruebas relacionadas con la inspección dentro de los 5 días hábiles siguientes a la misma.



6.-Firmar el acta de inspección y que el inspector le entregue copia con firmas autógrafas.

7.-Que el inspector otorgue orientación y asesoría a los trabajadores y al patrón o a sus representantes.



8.-Denunciar ante la Unidad de Contraloría Interna de la STPS, cualquier irregularidad que cometa el inspector a los teléfonos 55 2000 2002, 01 800 1128 700 (SECRETARÍA DE LA FUNCIÓN PÚBLICA, ATENCIÓN CIUDADANA) o al correo [contactociudadano@funcionpublica.gob.mx](mailto:contactociudadano@funcionpublica.gob.mx)

# PANADERÍA VEGANA

---

## CONSEJOS TÉCNICOS

---

**M**uchas personas dicen que el ser vegano es una alternativa ética y sana de alimentación, pues eliminan al 100% el consumo de productos que sean de origen animal que van desde cárnicos, lácteos, huevo, miel, grasas, etc. En casos más extremos incluso no utilizan vestimenta que sea de alguna piel de un animal.

Por ello, es que los veganos han decidido optar por esta alternativa alimenticia, ya sea por ser pro-animales o por su concepto de salud, ya que al ser una alimentación más ligera, el cuerpo digiere más rápido y se cree que tiene menos toxinas.

A continuación les daremos algunas recetas veganas para que conozcan y prueben esta nueva práctica que consiste en abstenerse del consumo de todo producto de origen animal.







### GALLETAS DE AVENA, COCO Y PASAS (VEGANAS)

#### Procedimiento:

1. Mezclar la harina, avena, coco, pasas, bicarbonato, canela y nuez moscada.
2. Acremar la margarina con el azúcar.
3. Añadir poco a poco la leche junto con la vainilla hasta incorporar.
4. Agregar los ingredientes secos y mezclar de forma envolvente hasta obtener una masa suave pero manejable.
5. Reservar.
6. Engrasar una charola y colocar con la ayuda de una cuchara y con las manos húmedas las porciones de pasta.
7. Colocar y aplastar un poco, dejando un espacio suficiente de una porción a otra.
8. Hornear a 180°C por 12 minutos o hasta obtener un color castaño claro.
9. Retirar y dejar enfriar.

#### Ingredientes

**500 g.** harina  
**375 g.** avena  
**100 g.** coco rallado  
**120 g.** pasas  
**13 g.** bicarbonato de sodio  
**15 g.** canela en polvo  
**3 g.** nuez moscada  
**275 g.** margarina vegetal  
**250 g.** azúcar moscabada  
**100 ml.** leche vegetal  
**15 ml.** extracto de vainilla

**TIP:** Para obtener otras variantes puede sustituir o combinar con hojuela de centeno, almendras fileteadas o en trocitos algunos cacahuates y arándanos.

Si la pasta resulta muy pegajosa se puede ayudar uno trabajandola con las manos mojadas para evitar que se pegue mucho.



## MEDALLONES DE MENTA (VEGANAS)

### Ingredientes

**500 g.** harina  
**600 g.** azúcar moscabado  
**250 g.** cocoa  
**10 g.** sal  
**10 g.** bicarbonato de sodio  
**650 g.** margarina vegetal  
**160 ml.** leche vegetal  
**15 ml.** extracto de vainilla  
Cobertura semiamarga o choco chips  
(decoración) Al gusto.  
**c/s** extracto de menta

### Procedimiento:

1. En un procesador colocar la harina, azúcar, cocoa, sal, bicarbonato y mezclar.
2. Agregar la margarina, leche, menta y vainilla.
3. Volver a procesar.
4. Poner en un bowl la pasta y terminar de amasar para incorporar.
5. Hacer un cilindro de 5 cm. de diámetro.
6. Meterlo tapado al refrigerador y dejar enfriar por 1 hora.

Pan-Pro® Extra es una grasa de textura suave para una mejor incorporación de ingredientes.



Grasa para Panificación y Freído

**OLEOFINOS**  
oleofinos.com.mx

100% vegetal. Sin hidrogenar.  
📞 oleofinos 📧 @oleofinos 800 8224035

En **2020**  
queremos  
verte bien



7. Precalentar el horno a 180°C.
  8. Engrasar una charola.
  9. Retirar del refrigerador la pasta, cortar con un grosor de 1 cm. y plantarla en la charola con 7 cm. de distancia entre cada porción.
  10. Llevar al horno entre 10 y 15 minutos.
  11. Sacar y dejar enfriar.
  12. Decorar.
- Decoración:**
1. Colocar a baño María el chocolate y añadirle unas cucharadas de margarina y menta.
  2. Mover hasta que el chocolate esté líquido.
  3. Cubrir con esta cobertura las galletas o sumergirlas en la misma.
  4. Dejar cristalizar el chocolate (de preferencia unos minutos en refrigeración).
  5. Retirar del refrigerador.
  6. Servir.

**TIP:** En este caso se puede adicionar un poco de azúcar extra a la preparación o para decorar con royal icing para contrarestar el sabor amargo que da la cocoa.





**ASEM**  
DESPACHO JURIDICO CONTABLE

**ASOCIACIÓN DE  
SERVICIOS  
EMPRESARIALES  
MÚLTIPLES  
DEL D.F.**

**Soluciones en  
servicios:**

**Jurídicos**  
(Laboral, Fiscal, Mercantil,  
Civil, Penal y Reglamentos)

**Contables**  
(Facturación electrónica, Impuestos,  
Declaraciones y Devoluciones de IVA)

**Administrativos**  
(Nómina e IMSS)

**Bolsa de Trabajo**  
(Exámenes Psicométricos y  
Estudios Socioeconómicos)

**“Enfócate en la productividad,  
nosotros hacemos lo demás”**



[www.asemdelf.org](http://www.asemdelf.org)



[servicios@asemdelf.org](mailto:servicios@asemdelf.org)



(55) 5134 0500  
ext. 105 y 119

Dr. Liceaga No. 96, Col. Doctores, Alcaldía Cuauhtémoc, C.P. 06720, CDMX.



## PAN DE ACEITUNAS (VEGANO)

### Procedimiento:

1. Precalentar el horno a 210°C.
2. Mezclar harinas, levadura y sémola.
3. Añadir la sal, aceite, agua y amasar por 10 minutos aproximadamente hasta formar la masa, no importa que quede húmeda.
4. Incorporar las aceitunas y la salvia finamente picada.
5. Enharinar un cuenco y dejar reposar la masa por una hora.
6. Engrasar un molde de caja y colocar la masa en forma de barra.
7. Dejar fermentar hasta que doble su volumen.
7. Meter y dejar en el horno alrededor de 30 minutos.

### Ingredientes

500 g. harina  
500 g. harina integral  
30 g. levadura seca  
80 g. sémola gruesa  
40 g. sal  
200 ml. aceite de oliva extra virgen  
1.280 ml. agua  
4 ramitas salvia sin tallo  
800 g. aceituna verde

**TIP:** En el pan de caja uno de los puntos más importantes es que al momento de formar la masa en barra, es que quede muy apretado para que la miga quede compacta. Facilitando el momento de cortar el pan, el cual deberá realizarse cuando esté frío y con cuchillo de sierra.

### Observación:

Este tipo de pan se puede utilizar para emparedados o crutones.

# Sin pan no es igual



**El pan acompaña tus comidas,  
además de aportar parte  
de la energía que requieres  
para tus actividades diarias.**

**Revisado por la Asociación Mexicana de Nutriología.**

CONSUME DIARIAMENTE TODOS LOS GRUPOS DE ALIMENTOS



# NOM-35 COMO FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIAL, IDENTIFICACIÓN Y PREVENCIÓN

## EVENTOS ESPECIALES



La entrada en vigor de la NOM-035-STPS, Factores de Riesgo Psicosocial, Identificación y Prevención ha hecho que las organizaciones y empresas efectúen un cambio de modelo y de paradigmas en sus esquemas y procesos de trabajo.

Y aunque la norma entró en vigor desde el año pasado, aún existen muchas dudas sobre ésta, es por eso que, en la CANAINPA, se llevó a cabo una plática, impartida por integrantes de un equipo multidisciplinario de profesionistas comprometidos con el desarrollo del país.



# NOM-035-STPS

## FACTORES DE RIESGO PSIC

# ¿QUÉ ES?

Es una norma que establece los elementos para identificar, analizar y prevenir los factores de riesgo psicosocial, así como para promover un entorno organizacional favorable en los centros de trabajo.

## LOS TIEMPOS DE LA NOM 035

**23 Oct 2018**

- Entrada en vigor
- Aplicación de cuestionarios
- Identificación de factores
- Elaboración de expedientes
- Adopción de medidas de control

**Oct 2019**

- Registro de medidas adoptadas y resultados
- Establecer, implantar, mantener y difundir
- Política de Prevención de Riesgos Psicosociales
- **INICIAN INSPECCIONES**

**Oct 2020**

- Actualización de expedientes
- Detección de necesidades de atención y capacitación con una frecuencia de cada 2 años

## Obligaciones del Trabajador

**1.-** Evitar daños que afecten el entorno organizacional favorable.



**2.-** Reportar las acciones que generen un ambiente hostil.

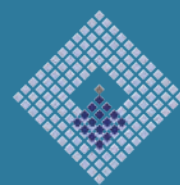


**3.-** Cumplir con la política de prevención de riesgos psicosociales en el trabajo.



# PSICOSOCIAL EN EL TRABAJO

## Identificación, Análisis y Prevención



ASEM

ASOCIACIÓN DE SERVICIOS EMPRESARIALES MÚLTIPLES DEL D.F.

### Obligaciones generales

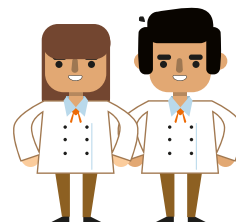
- 1.- Establecer mecanismos de recepción de quejas.
- 2.- Identificar a trabajadores sometidos a un acontecimiento traumático y canalizarlos para atención médica.
- 3.- Proporcionar información a los trabajadores sobre políticas de prevención de riesgos psicosociales.
- 4.- Informar a los trabajadores sobre las alteraciones en la salud por riesgos psicosociales.

### Obligaciones del patrón

Dependiendo del tamaño del centro de trabajo

#### Hasta 15 empleados:

Prevenir los factores de riesgo psicosocial, promover un entorno organizacional favorable.



#### De 16 a 50 empleados

Aplicar cuestionarios para identificar los valores de riesgo psicosocial.



#### Más de 50 empleados

Todas las disposiciones de la norma.



**75%** DE LOS MEXICANOS PADECE FATIGA POR ESTRÉS LABORAL, SUPERANDO A PAÍSES COMO ESTADOS UNIDOS Y CHINA, SEGÚN INFORMACIÓN DEL **IMSS**



# EVENTOS ESPECIALES

Comenzamos la plática con la Lic. Liliana Reyes Sanvicente, abogada que ha sido servidora pública durante 25 años y fue Directora de Control y Seguimiento Documental de Vinculación, Normalización, Transparencia y Acceso a la Información; explicando cuál es el objetivo de la norma y porque es importante cumplirla.



Promoción de la Salud.

También tuvimos la oportunidad de escuchar al Dr. Pablo Kuri, médico cirujano que fue servidor público durante 25 años, desde Jefe de Departamento hasta Subsecretario de Prevención y Promoción de la Salud.

El Dr. Kuri nos dió algunos datos sobre la situación que viven las empresas con sus trabajadores en el país, por ejemplo, que más del 85% de los trabajadores de empresas pequeñas, del sector formal, el sector agrícola y los migrantes de todo el mundo no tienen ningún tipo de cobertura de salud ocupacional. Anualmente, 12.2 millones de personas, la mayoría de países en desarrollo, mueren en edad laboral a causa de enfermedades no transmisibles.



El Dr. Ignacio Federico Villaseñor Ruíz, quien también es médico cirujano, trabajó 40 años en la Administración Pública y fue Secretario de Salud en Colima; nos indicó que los problemas de salud relacionados con el trabajo ocasionan pérdidas que van del 4 al 6% del PIB.

Los servicios sanitarios básicos para prevenir enfermedades ocupacionales y relacionadas con el trabajo cuestan una media de entre \$360 y \$1,200 por trabajador, las iniciativas para mejorar las condiciones en el lugar de trabajo pueden contribuir a reducir el ausentismo por enfermedad en un 27% y los costos de atención sanitaria en un 26%.

Rogelio Toro Cruces, licenciado en sistemas quien ha trabajado en el sector público por 30 años, nos explicó algunos de los pasos a seguir, los mitos y verdades sobre la norma.

## Mitos

- El trabajador va a decidir sus cargas de trabajo.
- Se deben contratar a Unidades de Verificación.
- Se va a reducir la jornada de trabajo a los colaboradores.
- El acoso y ostigamiento sexual, están considerados en esta norma.
- La norma implica realizar estudios psicológicos a cada trabajador.

## Verdades

- Los patrones tendrán obligación de realizar reconocimientos de desempeño.
- Los líderes deberán tomar capacitación.
- Será obligatorio implementar entornos laborales favorables.

Los ponentes finalizaron la plática despejando las dudas que los asistentes tuvieron y haciendo más recomendaciones para que en sus empresas comiencen el cumplimiento de la NOM-035.



# BEBIDAS ALCOHÓLICAS EN POSTRES Y PASTELES

## — HABLEMOS DE INGREDIENTES —

Las distintas bebidas alcohólicas no sólo se consumen acompañando las comidas, sino que además son incorporadas como ingrediente estrella en la preparación de distintos platillos. Se añaden en recetas saladas para marinar y dar sabor a las carnes o para ayudar en el ablandamiento de las mismas; para preparar salsas, *gravy* o simplemente para resaltar el sabor de un plato.

En cambio, en las recetas dulces se suelen incorporar para aromatizar, flamear los postres, humedecer bizcochuelos o *biscuits*; técnicas y detalles que hacen que se conviertan en especialidad dichos sabores.

Para ampliar más el tema, primero tenemos que ver cuáles son las diferencias entre el alcohol, las bebidas alcohólicas y las variedades de éstas últimas para entender las posibilidades que podemos alcanzar.

Es común englobar en el alcohol a todas aquellas bebidas que consumen las personas, sin embargo, sería bueno entender que sólo se puede beber un tipo en específico: el etanol. Complementando la idea, hay que aclarar que no se debe tomar este producto en su forma más pura, ya que podría traer consecuencias muy perjudiciales al organismo.

Entrando al concepto de bebidas alcohólicas, se entiende que son líquidos que contienen alcohol etílico (diluido en otros complementos que se pueden beber sin problema), el cual funciona como sustancia psicoactiva; es por ésto que se han consumido desde la antigüedad de manera recreativa.

Las bebidas alcohólicas se pueden clasificar de muchas maneras pero, en este artículo, además de explicarlas por su forma de elaboración, también se mencionaran diferentes postres o pasteles en los que se pueden emplear algunos ejemplos.

**1. Bebidas Fermentadas.** Éstas fueron las primeras clases de bebidas que existieron. Se las denomina así porque se producen a través de un mecanismo químico llamado *fermentación alcohólica*, en el que el azúcar propio de las frutas, las hierbas o las semillas, se convierte en alcohol por la acción de algunos microorganismos; en este caso, de bacterias de levadura.

Este grupo, por lo general posee una graduación alcohólica baja (5-15°). Aquí se encuentran: Vinos, Cervezas, Champagne, Chicha, Cava, Sake, Vermut, Sidra, Sato, Pulque, Tepache.



Considerando estos ejemplos, se puede preparar mousse de vino tinto, bizcocho envinado, churros de cerveza, torta mimosa (champagne), pastel de sidra, etc.



Origen de imagen: [Pinterest](#)

## 2. **Bebidas Destiladas o Espirituosas.**

Estas bebidas se las obtiene a través de la *destilación*. Este proceso consiste en hervir jugos o zumos

ya fermentados para separar el alcohol del agua, y así tener una mayor graduación alcohólica (que van entre los 17 a 45°), pero en ocasiones se le suele agregar otros ingredientes (almidón o frutas) para aumentar el sabor.

En este grupo se encuentran: el Vodka, Whisky, Tequila, Ron, Ginebra, Brandy, Pisco, Coñac, Orujo.

De este tipo de bebidas, se pueden obtener platillos como una tarta de crema al vodka, pastel de chocolate con whisky, tartaletas con crema y mango al tequila, budín con brandy, entre otros.



Origen de imagen: [tastemade.com](#)



Origen de imagen: **Pinterest**

### 3. **Bebidas Fortificadas o Generosas.**

Éstas se obtienen, primero, por fermentación para luego ser ‘fortificadas’ a través de la adición de un alcohol proveniente de una destilación. Esto se hace con el objetivo de equilibrar los sabores, pero a la vez se incrementa su graduación alcohólica.

Los principales ejemplos de este grupo son los vinos fortificados, de los cuales tenemos: Oporto, Jerez, Marsala, Madeira o Banyuls francés.

De esta clasificación, algunos alcoholes se emplean para la elaboración de postres como: canutillos de crema hechos con oporto, nevaditos al jerez o torta de manzana con vino moscato.



**4. Licores y Cremas.** Estas bebidas alcohólicas se obtienen por maceración, infusión o destilación de diversas sustancias vegetales naturales (frutas, hierbas, etcétera) con alcoholes destilados aromatizados y con una cantidad determinada de azúcar.

Debido a que las frutas u otras especias naturales son el ingrediente principal, existe una inmensa variedad de licores y cremas en el mundo, ya que dependen de la región geográfica dónde se los prepara.

Estas bebidas poseen un contenido alcohólico superior a los 15° (llegando a superar los 50°).

Las cremas se pueden emplear en: flanes de queso y licor, pastel kahlúa, carlota de licor de café, pralines, pudín o pan francés hecho con cremas de diferentes sabores.

#### FUENTES CONSULTADAS:

<http://diferenciaentre.info/diferencia-entre-alcohol-y-licor/>

<https://www.mediomilon.com/blog/cuales-son-los-tipos-de-bebidas-alcoholicas>

Origen de imagen: [abcsevilla.com](http://abcsevilla.com)





# CAZUELA Y CHICHARRONES

## PANES OLVIDADOS

### *Cazuela*

Es muy cotidiano el uso de la palabra Bizcocho, sin embargo también es importante entender la característica que hace a esta masa tan identificable: su esponjosidad, la cual se obtiene mediante el proceso de batido durante su preparación, específicamente con la reacción del azúcar con el huevo al ser mezclados y a la liberación de ese aire mediante la cocción del pan; de esta manera se obtiene un término esponjoso y ligero.

Para este artículo, y esperando que este pan se logre con la consistencia deseada, queremos compartir la receta para hacer Cazuelas, un ejemplar que no es tan común encontrar.

Las Cazuelas necesitarán de la receta base del Bizcocho, la cual requerirá de los siguientes ingredientes:



#### INGREDIENTES

**1 kg.** Harina de trigo  
**50 grs.** Levadura en pasta (o 15grs. Levadura instantánea)  
**10 grs.** Sal  
**300 grs.** Azúcar  
**6** Huevos líquidos  
**500 ml.** Leche  
**300 grs.** Manteca vegetal

## VARIAS EMPRESAS DE MÉXICO NOS DISTINGUEN CON SU PREFERENCIA

Equipos con la máxima tecnología Europea para la elaboración de un excelente producto de panadería y repostería.



AMASADORA



LAMINADORA

DIVISORA  
BOLEADORA



- Reducción de Mermas
- Tiempos de Producción reducidos
- Fácil manejo y limpieza
- Mínimo mantenimiento
- Retorno de inversión en pocos meses

CERTIFICADOS POR



CONTÁCTANOS

☎ 55-1019-8349 • 55-6295-9280

✉ leopoldoberlanga@cobeli.com.mx

www.cobeli.com.mx

### Procedimiento

1. Batir todos los ingredientes, excepto el azúcar y trabajar la mezcla por espacio de 5 minutos.
2. Agregar el azúcar y seguir batiendo.
3. Revolver hasta que la masa se despegue del recipiente, de manera que quede a punto de malla.
4. Retirar de la batidora y dejar reposar por aproximadamente 1 hora y media (Lo recomendable es refrigerar por 2 horas para trabajar mejor).
5. Pesar bastones de 2.5 kilogramos y cortar piezas de 70 gramos.

### Formación del pan

1. Hacer las forjas de la masa de 70 gramos.
2. Engrasar la charola donde se colocarán las piezas.
3. Dar forma de círculo aplastado a las porciones y posteriormente hacer una cavidad en el centro acomodándolas en la charola.
4. Barnizarlas con huevo y espolvorear azúcar granulada encima.
5. Verter en la cavidad crema pastelera, mermelada o cualquier detalle dulce.
6. Hornear a 180°C durante 20 minutos y presentar.

# BUENAS PRÁCTICAS DE HIGIENE EN LA ELABORACIÓN DE ALIMENTOS



Los equipos deben estar instalados de forma en que tengan un espacio entre la pared, el techo y el piso para permitir su desinfección.



Utiliza rótulos o ilustraciones que promuevan la higiene del personal, haciendo hincapié en el lavado de manos luego de usar el sanitario y antes de tocar cualquier alimento.



Las materias primas, alimentos, bebidas o suplementos alimenticios deben colocarse en mesas, estibas, anaqueles, entrepaños o cualquier superficie limpia que evite su contaminación.



**El establecimiento periódicamente debe dar salida a productos y materiales inútiles, obsoletos o fuera de especificaciones.**



**Se debe contar con recipientes identificados y con tapa para los residuos (separar en orgánico e inorgánico).**



**No se permite el uso de joyería ni adornos en manos, cara, boca, lengua, orejas, cuello y cabeza.**



**Las tarjas para lavado de utensilios que tengan contacto con alimentos, materias primas, productos en producción, bebidas o suplementos alimenticios, deben ser de uso exclusivo para este propósito.**



**El personal debe presentarse aseado en el área de trabajo, con ropa y calzado limpios.**



## Chicharrones



### INGREDIENTES

**1 kg.** de harina  
**500 g.** de margarina  
**14** huevos  
**15 g.** de sal  
**40 g.** de royal  
**12 g.** de levadura en polvo  
**150 g.** de azúcar

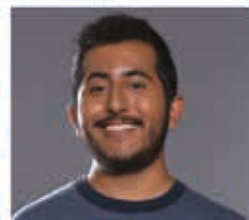
### Procedimiento

1. Agregar los ingredientes sólidos y mezclar hasta incorporar, en segunda velocidad.
2. Agregar las piezas de huevo poco a poco, por espacio de 10 minutos.
3. Dejar reposar la masa por 15 minutos.
4. Extender la masa con un rodillo hasta obtener una lámina de 1.5 cm aproximadamente.
5. Dar a la masa dos vueltas sencillas de libro y volver a laminar, dejarla con un grueso de un dedo.
6. Cortar piezas de forma rectangular y con ayuda de un cuchillo formar surcos en diagonal y cruzados.
7. Colocar las piezas en una charola previamente engrasada y barnizar con huevo, fermentar por un espacio de 45 minutos a 35 °C.
8. Hornear a 200 °C de 18 a 20 minutos.

# EN EL CENSO PARTICIPAMOS TODAS Y TODOS



# ¡PREGÚÚÚNTAME!



YA VIENE EL CENSO  
**MARZO 2020**

 **INEGI**





# EL PAN EN VENEZUELA

## EL PAN EN EL MUNDO



El pan es uno de los alimentos básicos más antiguo del mundo. Hay diferentes categorías y variantes de panes en el mundo, clasificados según el cereal utilizado para su elaboración y las modificaciones que tienen en cada país, llegando incluso a que un mismo tipo de pan, tenga diferentes nombres en varios países.

Los panes que saborean en Venezuela no solo llevan trigo, también contienen panela, queso y especias típicas de su gastronomía. Veamos cuáles son los panes que identifican su patente y la historia de sus orígenes hasta nuestra actualidad:

### Pan Campesino

De origen español, su nombre se debe a la asociación que se hace del pan con los campesinos. Inicialmente, ellos lo producían de gran tamaño y posteriormente lo dividían en porciones y consumían a lo largo de los días.

Gracias a su versatilidad, funciona como acompañante para muchos productos de la cocina tradicional. Una de las ventajas que tiene es que puede servir de base para deliciosas combinaciones. Y como la mayor parte de los ingredientes que lo componen, excepto la sal, tienen por sí solo un sabor prácticamente neutro; muy bien puede acompañar quesos, ensaladas o cremas.



Además, por su textura, el pan campesino aporta vistosidad a los platos. Es crujiente pero no tanto como los panes europeos de costra gruesa. Aunque es un producto que habitualmente se realiza de manera industrial, su origen no lo es. Fue el pan del día a día del campesino.

## El “Pan canilla venezolano”



Sus características se asemejan un poco a la baguette francesa, con ciertas diferencias, como una costra menos crujiente que la de ese típico pan francés, adicionalmente de una miga más suave y densa. Así pues, es la versión tropicalizada de la baguette europea, que la hace bastante más suave.

Salado, delgado y alargado, suele ser relleno con quesos o embutidos. Es uno de los más comunes en ese país. Es muy típico que los venezolanos esperen su salida recién horneado y puesto en las panaderías. Suele incluso decirse que nunca llega completo a la casa...siempre se prueba un extremo mientras se va de camino a la casa.

Su nombre se deriva de la forma típica alargada, ya que en el argot popular venezolano se le denomina canillas a las formas de las piernas largas y delgadas.

## El Camaleón, pan andino venezolano

Es un pan con origen en el estado Táchira, al occidente y que contiene los sabores típicos de la región andina gracias a los ingredientes naturales y a un fermento llamado guarapo o talvina (especie de pie o masa pre fermentada realizada un día antes), elaborado con un poco de harina de trigo, panela y agua, que luego de mezclarse con mucha fuerza, se dejaba descansar hasta el día siguiente.

Con la mezcla de otros ingredientes y el guarapo, se producía una masa de aroma muy particular, que era sobada a veces con el puño de la mano, a veces con un mecanismo creado por el mismo panadero, con cilindros de madera o con un palo, cualquiera que fuera el método, la idea era presionar la masa para sobarla.

El camaleón debe su nombre a la forma en la que se dibuja sobre el pan o se decora mientras está en el proceso de fermentación. Se marcan las extremidades, es decir, la cola y las patas. La idea era tentar al comprador con este pan de diferente forma y hacer que lo mordiera, así se podía animar a llevar más panes.



# EL PAN EN EL MUNDO

---



## La Tunjita

La tunjita se origina en el estado Lara, pero se supone que su nombre viene realmente de Tunja, un municipio Colombiano. Se dice que llegó a Venezuela gracias a una señora que trabajaba en una casa de familia y que junto con su hija, Isabel Rojas, se encargaban del cuidado en la casa. Al pasar el tiempo la hija hizo una gran amistad en la familia y les confió la receta de aquel pan.

En 1930, la dueña de la casa comenzó a elaborarlo y a comercializarlo entre sus amistades del pueblo. Fue tal la receptividad y su exquisitez, que cada día aumentaba su demanda.

Al tiempo mejoró la distribución y desarrollo de este pan con lo que se comercializó en otras áreas del país, después de que las hijas de la dueña de la casa se encargaran de mantener la receta, luego de que su mamá muriera.

También se le conoce como “piñita” debido a la forma en picos que se le hace en la parte superior luego de agregarle azúcar.

## Almojábanas

Estos deliciosos panecillos redonditos son preparados con almidón y queso. Cuando están recién horneados resultan maravillosos, ya que el queso derretido se funde con el delicado sabor que aporta el almidón. Su preparación nace en Europa durante la Edad Media, pero a diferencia de nuestra preparación, la receta europea no llevaba queso sino muchos huevos.

La procedencia de la almojábana que se conoce hoy en el país es realmente colombiana. Por eso, en toda la zona andina, que tiene cercana la frontera con Colombia, se pueden conseguir con más frecuencia. En los estados Táchira, Mérida y Trujillo se consiguen en muchas de las panaderías.

Se dice que su nombre proviene de la castellanización de la palabra árabe al muyaabana, expresión que parece no existir en el árabe actual, pero que se asocia con productos que tienen queso. Adicionalmente, si se estudia su morfología, se puede concluir que se relaciona con productos que tienen una característica en gran abundancia, entonces, y en este caso sería el queso.

En Venezuela, la almojábana andina es lo que en Colombia llamarían pan de yuca. Lo interesante está en que suelen usar un queso ahumado en la receta como es típico en la región.





## El Golfeado

Pan de tendencia dulce, que más que un producto de panificación puede clasificarse como dulce. No es más que una masa saborizada y enrollada rellena con papelón, queso y especias.

Es difícil saber a ciencia cierta el origen del nombre pero según la tradición popular, la palabra

“golfiao’ o “golfeado” nació hace más de un siglo en la hacienda cafetera El Hoyo de las Tapias que surtía de café a Caracas. Se cuenta que los campesinos de la época llamaban ‘golfiao’ a la semilla en forma de caracol que le nace al café.

Por otra parte, los hermanos canarios María Duarte y Gregorio Vicente Duarte instalaron la Panadería Central cerca de la actual redoma de Petare. Se cuenta que ellos crearon este pastel con estilo danés y según la cultura popular, alguien que lo vio y quería comprarlo le dijo a la señora María Duarte ‘deme eso que parece un golfiao’, asociándolo con la semilla en forma de

caracol a la que los campesinos cafetaleros conocían por ese nombre.

Con los años y luego del cierre de la Panadería Central, la receta se fue difundiendo entre los panaderos y artesanos. Era común conseguir esta delicia en zonas con mucho tránsito de gente como Sabana Grande, El Junquito y Los Teques. En la actualidad hay varias recetas, diferentes versiones, infinidad de locales que los venden y muchos fanáticos de los golfeados.

Su aroma, textura y mezcla de sabores hace que la mayoría de los venezolanos sucumba ante uno a cualquier hora del día.



## Pan de A Locha

El llamado “pan de a locha” o pan francés, por lo general suele ser alargado pero en formato pequeño (aproximadamente 15 cm). Generalmente se usan para preparar lo que conocemos como balas frías, sándwiches o como dicen en España, bocadillos.

El pan de a locha es salado, con costra suave no muy dorada. Su nombre se debe al precio que tenían cuando se conseguían en las panaderías en los años 60.

Posteriormente, en los 70’s, mantuvieron ese nombre aunque ya no tenían el mismo precio ni la moneda (locha) era parte del cono monetario. Se solían vender a un precio de ocho unidades por un bolívar, tomando en cuenta que cada unidad costaba 12.5 céntimos de bolívar (una locha).



### Fuente consultada:

<https://elestimulo.com/bienmesabe/7-panes-para-recorrer-venezuela/>

# MUJERES EN LA Y PASTELERÍA REPOSTERÍA

ESTE MES CELEBRAMOS

Este mes queremos celebrar el Día Internacional de la Mujer con un artículo sobre algunas pasteleras y reposteras que han destacado en esta profesión.

Aunque en el mundo de la panadería y pastelería han destacado más los hombres, estas mujeres han sabido ganar terreno gracias a su gran talento, dedicación y originalidad, países como México, Francia, Rusia, Brasil, Singapur, Italia y España son testigos de ello.



## Sofía Cortina (México)

Las creaciones de la chef Sofía Cortina son la mejor compañía para un día de trabajo. Clásicos reinventados con técnicas y presentaciones modernas que resaltan aún más sus postres. En sus recetas evita los azúcares añadidos y aprovecha al máximo el dulce natural de las frutas, el chocolate, la leche o los frutos secos.

Tal es el caso del pastel *Sacher* compuesto de moka, bizcocho *Sacher*, bavaresa de chocolate y helado de café. La tarta de limón posee el dulzor y cantidad exacta de merengue para un disfrute inolvidable y los plátanos tatemados a la leña se elevan a otro nivel con el cacao, la crema de ron y el bizcocho de dátiles.



### **Claire Damon** (Francia)

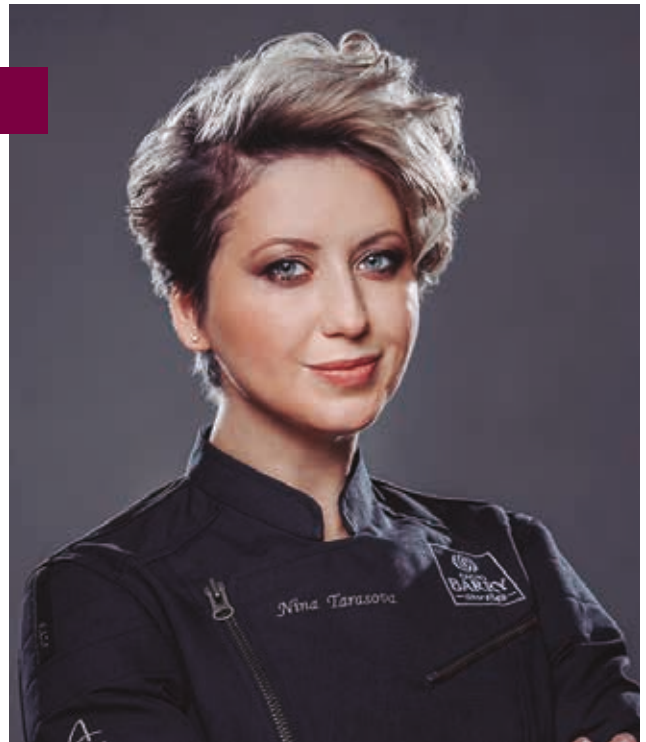
Damon tiene estilo propio y una firma pastelera inconfundible. La definen su elegancia y los sabores amables combinados en una forma característica de distinción. Claire tiene dominado el punto perfecto, la medida justa y el aspecto bello.

Entre sus trabajos podemos encontrar el *Lipstick* de caramelo y flor de sal que es un juego de texturas con base crujiente, crema de almendras, mousse de vainilla, crema de caramelo a la flor de sal y chantilli de caramelo y vainilla de México.

### **Nina Tarasova** (Rusia)

Pastelera que recorre el mundo impartiendo master class, con un gran éxito en las redes sociales. Además, es consultora de restaurantes y pastelerías.

Le gusta detenerse en los detalles del proceso de elaboración, explicar los entresijos de su profesión. Una de las características de su estilo es la gran presencia del color y la preocupación por el diseño de sus creaciones







Sistema de Información Empresarial Mexicano

## ¿QUÉ ES EL SIEM?

Es un sistema que integra la información actualizada de los establecimientos del país desde una perspectiva de promoción, en donde encontrarás las características, ubicación, actividades productivas y proveedores para el desarrollo de tu negocio vía internet.

## FUNCIONAMIENTO LEGAL

De acuerdo con la Ley de Cámaras Empresariales y sus Confederaciones, los establecimientos deben registrarse en el SIEM, proporcionando información actualizada que permita identificar sus características.

### BENEFICIOS:

- Difusión.
- Oportunidad de ampliar clientes a nivel local y nacional.
- Consulta segura y actualizada.

Consulta: [www.siem.gob.mx](http://www.siem.gob.mx)



(01+55) 51 34 05 00 Ext. 102,  [dpromocion@canainpa.com.mx](mailto:dpromocion@canainpa.com.mx)  
Doctor Liceaga No. 96, Col. Doctores, Demarcación Cuauhtémoc, C.P. 06720, CDMX.

CANAINPA

## Lia Quinderé (Brasil)

Estudio en *Le Cordon Bleu* de Francia y, más tarde, se especializó en diseño de tartas en Chicago.

Con 11 años de experiencia en la repostería, Lia comenzó a ir más allá de sólo repetir fórmulas y recetas, pues para realizar sus macarones no utiliza harina de nuez importada, sino que desarrolló una harina de nuez del sureste de Brasil y el resultado es un macaron con un sabor más intenso, pero con una masa tan delicada como la original.



## Natalie Eng (Singapur)

Esta chef, con un gran talento por la fotografía, proviene de Singapur. La expresión “demasiado bonita para comer” describe muy bien su trabajo.

Es conocida por sus más de 26,000 seguidores en Instagram y por sus clientes de lujo, como Chanel. Sus postres minimalistas, esculturales y perfectos como las tartas de higos o un sándwich de mantequilla de maní y mermelada, le han abierto las puertas para ser considerada una de las pasteleras más prometedoras de Singapur.





CANAINPA

# *¡Decorar tu panadería!*

**Pósters de venta en CANAINPA:**

✉ [rogeliolorenzo@canainpa.com.mx](mailto:rogeliolorenzo@canainpa.com.mx)

☎ Tel. (01+55) 51340500 Ext.102

📍 Dr. Liceaga No.96, Col. Doctores,

Alcaldía Cuauhtémoc,

C.P 06720,

CDMX.







## Loretta Fanella (Italia)

Al principio quería ser peluquera, pero con el tiempo se dio cuenta de que su amor por el diseño y las formas también podía expresarse a través del arte de la pastelería.

Sus creaciones podrían parecer salidas de un cuento de hadas, paisajes comestibles, figuras de animales y rompecabezas. Su originalidad le ha dado varios premios, incluyendo el de la Mejor Pastelera de Italia 2007, por la guía Paolo Marchi y en 2014, una estrella Michelin.

## Saray Ruiz (España)

Es una pastelera que estudió en la Escuela de Pastelería del Gremio de Barcelona y actualmente es también profesora de la misma, además de ser capitana de la Copa del Mundo de Pastelería que se presentará en Lyon el próximo año 2021.

En 2019 su amor por el chocolate la hizo ser la primera mujer en ganar el XI Campeonato al Mejor Maestro Artesano Chocolatero 'Trofeo Lluís Santapau' lo que la hizo acreedora del título de la Mejor Chocolatera de España.



Y así como ellas, existen muchas otras pasteleras y reposteras que nos enorgullecen e inspiran por su gran labor y dedicación.



## HOJALDRA

### Procedimiento:

1. Mezclar los ingredientes, reservándose la mitad del azúcar hasta obtener una consistencia semi-elástica.
2. Incorporar la otra mitad del azúcar, seguir mezclando y sacar la masa cuando tenga la elasticidad deseada.
3. Extender la masa y empastar dando 4 vueltas sencillas pausadamente, volver extender la masa y cortar en cuadros.
4. Formar piezas y fermentar 60 minutos.
5. Hornear a 190°C por 20 minutos.
6. Presentar.

### Ingredientes:

- 1 Kg. Harina
- 200 g. Azúcar
- 20 g. Levadura
- 15 g. Sal
- 250 ml. Leche
- 7pzas. Huevo
- 500 g. Mantequilla o margarina (empaste)



# MOUSSE DE MANDARINA

## Procedimiento:

1. Mezclar el jugo de mandarina, la nata semi montada y la lechera con la ayuda de un batidor.
2. Incorporar la grenetina previamente calentada y reservar.
3. Colocar la galleta molida en un recipiente, agregar la mantequilla previamente derretida y mezclar hasta formar una base para tarta.
4. Poner la base de tartas en un molde para mousse de 18 pulgadas.
5. Vaciar la preparación de mousse en el molde, al ras del aro y dejar refrigerando mínimo 12 h.
6. Decorar al gusto, con base al mousse de mandarina.
7. Presentar.

## Ingredientes:

- 750 g. jugo de mandarina
- 200 g. crema para batir
- 150 g. lechera
- 30 g. grenetina hidratada

## Ingredientes base:

- 150 g. galleta oreo molida
- 50 g. mantequilla



# PERSONAS DESAPARECIDAS

---



R.F.C. AMN-970904-1Y4  
Tel/Fax. 56-74-79-02  
e-mail: amnrdac@hotmail.com  
www.regresaacasa.org



@RegresoACasa\_mx



@RegresoACasa

## Asociación Mexicana de Niños Robados y Desaparecidos, A.C.

El peor dolor que puede sufrir un ser humano es perder un hijo, tú puedes contribuir a regresarle la sonrisa ¡AYÚDANOS!

Av. División del Norte #2315 int. 3 Col. General Anaya, CDMX, C.P. 03340



### Tania Geraldine Olguín Díaz

**Edad:** 16 años

**Complexión:** Robusta

**Estatura:** 1.70 mts.

**Color de piel:** Morena clara

**Historia:** Salió de su domicilio antes de las 6:00 p.m. sin avisar a dónde se dirigía, ya no se supo más de ella.

**Lugar y fecha de extravío:** Los Héroes Tecamac 2ª, Sexto Sector, Mz. 40, Lote 04, casa 02.

17 de febrero del 2020.

---

### Aaron Monge Mazorra

**Edad:** 6 años

**Complexión:** Delgada

**Estatura:** 1.20 mts.

**Color de piel:** Morena clara

**Historia:** La señora Karla Mazorra Ferreiro vivía con su hijo, ellos dos solos, llegó el padre y se lo llevó, sin su autorización.

**Lugar y fecha de extravío:** Tijuana Baja California Sur



---

### José Pedro Cruz Santiago

**Edad:** 19 años

**Complexión:** Regular

**Estatura:** 1.75 mts.

**Color de piel:** Morena clara

**Señas particulares:** Cicatriz en parte superior de ceja y una verruga enfrente de oreja izquierda.

**Historia:** El joven salió de su domicilio rumbo a su trabajo que se ubica en la Alcaldía Gustavo A. Madero.

**Lugar y fecha de extravío:** Cda. 2 de marzo I-5 Barrio San Pablo Chimalhuacán, Estado de México.

6 de julio 2012.



Febrero 2020  
No. 366 Año 30

# PAIN

*El mundo del*

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



**¿QUIERES  
ANUNCIARTE  
EN NUESTRA  
REVISTA?**

**COMUNÍCATE al  
(55)51 34 05 00  
EXT. 121**

**[comunicacion@canainpa.com.mx](mailto:comunicacion@canainpa.com.mx)**

**OREJAS**

**FACTURAS  
INSTÁNTANEAS**

# LE RECORDAMOS

## MARZO

- 1-6** PERIODO RECEPCIÓN DE INFORMACIÓN
- 11** PAGO DE CUOTAS
- 13** PAGO DE IMPUESTOS

## ABRIL

- 1-7** PERIODO RECEPCIÓN DE INFORMACIÓN
- 13** PAGO DE CUOTAS
- 15** PAGO DE IMPUESTOS

## MAYO

- 4-8** PERIODO RECEPCIÓN DE INFORMACIÓN
- 12** PAGO DE CUOTAS
- 14** PAGO DE IMPUESTOS

### IMPORTANTE

LE INFORMAMOS QUE LAS DISPOSICIONES FISCALES OBLIGAN A LOS CONTRIBUYENTES A INFORMAR DE LAS OPERACIONES CON SUS PROVEEDORES A MÁS TARDAR EL DÍA 17 DE CADA MES, POR LO QUE, PARA CUMPLIR CON ESTA OBLIGACIÓN, ES PRECISO QUE PRESENTE SU DOCUMENTACIÓN COMPLETA EN LOS DÍAS INDICADOS.

IGUALMENTE LE INFORMAMOS QUE ÉL NO REALIZAR LA ENTREGA EN LAS FECHAS INDICADAS OCASIONARÁ RETRASO EN EL PROCESO DE SU NÓMINA, CONTABILIDAD, CÁLCULO, ELABORACIÓN Y PRESENTACIÓN DE SUS DECLARACIONES Y PAGOS, GENERANDO ACTUALIZACIÓN, RECARGOS Y MULTAS.

#### NOTAS:

- Le recordamos que estamos a sus órdenes en absolutamente todas las áreas de la institución, para prestarle la mejor atención.
- No olvide inscribirse al sistema empresarial mexicano "SIEM".

# INDICADORES AGRÍCOLAS

<b>ROBUSTA</b>	<b>MAR</b>	<b>MAY</b>	<b>JUL</b>
(dls. por ton.)	2,847	2,858	2,838
<b>AZUCAR 11</b>	<b>MAR</b>	<b>MAY</b>	<b>JUL</b>
(cts. por lb.)	69.65	70.47	69.62
<b>AZUCAR 16</b>	<b>MAR</b>	<b>MAY</b>	<b>JUL</b>
(cts. por lb.)	102.20	105.20	108.30
<b>AZUCAR 5</b>	<b>MAR</b>	<b>MAY</b>	<b>JUL</b>
(dls. por ton.)	27.60	27.45	26.65
<b>CACAO ICE</b>	<b>MAR</b>	<b>MAY</b>	<b>JUL</b>
(dls. por ton.)	0.31	0.31	0.31
<b>MAIZ CBOT</b>	<b>MAR</b>	<b>MAY</b>	<b>JUL</b>
(dls. por bushel)	3.85	3.88	3.87
<b>SOYA CBOT</b>	<b>MAR</b>	<b>MAY</b>	<b>JUL</b>
(dls. por bushel)	13.65	13.54	12.07
<b>HARINA CBOT</b>	<b>MAR</b>	<b>MAY</b>	<b>JUL</b>
(dls. por bushel)	905.50	915.5	918.75
<b>ACEITE CBOT</b>	<b>MAR</b>	<b>MAY</b>	<b>JUL</b>
(cts. por lb.)	3.00	2.94	2.78
<b>TRIGO CBOT</b>	<b>MAR</b>	<b>MAY</b>	<b>JUL</b>
(dls. por bushel)	5.63	5.61	5.67
<b>J. DE NARANJA</b>	<b>MAR</b>	<b>MAY</b>	<b>JUL</b>
(cts. por lb.)	15.08	14.88	14.82
<b>AVENA CBOT</b>	<b>MAR</b>	<b>MAY</b>	<b>JUL</b>
(dls. por bushel)	2.99	3.04	3.05
<b>ARROZ CBOT</b>	<b>MAR</b>	<b>MAY</b>	<b>JUL</b>
(cts. por lb.)	1,290	1,307	1,325
<b>RES CME</b>	<b>ABR</b>	<b>JUN</b>	<b>AGO</b>
(cts. por lb.)	120.80	112.3	111.00
<b>CERDO CME</b>	<b>ABR</b>	<b>MAY</b>	<b>JUN</b>
(cts. por lb.)	67.58	75.30	83.18

ACTUALIZADO AL 20 DE FEBRERO DE 2020





Nuestra tecnología, infraestructura y talento humano, nos convierten en el **mejor fabricante de productos derivados de trigo en México.**



Mejores harinas, mejores resultados.®

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

Fábrica de Harinas Elizondo S.A. de C.V.  
Ferrocarril de Cuernavaca N° 887, Col. Irrigación C.P. 11500 México D.F.  
Tel.: 55 2122 6070 Lada sin costo: 800 710 96 97  
[info@harinaselizondo.com](mailto:info@harinaselizondo.com)



@fabricadeharinaselizondo



@HarinasElizondo



@harinaselizondo



*Llegó el momento  
de renovarnos.*

Estrenamos nueva imagen, nuevos empaques  
y nueva planta.

Para ofrecer una mejor calidad  
y un mejor servicio.

**Nueva  
Imagen**



**CREMA TOPPING**, en sabores Nata, Vainilla y Chocolate  
y en presentaciones de 1kg, 2kg y 4kg.

Calle San Andrés No. 24 Col. San Andrés, Azcapotzalco, CDMX, C. P. 02240  
Tel. (55) 53834646, [ventas@ilsafrigo.com.mx](mailto:ventas@ilsafrigo.com.mx)