

Octubre 2023  
Núm. 410 Año 34

# PAN

## *El mundo del*



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

## Día mundial del pan ¿Lo conocías?



### SALUD LEGAL

¿Cómo prevenir problemas?

### ¿QUÉ SIGNIFICA PARA TI EL PAN DE MUERTO?

Entrevista a un panadero local





La Elección Profesional

# Contigo en cada producto



COBERTURA SABOR VAINILLA (ver foto) cont. 2 kg

#### DECLARACIÓN NUTRIMENTAL

Contenido energético por ración: 1,200 kcal (5,000 kJ)

Contenido energético

por 100g

364.5 kcal (1516 kJ)

Proteína

15g

Grasa total

25g

Grasa saturada

24.5g

Grasa trans

1g

Carbónhidrato

30g

Almidón

26.5g

Proteína

15g

Sal

10 mg

Almidón

26.5g

Proteína

15g

Sal

10 mg

Almidón

26.5g

Proteína

15g

Sal

10 mg

Almidón

26.5g

Proteína

15g

Sal

10 mg

Almidón

26.5g

Proteína

15g

Sal

10 mg

EXCESO CALORÍAS

EXCESO AZÚCARES

EXCESO GRASAS SATURADAS

SECRETARÍA DE SALUD

## TOPPING

### Cobertura Sabor Vainilla



Ver sugerencia



La Elección Profesional

CONTENIDO NETO 2 kg



IlsaFrigo\_Mexico



www.ilsafrigo.com.mx



# ada momento Ilsa Frigo



**Productos  
Ilsa Frigo**

## **Sabores**

Chocolate, Vainilla y Nata.

## **Presentaciones**

Gable 1 Kg.	Caja	12 piezas.
Gable 2 Kg.	Caja	6 piezas.
Gable 4 Kg.	Caja	4 piezas.

## **Tiempo de vida**

En congelador 1 año temperatura -18° C.  
Posterior a su descongelación 44 días.  
Refrigeración temperatura de 4°C a 7°C.



IlsaFrigoMexico



IlsaFrigo.Mexico



@CanainpaPanaderosdeMexico

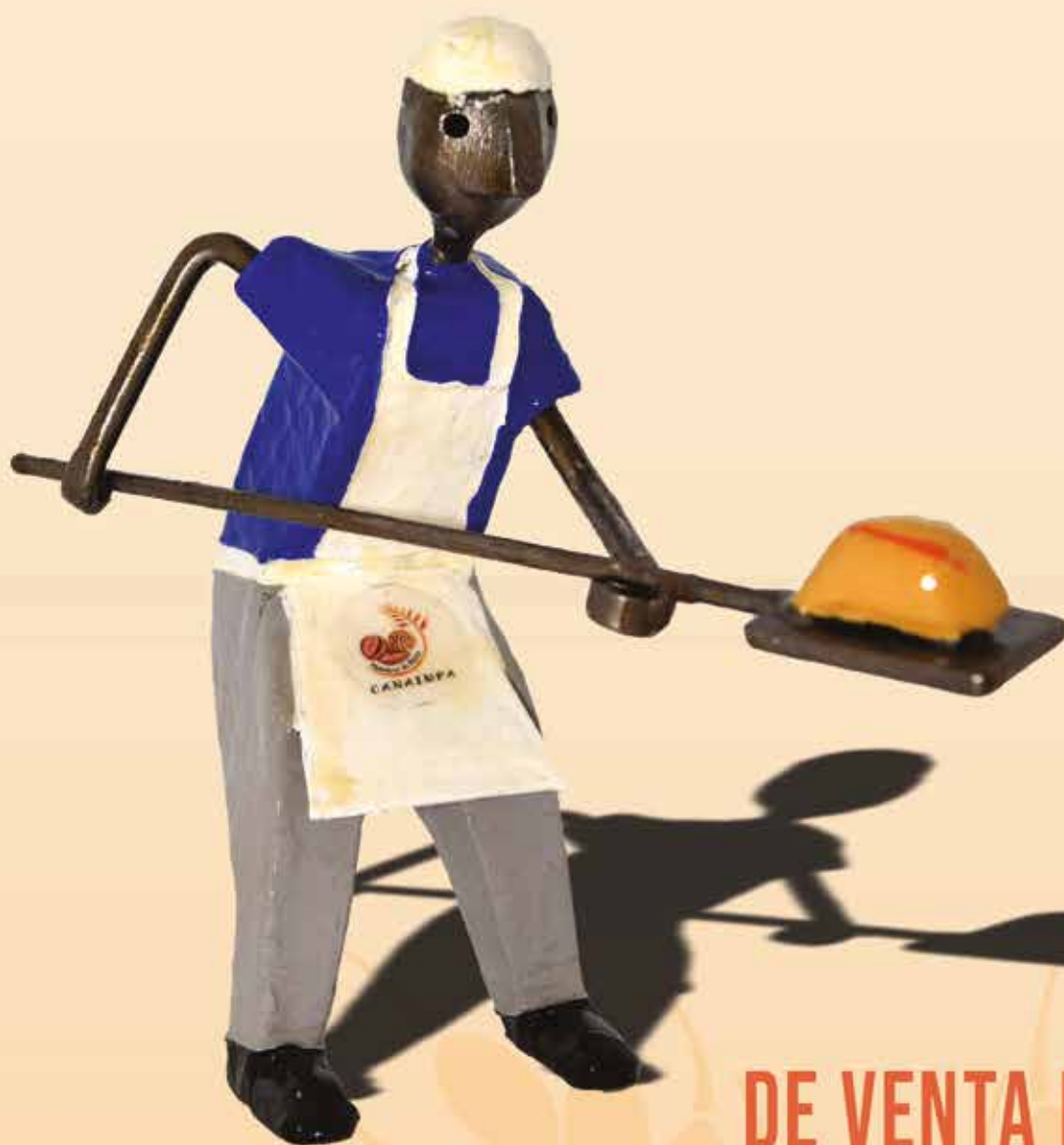


canainpa\_panaderosdemexico



CANAINPAoficial





CANAINPA

DE VENTA EN CANAINPA

# PANADERITOS ARTESANÍA

Para más información:

☎ 5593001572

@ dpromocion@canainpa.org.mx

📍 Los Juárez No. 10, Col. San José Insurgentes, Alcaldía Benito Juárez, C.P. 03900, CDMX.



## "EL MUNDO DEL PAN"

Revista mensual, Distribución Gratuita

Agremiados a CANAINPA  
Los Juárez No. 10, Col. San José Insurgentes,  
Alcaldía Benito Juárez  
CDMX, C.P. 03900  
Tel. 55 9300 1572  
e-mail: comunicacion@canainpa.org.mx  
[www.canainpa.org.mx](http://www.canainpa.org.mx)

### Venta de Espacios Publicitarios Tel 55 9300 1572

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: Luis Miguel Martínez Pérez. 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 Los Juárez 10, Col. San José Insurgentes, Alcaldía Benito Juárez, C.P. 03900, 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.org.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.

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

Año 34  
Número 410



**Luis Miguel Martínez Pérez**  
Presidencia

**Rocío Ruíz Chávez**  
Directora de Relaciones Interinstitucionales

**Leonel Díaz Sampayo**

**Quejas y Sugerencias**  
[contacto@canainpa.org.mx](mailto:contacto@canainpa.org.mx)

## REVISTA EL MUNDO DEL PAN

**Leonel Díaz Sampayo**

**COLABORADORES**  
**Guadalupe Díaz Gómez**



# CONTENIDO

## EDITORIAL

5

## DELEGACIONES CANAINPA

6

## LE RECORDAMOS

6

## CONSULTORIO FISCAL

Forma de pago en CFDI global

7

## INDICADORES FINANCIEROS

8

Infórmate sobre el Programa de  
Vigilancia Profunda

9

11

## ENTREVISTA

Entrevista a Miguel Ángel  
Juárez Aldaraca

11



## OFICIAL

EXPOPAN

14

## EFEMÉRIDES

1 de octubre

Día internacional del café

17

1 de octubre

Día internacional del músico

18

2 de octubre

Día internacional de la no violencia

19

2 de octubre

Día mundial de la arquitectura

20

6 de octubre

Día internacional de la sonrisa

22

7 de octubre

Día mundial del algodón

23

7 de octubre

Día interamericano del agua

25

10 de octubre

Día de la salud mental

27

30

12 de octubre

Día de la raza



13 de octubre

Día del huevo

32

16 de octubre

Día internacional del pan

35

## HABLEMOS DE INGREDIENTES

El Pan de Mesa  
y los ingredientes estrella

39

## PARA EMPRESARIOS

Salud legal.

La importancia de la prevención

42

48

Alimentos transgénicos en la  
industria panadera mexicana



## PANES EMBLEMÁTICOS

Carteras estilo francés

54

Aguacatas de piloncillo

55

56

## ESTE MES CELEBRAMOS

16 de octubre

Día Mundial del Pan



## RECETAS

Pan Marraqueta

62

Hojaldras

64

## OBLIGACIONES 2023

67

## PERSONAS DESAPARECIDAS

72



# ENTIDADES COLABORADORAS



CANAINPA



Otras entidades colaboradoras:

- . AAK MEXICO, S.A. DE C.V.
- . USA POULTRY AND EGG EXPORT COUNCIL INC.

Si quieres ser parte de nosotros comunícate con Rogelio Lorenzo Morales al

☎ 55 9300 1572

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



# Editorial



En este mes festejamos distintas tradiciones nacionales que también forman parte intrínseca de nuestra industria, de hecho, desde el mes pasado, la industria mexicana del pan y de la repostería se convierten en parte del ritual alimenticio y cultural en la vida diaria de las y los mexicanos.

**Este mes celebramos** el comienzo de una época culturalmente asociada a nuestros antepasados prehispánicos, llena de recuerdos, colores, rituales y sobre todo y lo que nos atañe directamente, llena de comida. Las fechas de “días de muertos” oficialmente son en noviembre, sin embargo, son los primeros días, por lo que todos los preparativos comienzan desde mitades de este mes para poder tener todo listo a tiempo y que la celebración cumpla su fin ritualístico, que no es más que traer a la memoria y a la mesa a las personas que ya no nos acompañan y que aún recordamos con nuestros corazones.

Es así que comienzan los preparativos para hornear las famosas “hojaldras” o “pan de muerto” que si bien, todos los ingredientes los puedes adquirir a lo largo de todo el año, es una tradición realizar este pan únicamente en las fechas ceremoniales de los fieles difuntos.

Una vez más nuestras tradiciones tienen un papel importante en la economía nacional y nuestra labor como panaderos es alentar a nuestras familias y nuestros consumidores a que estas tradiciones se conserven y perduren como identidad de nuestro oficio que día a día lleva sonrisas a todos los mexicanos.

Estas fechas son especialmente importantes para recordar a todos aquellos que ya no están con nosotros, por lo que, para cada una de las personas que lea estas líneas las fiestas de los fieles difuntos tiene un significado diferente y un impacto personal, pero que esto no sea motivo de desánimo, sino todo lo contrario, que sea excusa suficiente para volver a visitar a familiares y amistades, a compañeros de trabajo y hacerles saber la estima que uno les guarda, que estas fechas sean utilizadas para recordar, para unir, para honrar a nuestros antecesores y seres queridos, ya que la memoria es nuestro más grande tesoro en este mundo. Una vida llena de recuerdos, de experiencias, es una vida plena, una vida recorrida por la bienaventuranza y el cariño de quienes nos rodean y claro que tú también formas parte de estas bendiciones en una vida ajena. Abraza a tus seres queridos y recuerda a quienes ya partieron honrando a nuestras tradiciones que, como mexicanos, nos llenan de orgullo y nos vuelve solidarios con quienes somos, de dónde venimos y sobre todo, hacia dónde vamos.

Recordemos también que esta temporada es el comienzo del último tramo del año, por lo que, también es buen momento para hacer presente que las siguientes fechas, como noviembre y diciembre, son fechas de alta demanda en nuestro sector, por lo que invitamos a todos los nuevos talentos de la industria a que innoven en el área, a que tomen este trimestre con todo el espíritu creativo y se animen a reinventar la industria con sus creaciones, apoyándose de ayuda de distintas plataformas y de distintas áreas, todo, hoy más que nunca, es posible.

La CÁMARA está deseosa de saber de qué es capaz el panadero mexicano y ansiosa de escribir la nueva historia mediante sus nuevos e innovadores sabores, ¡Adelante mexicanos! Reinventemos y honremos nuestras tradiciones con nuestro toque único.

ATENTAMENTE

LUIS MIGUEL MARTÍNEZ PÉREZ  
PRESIDENTE

### GUANAJUATO

Av. Reforma 1758  
Col. Deportiva Norte,  
C.P. 36612,  
Irapuato, Guanajuato  
Tel. 426 152 0754  
Correo electrónico: colmena20@hotmail.com

### MORELIA

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

### OAXACA

Heroico Colegio Militar No. 411, int. B, Col. Reforma,  
C.P. 68050, Oaxaca, Oaxaca.  
Tel. 951 2168677  
Correo electrónico: canainpaoax2@hotmail.com

### TORREÓN

Av. Tlaloc 2022 Ote.  
Col. Sta. María. C.P. 27020  
Torreón, Coahuila  
Tel: 871 7188224  
correo electrónico: raulmorellg@prodigy.net.mx

### OCTUBRE

17

PAGO DE IMPUESTOS

### NOVIEMBRE

17

PAGO DE IMPUESTOS

### DICIEMBRE

18

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".



# CONSULTORIO FISCAL

Este comprobante es conocido coloquialmente como CFDI global, que ampara las operaciones de un período por las cuales el cliente no solicitó factura con requisitos fiscales.

# Indicadores Financieros

## HISTÓRICO INFLACIÓN MENSUAL

### 2022

Julio	0.74%
Agosto	0.70%
Septiembre	0.62%
Octubre	0.57%
Noviembre	0.58%
Diciembre	0.38%

### 2023

Enero	0.68%
Febrero	0.56%
Marzo	0.27%
Abril	-0.02%
Mayo	0.22%
Junio	0.22%
Julio	0.74%
Agosto	<b>0.70%</b>

### INFLACIÓN MENSUAL

(Agosto)

**0.70%**

### INFLACIÓN ANUAL

(AGO 22 - AGO 23)

**8.70%**

### SALARIO MÍNIMO GENERAL

**\$ 207.44**

### SALARIO MÍNIMO GENERAL

EN FRONTERA NORTE

DE MÉXICO

**\$ 312.41**

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

Este CFDI global debe reunir una serie de requisitos que son similares a los de un CFDI ordinario, siendo uno de estos el señalamiento de la forma en que se realizó el pago; es decir, si el pago se realizó mediante cheque, efectivo, tarjeta de crédito, transferencia electrónica, etc.

Dado que estos comprobantes amparan un número indeterminado de operaciones, pagadas inclusive mediante distintas formas de pago cada una en lo particular, se genera la duda de cómo es que este dato se asentará en este comprobante.

En la Guía de Llenado del CFDI se indica que “en el caso de aplicar más de una forma de pago en una transacción, los contribuyentes deben incluir en este campo, la clave de forma de pago con la que se liquida la mayor cantidad del pago. En caso de que se reciban distintas formas de pago con el mismo importe, el contribuyente debe registrar a su consideración, una de las formas de pago con las que se recibió el pago de la contraprestación”.

Esto significa que, por ejemplo, si la mayoría de esas operaciones fueron liquidadas en efectivo, el CFDI global deberá señalar como forma de pago '01 Efectivo'. Si la mayoría de las operaciones se pagaron mediante el uso de tarjeta de crédito, se deberá asentar la clave '04 Tarjeta de crédito'.

The image shows a screenshot of the CFDI (Comprobante Fiscal Digital) form. The 'Datos Del Receptor' section includes fields for RFC (XAXX010701000), Razón Social (PUBLICO EN GENERAL), Uso de CFDI (001 - Sin efectos fiscales), Regimen Fiscal Receptor (E16 - Sin obligaciones fiscales), and Código Postal Del Dominio Fiscal Receptor (76117). The 'Datos De La Remisión' section includes fields for Tipo De Comprobante (Factura), C.P. Expediente (76117), Forma De Pago (01 - Efectivo), Método De Pago (PUE - Pago en una sola exhibición), Moneda (MXN - Peso Mexicano), Aplicar IVA (SI), Envío automático por Email (NO), and Exportación (No aplica). A green arrow points to the 'Forma De Pago' field, and a green dashed circle highlights the 'Método De Pago' field.

Por lo anterior, en el CFDI global se debe asentar la clave de la forma de pago con la que se hayan liquidado la mayor cantidad del pago, o bien, si todas las formas de pago se utilizan para igual número de pagos, se deja a discreción del contribuyente.



# INFÓRMATE SOBRE EL PROGRAMA DE VIGILANCIA PROFUNDA

CONSULTORIO FISCAL



Sirve para orientar a los contribuyentes para rectificar omisiones, diferencias e inconsistencias detectadas entre los datos manifestados en sus declaraciones y la información contenida en las bases de datos institucionales tanto propia como de terceros (CFDI, DIOT, Declaraciones, Pagos, entre otras fuentes).

En el marco del programa de vigilancia profunda, y a fin de incentivar el correcto cumplimiento de

las obligaciones fiscales de los contribuyentes, el SAT realiza estas acciones:

1. **Notifica un oficio invitación** donde solicita acudir de manera presencial a las instalaciones de la Administración Desconcentrada de Recaudación, en una fecha y hora programada, para llevar a cabo una entrevista de vigilancia profunda.

2. **Notifica un oficio invitación**, para una entrevista de vigilancia profunda realizada por la Administración Desconcentrada de Recaudación a través de medios electrónicos, a la cual deberás ingresar en la liga o dirección electrónica señalada en el propio oficio, mediante la conexión a la sesión a través de la herramienta Microsoft Teams.



En caso de recibir la notificación de un oficio invitación de entrevista de vigilancia profunda, el contribuyente debe realizar lo siguiente:

- Acudir a las oficinas de la Administración Desconcentrada de Recaudación o bien, en caso de una entrevista de vigilancia profunda en medios electrónicos, deberá ingresar desde su equipo de cómputo a la dirección electrónica que se remite en la invitación. En ambos casos se atenderá la cita previamente programada por la autoridad en la fecha y hora indicada.
- Durante la entrevista el personal del SAT dará a conocer las omisiones, diferencias o inconsistencias identificadas en el cumplimiento de las obligaciones fiscales.
- Al término de la entrevista, el contribuyente recibe orientación para realizar las correcciones o aclaraciones en su caso, ante la autoridad en un plazo de 10 días hábiles posteriores a la entrevista.

Para consultar mayor información relacionada al programa, así como para verificar algunas recomendaciones a fin de evitar posibles fraudes o actos de corrupción, consulta el video "Programa de entrevistas de vigilancia profunda" el cual se encuentra disponible en el apartado **Te ayudamos** de esta ficha.

Recuerda que el SAT:

- No distribuye software, no solicita ejecutar o guardar archivos, ni requiere información personal, claves o contraseñas por correo electrónico o vía telefónica.
- Siempre se identifica con claridad.
- En ningún caso te solicita realizar depósitos a cuentas bancarias o pagos en efectivo para la realización de un trámite o servicio; ya que todos los pagos de contribuciones siempre se realizan mediante una línea de captura emitida por el SAT; por lo que, cualquier solicitud distinta a esta presenta tu denuncia.
- La mejor forma de verificar la información es ponerse en contacto con la institución.

Cualquier irregularidad Denuncia mediante:

MarcaSAT 55 627 22 728.  
Correo electrónico: [denuncias@sat.gob.mx](mailto:denuncias@sat.gob.mx)  
SAT Móvil – Aplicación para celular, apartado Quejas y Denuncias.  
Quejas y Denuncias SAT: 55 8852 2222.  
Internacional: 1-877 44 88 728.

Puedes presentar tu queja o denuncia las 24 horas del día, los 365 días del año.



# ENTREVISTA A MIGUEL ÁNGEL JUÁREZ ALDARACA

---

## ENTREVISTA

---



**Entrevistador:** ¡Hola! Buenas tardes, disculpe, ¿Cuál es su nombre?

**Panadero local (Miguel):** Miguel Ángel Juárez Aldaraca

**Entrevistador:** Miguel un gusto ¿eres poblano?

**Miguel:** Sí, así es

**Entrevistador:** ¿cuántos años tienes?

**Miguel:** Tengo 24 años

**Entrevistador:** Perfecto, oye ¿Cómo fue que tú conociste la tradición de elaboración de hojaldras o del pan de muerto?

**Miguel:** Pues todo proviene de mi familia materna ya que mi abuelo tenía la tradición de siempre fechas de Muertos se ponía a elaborar las conocidas hojaldras. Aquí en Puebla se dice que este pan es estilo brioche y es adornado con las bolitas y huesitos encima que representan el esqueleto y el cuerpo del muerto.

**Entrevistador:** Ok y ¿cuánto tiempo lleva tu familia dedicándose a la elaboración de hojaldras?

**Miguel:** Pues yo sé que desde mi abuelo, las hacía desde que era joven y ahora sí que unos ochenta años tendrá la receta, al menos. Ellos vivían en Covadonga, que pues una de las áreas textiles importantes de la antigua Puebla y pues desde entonces en esa región empezaron.

**Entrevistador:** Oye, y de casualidad ¿Conoces si la receta ha variado en tu familia durante tantos años?

**Miguel:** En cuanto a los ingredientes... realmente no creo ya que son bastante sencillos, bastante fáciles de encontrar quizás, pues podríamos mencionar la el cambio de materiales, digamos, completamente naturaleza un poco sintéticos ahora ¿no? Bueno, no sabría cómo llamarlos.

Y pues obviamente algunas modificaciones a las cantidades, digamos, por ejemplo el azúcar, que ahora buscamos que sean un poco menos azucaradas o bajarle un poco a la grasa también de la receta original porque pues por intereses de la salud.

**Entrevistador:** mencionas que la hojaldra representa distintas partes del difunto, ¿conoces qué representa todo el pan de difunto?

**Miguel:** a mi conocimiento Lo esencial por la bolita y cuatro huesitos, que la bolita representa el cráneo que se pone al centro de la hojaldra y los 4 huesitos las cuatro extremidades del cuerpo y pues tiene esa forma cóncava, dónde se hace una alegoría a la tierra que da sostén al entierro que queda así como un montoncito de tierra. Entonces queda cómo está alegoría al... ps si al proceso de enterrar a nuestros muertos.

**Entrevistador:** Oye y ¿tú comercializas tu familia comercializa el pan?. O se queda únicamente a nivel familiar y es utilizado para los ritos o tradiciones propias de tu familia.

**Miguel:** pues realmente cómo empezó todo era hacer el pan para la familia, para compartir para pues... darle un toque personal a la ofrenda, increíble y bella tradición de aquí de México y pues, poco a poco con el paso de los años se ha dado que, cuando empezamos a compartirlo con amistades, con vecinos o personas conocidas les gustó tanto el el sabor que llegan a pedirnos que les realicemos algunos pedidos pero de forma clara, así salir a vender el pan, digamos, no, no es el objetivo, es más que nada preservar la tradición. Y si no, recordar a los a los que nos acompañaron a hacer el pan que ahora, pues, les dedicamos.

**Entrevistador:** Oye tengo entendido que, justo ahorita mencionaste “tradición” y según yo todos

los ingredientes son de fácil acceso durante todo el año, ¿Hay algún tipo de ritual o fecha por los que el pan se realiza solo en esta época?

**Miguel:** pues principalmente yo diría respetar la tradición de este pan nos rememora a estas fechas De hecho, éstas se pueden realizar todo el año ya que se puede elaborar fácilmente pero pues sí lo hacemos todo el año se volvería un pan común y corriente ¿no? perdería esta sensación de ser algo tradicional, específico de una fecha. Que a mí en lo personal me gusta realizarlo en el período de un mes. Digamos de mediados de octubre hasta mediados de noviembre nada más. Justamente para que no, pues no caiga en la banalidad en un pan común y corriente, como una concha, unocol, un pan que puedes comprar cualquier día en la panadería. No, la hojaldra es algo más representativo.

**Entrevistador:** Oye y como productores locales... ¿Cuál ha sido el mayor volumen en piezas que han realizado?

**Miguel:** A lo largo de la temporada de este mes como te decía. Pues quizás entre unas 150 piezas a 200 más o menos. Sí pues es una cantidad moderada para nada Industrial también lo que no me gusta es caer en la industrialización del proceso y perder la magia de la tradición... entonces sí, tratamos al menos aquí en la casa de que se mantenga como algo pequeño y representativo.

**Entrevistador:** Okay, Y justo hablaste del proceso de industrialización ¿Qué opinas? como productor local, sobre la industrialización de este pan y de la globalización que nos ha traído. hojaldras rellenas de nutella, de chocolate, hojaldras, ya directamente de café, ¿ya son parte de nuevas tradiciones o crees que es una manera de acercar a un público diferente a estas tradiciones Mexicanas?

**Miguel:** pues lo que menciona sobre darle distintos sabores, distintos rellenos, incluso eso no



me parece mal. Me parece incluso una forma de experimentación que hay en el proceso individual del pan. Está bastante bien de empezar algo nuevo y darle un toque, pues personal cada quien que lo prepare, pero pues también justamente manteniendo lo artesanal, a mí no me gusta ver por ejemplo, que los supermercados desde finales de julio se pongan a vender hojaldras, ¿no? Y pues realmente saben a un pan cualquiera, pero crean está ilusión en la gente... la gente empieza a decir: "No pues ya hay hojaldras, ya podemos comprar" y pues la gente se va acostumbrando a tener una manera más inmediata y al consumo rápido de las tradiciones que, realmente, minimizan el afecto y pues lo vuelven algo más cotidiano. Soy muy partidario de ella y que ya no forme parte de una tradición o sino de un objeto de consumo directo de consumo inmediato acostumbrado temporada específica de lo queremos todo Incluso en este producto.

**Entrevistador:** Y cuéntame un poco más ¿Cómo es el proceso de elaboración? ¿De qué consta?

**Miguel:** Pues lo primordial primero que nada más bien es salir conseguir los insumos, harina, levadura, la gente de azar, Qué es lo que le da al toque único a la hojaldra, azúcar, huevo y demás... Y pues estamos igual de mantenerlo artesanal. Lo bueno tarda. Buscar a proveedores, pues lo más locales posibles, no irnos al supermercado, sino ir al mercado, ir a las tiendas cercanas y pues, en el proceso lo importante para mí es hacer todo a mano, o sea, no no utilizar tanto el apoyo por ejemplo de la batidora, las mezcladoras, o parecido, ¿no? entonces sí, poner en la mesa, limpiar muy bien la mesa, desinfectarla, para poder tener los ingredientes ahí en la superficie sin que haya ningún problema; tener muy buen cuidado de la higiene de las manos, también porque pues no queremos usar guantes o cosas así entonces, pues sí, incorporar a batir hasta que tenga la con-

sistencia adecuada, que lo que se busca es una consistencia muy, muy... poco pegajosa y que tenga algo que se llaman los ojitos de pescado, Qué son como burbujitas en la masa, esos ojitos son como el indicador en el que te dice que ya está muy bien tu masa y así ya la puedes dejar reposar, también el reposo es muy importante para que la levadura se active y haga su trabajo y posteriormente se puede tomar la masa para moldearla y darle la forma que queramos y ps ya, llevarla al horno.

**Entrevistador:** Ahora ya para finalizar Miguel, ¿Cuál crees que sea el distintivo de los productores locales ante la industrialización del comercio?

**Miguel:** Pues todo va estar en el meollo de la preparación, incluso de una manera más espiritual Pues para mí representa una reconexión con mis antepasados. Por ejemplo con mi abuelo sobre todo, pues en los momentos en que estoy preparando el pan. Pues recuerdo cuando lo hacíamos juntos y hasta cierto punto siento aún su presencia ayudándome a hacerlo, entonces. creo que quizás no es tangible de alguna manera diferenciarlos del pan artesanal al pan industrial, sin duda. la imperfección en los humanos, ¿no? porque cuando te compras una pieza es única. Y pues también el contacto no cuando ya Incluso el que se tiene entre comprador y vendedor; En la compraventa, se siente mucho más en el cariño que le tienes a su pan a la hora de ofrecer y agradecer; es el proceso de disfrutarlo de comprarlo de ver la alegría en las caras de las de los productores artesanales donde te das cuenta de que vale la pena.

**Entrevistador:** Perfecto Miguel pues, muchísimas gracias y esperemos poder disfrutar este año de las deliciosas hojaldras que prepara tu familia.

**Miguel:** Claro que sí, ya saben, muchas gracias a ustedes por el espacio

# EXPO PAN

IMPULSANDO LA INDUSTRIA DE



PANADERÍA REPOSTERÍA PIZZA

## OFICIAL

El pasado 23 de agosto tuvo lugar el primer día de la gran Expo Pan 2023, convención esperada por todo el sector a nivel nacional por su gran cantidad de expositores sin mencionar que, es una de las convenciones más grandes de Latinoamérica en el rubro de la panadería.

La exposición consta de 4 días en los que distintos especialistas en materia de repostería realizan talleres, imparten clases express y hacen demostraciones de sus piezas alrededor de los mejores proveedores para la industria.

Durante los cuatro días pudimos presenciar cómo este fue el evento con mayor cantidad de expositores y de visitantes, rompiendo el récord de 36,050 personas en todo el plazo que el evento tuvo lugar, teniendo también a más de 700 marcas nacionales e internacionales representadas en casi 200 stands.

En total se realizaron 28 talleres demostrando el uso y aplicaciones de distintos productos, además de que también presenciamos a más de 100 chefs participando en distintas actividades, es decir, que tuvimos la oportunidad de vivir una de las experiencias más enriquecedoras para la

industria a nivel de compartir conocimiento y que este fuese accesible para todos, desde los distintos proveedores, empresas, negocios de todos tamaños hasta para los que recién comienzan en sus primeras producciones.

La CANAINPA tuvo la gran oportunidad de participar como expositores para que los distintos panaderos, reposteros, comerciantes y apasionados conocieran un poco más de nuestra cámara y logaran animarse a incluso, decidir trabajar con nosotros.





**OLEOFINOS**

**OLEOMEX**



**Pan-Pro®**

**EXTRA**

**Grasa para  
Panificación  
y Freído**

**Pedidos al:  
800 8224035**



**oleofinos**



**oleofinos\_ind**

**[www.oleofinos.com.mx](http://www.oleofinos.com.mx)**





Además de todo lo anteriormente mencionado, también pudimos presenciar dos concursos, ambos relacionados con la creatividad y conocimientos en la rama de los chefs que decidieron participar, el concurso “Copa Panadera Food Service” constó en el montaje de un bufete que contempló las siguientes categorías:

1. Pan Nutritivo y Saludable
2. Baguette
3. Croissant y otra pieza de pan dulce realizada con la misma masa de croissant
4. Concha y otro pan tradicional mexicano
5. Pan Creativo
6. Sourdough
7. Pieza Artística

Fotografía recuperada de la página oficial de Facebook: ExpoPan



Los ganadores fueron los panaderos Oscar Paniagua Galindo y su ayudante Jorge Enrique del Valle Galván mientras que, en el segundo concurso, el cual lleva por nombre “pastelArte” los ganadores fueron la chef Astrid Alva y el chef Francisco Fernández, que realizaron un trabajo basado en las características cocinas mexicanas, regalándonos estas hermosas vistas con sus increíbles capacidades culinarias.

Fotografía recuperada de la página oficial de Facebook: ExpoPan



# EFEMÉRIDES

## 1 DE OCTUBRE DÍA INTERNACIONAL DEL CAFÉ

**E**l 1 de octubre se celebra el Día Internacional del Café, con el objetivo de rendir homenaje al café, una de las bebidas más consumidas y populares del mundo. También es una oportunidad para promover prácticas cafeteras más sostenibles y para visibilizar la difícil situación de los productores de café en el mundo.

Desde hace varios años, el Día Internacional del Café ha girado en torno a los graves problemas que están enfrentando los productores de café de todo el mundo.

El problema es bastante sencillo, en los últimos años el rendimiento de los cultivos de café se ha incrementado, ocasionando un excedente de producción que ha disminuido el precio del producto en el mundo.

Aunque la taza de café que tomas por la mañana no ha bajado de precio, realmente hoy en día un productor gana una mínima parte por cada taza y esa ganancia no le permite invertir nuevamente en mano de obra, fertilizante, tierra, equipos, etc.

Este problema se ha incrementado debido a la crisis del COVID-19, y por ello, el futuro del café peligra porque muchos jóvenes se están alejando de las explotaciones familiares buscando mejores oportunidades en otros sectores. Muchos puestos de trabajo se han perdido, y el sector está en declive.



El tema del Día Internacional del Café para 2020 fue: "La próxima generación del café".

### Curiosidades sobre el café

- El café es la segunda bebida más consumida en el mundo después del agua.
- Todos los días en el mundo se consumen aproximadamente 3 mil millones de tazas de café.
- El lugar donde se consume más café es en los países nórdicos.
- El nombre café proviene de la palabra árabe "Qahhwat Al-bun", que significa "vino del grano".
- En realidad, el grano del café es la semilla de la fruta del árbol de cafeto, un árbol que

puede llegar a medir hasta 6 metros de altura.

- Se ha demostrado que consumir café puede acelerar el metabolismo de una persona entre un 3% a un 11%.
- Es el segundo producto más comercializado del mundo junto con la Coca Cola.
- Brasil es el mayor productor de café de todo el mundo. Su cosecha equivale al 30,16% del café mundial.
- El 54% de los estadounidenses consumen café todos los días. Lo que convierte a los Estados Unidos en el país donde se toma más café.

■ En Corea y Japón hay cafés temáticos, sobre animes y doramas populares. Pero también existen los cafés de gatos, donde además de tomarte una deliciosa taza de esta bebida, también puedes acariciar a un lindo gatito.

■ En Japón también existe un café que posee una piscina donde bañarte en esta bebida, el nombre del lugar es Yunessun Spa Resort.

■ Como último dato interesante, en Francia hay una cafetería donde si no muestras modales, como decir hola al llegar y pedir por favor, el café te cuesta un poco más.

Celebrar este día es muy sencillo, solo debes tomarte una taza de tu café favorito o comer algún postre o comida cuyo ingrediente principal sea el grano de café.

## 1 DE OCTUBRE DÍA INTERNACIONAL DEL MÚSICO

El 22 de noviembre se celebra el Día Internacional de la Música, como una fecha dedicada a todos los músicos, amantes de la música y en general todas las personas que disfrutan con la música.

Esta fecha también se conoce como Día Internacional del Músico y en muchos países se celebra el 1 de octubre. Sirvan ambas fechas para rendir homenaje al arte de la música.

¿Y a quién no le gusta la música? Es prácticamente imposible encontrar a un ser humano que no disfrute con la música. Otra cosa diferente es el estilo de música. Pero en general a



todos nos agrada. Y el motivo no es otro que el hecho de que lo llevamos en los genes.

Así que ya sea rock, clásica, country, jazz, pop, seguro que te resulta agradable escuchar una melodía bonita. Por ello, se celebra este Día In-



ternacional del Músico o Día Internacional de la Música.

En muchos países del mundo, el Día Internacional de la Música se celebra el 1 de octubre. De hecho el primer Día Internacional de la Música se celebró el 1 de octubre de 1965, organizado por el Consejo Internacional de la Música, y su presidente Yehudi Menuhin (1916-1999) que fue un violinista y director de orquesta estadounidense, de origen ruso.

### ¿Cómo puedes celebrar el Día Internacional del Músico?

Si tienes una banda o tocas algún instrumento, qué mejor día para reunirlos y crear una bonita melodía, o grabar una canción.

Si no tienes el maravilloso don de crear música, bastará con que reúnas algunos de los discos que más te gustan y los escuches en soledad con unos buenos auriculares, o en compañía de amigos.

## 2 DE OCTUBRE DÍA INTERNACIONAL DE LA NO VIOLENCIA

El día Internacional de la no violencia se celebra el 2 de octubre, día del aniversario del nacimiento de *Mahatma Gandhi*, líder del movimiento de la Independencia de la India y pionero de la filosofía y la estrategia de la no violencia.



El Día Internacional es una ocasión para «diseminar el mensaje de la no violencia, incluso a través de la educación y la conciencia pública». La resolución de las Naciones Unidas que establece el día afirma que este día busca «la relevancia universal del principio de la no violencia» y el deseo de «conseguir una cultura de paz, tolerancia, comprensión y no violencia».

*«La no violencia es la mayor fuerza a la disposición de la humanidad. Es más poderosa que el arma de destrucción más poderosa concebida por el ingenio del hombre».* Mahatma Ghandi.

### ¿Qué significa la No Violencia?

El principio de la no violencia –también conocido como la resistencia no violenta– rechaza el uso de la violencia física para lograr un cambio social o político. A menudo descrito como «las políticas de la gente común», esta forma de lucha social ha sido adoptada por poblaciones masivas alrededor del mundo en campañas por la justicia social.

El profesor Gene Sharp, un líder en la academia de la resistencia no violenta, usa la siguiente definición en su publicación, Las Políticas de la Acción No Violenta:

*«La acción No Violenta es una técnica por medio de la cual las personas que rechazan las pasividad y la sumisión, y que ven a la lucha como algo esencial, pueden llevar adelante sus conflictos sin violencia. La acción No Violenta no es un intento por prevenir o ignorar el conflicto. Es una respuesta al problema de cómo actuar efectivamente en política, especialmente cómo ejercer los poderes de manera efectiva».*

Mientras que la No Violencia es frecuentemente utilizada como un sinónimo de pacifismo, desde mediados del siglo XX el término de la no violencia ha sido adoptado por muchos movimientos para el cambio social, los cuales no se enfocan en la oposición a la guerra.

Un principio clave de la teoría de la no violencia es que el poder de los gobernantes depende del consentimiento de la población, por lo cual la no violencia busca disminuir ese poder a través del retiro del consentimiento y la cooperación de la población.

### Existen tres categorías principales de acción no violenta:

- Protesta y persuasión, incluyendo marchas y vigiliass;
- No-Cooperación e
- Intervención no violenta, como bloqueos y ocupaciones.

## 2 DE OCTUBRE DÍA MUNDIAL DE LA ARQUITECTURA

El primer lunes del mes de octubre se celebran en el mundo dos festividades que van tomadas de la mano, la primera es el Día Mundial del Hábitat y la segunda es el Día Mundial de la Arquitectura.

Ambas celebraciones comparten el mismo día por decisión de la Unión Internacional de Arquitectos (UIA), quien en 1996 decidiera vincular al gremio de arquitectos con el desarrollo urbano sostenible, propuesto por la comisión de hábitat de la ONU en 1985.

Cada año se selecciona un tema para la celebración del Día Mundial de la Arquitectura. Para 2022, el tema fue: "Arquitectura para el bienestar".

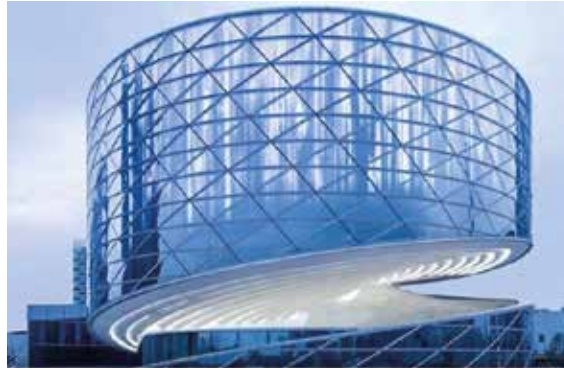
### Lemas de años anteriores

#### ■ 2021: Medioambiente limpio para un mundo saludable

El tema para 2021 fue: "Medioambiente limpio para un mundo saludable". La UIA quiere con ello contribuir a la consecución de la Agenda 2030 centrándose en tres áreas: vivienda, espacios públicos y cambio climático.

## ■ 2020: Hacia un futuro urbano mejor

Coincidiendo con el lema del Día Mundial del Hábitat de 2020, el Día Mundial de la Arquitectura puso el acento en la planificación de las ciudades para que sirvan de hogar digno a las personas.



Dada la importancia que ha adquirido nuestro hogar durante la pandemia de COVID-19, se ha puesto de manifiesto que la vivienda tiene que ser algo más que un techo, y permitirnos así trabajar, tener momentos de ocio y de esparcimiento.

## ■ 2019: Arquitectura, vivienda para todos

Cada año el lema de esta celebración cambia conforme a las necesidades del momento, el lema del 2019 fue "Arquitectura... vivienda para todos", ya que el propósito que se persigue es la de dar cumplimiento al objetivo número 11 de la Agenda de Desarrollo Sostenible propuesta por la ONU para el 2030, el cual establece "hacer ciudades seguras, inclusivas y sostenibles".

La idea del gremio de arquitectos es presentar un plan que le garantice a todo individuo en el mundo tener acceso a una vivienda digna, que sea asequible y sustentable con el medio ambiente.

Según datos de la misma ONU-Hábitat, se estima que para el año 2030 cerca de 3000 millones de personas necesitarán tener acceso a una vivienda, esto se traduce en el 40% de la población del mundo.

Pero la construcción de dichas viviendas también conllevaría una planificación en cuanto a servicios públicos, sobre todo en lo que respecta

a sistemas de acueductos y saneamientos de las aguas servidas, así como una mejor infraestructura en las redes eléctricas de los países, para evitar la saturación y colapso del sistema eléctrico de cada nación.

Sin embargo, estos números se agravan debido al enorme retraso que tienen muchos países en materia de vivienda, donde aproximadamente el 80% de la población vive en asentamientos precarios que simplemente cubren la necesidad de un techo, pero que no cuentan con servicios públicos, ni brindan la calidad de vida mínima que necesita un conjunto familiar.

En esta realidad se encuentran inmersos por lo menos 199,5 millones de personas en África subsahariana, 190,7 millones de Asia meridional, 110,7 millones de Latinoamérica y el Caribe y así sucesivamente en varias partes del mundo.

Centrar la atención en la vivienda y en una propuesta factible que les permita a estas personas contar con un lugar al que puedan llamar hogar, es la meta de los arquitectos este año y presentarán sus propuestas este próximo 7 de octubre delante de la ONU y de las organizaciones encargadas de dicha celebración en cada país.

La mejor manera de celebrarlo es asistiendo a los eventos, cada año los arquitectos del mundo dejan volar su imaginación y presentan proyectos realmente sorprendentes.

La tendencia actual es buscar viviendas que sean eco amigables, que propicien un mundo más limpio y verde y que garanticen la sostenibilidad de las ciudades.



6 DE OCTUBRE

## DÍA INTERNACIONAL DE LA SONRISA



En el año 1999 Harvey Ball, creador del símbolo iconográfico *Smiley Face* o *Carita Feliz*, decidió proclamar el Día Mundial de la Sonrisa para el primer viernes de octubre, una fecha pensada para ser feliz y llevar alegría a otros, aunque sea por un día.

Harvey falleció en el año 2001, pero desde entonces se creó la *Harvey Ball World Smile Foundation* en su honor. Organización que todos los años realiza actividades y recauda fondos para obras benéficas que lleven alegría a todas las personas alrededor del planeta.

### Beneficios de la sonrisa

Y es que la sonrisa es un gesto que produce muchos beneficios. Al sonreír, nuestro cuerpo libera endorfinas y serotoninas, dos hormonas que nos hacen sentir más felices, menos estresados y mejorar nuestro estado de ánimo.

Sonreír es parte del lenguaje universal, es gratis y nos ayuda en muchos ámbitos de la vida: en la seducción, en la vida profesional, en nuestra autoestima. Genera seguridad en uno mismo y en los demás. Y es contagiosa.

Algunas frases que se han popularizado en el Día Mundial de la Sonrisa.

Cada año millones de personas aprovechan el Día Mundial de la Sonrisa, para compartir frases famosas sobre la sonrisa. Aquí te compartimos algunas de las más populares.

- **La sonrisa cuesta menos que la electricidad y da más luz.** - Proverbio escocés.
- **Una gran sonrisa es un bello rostro de gigante.** - Charles Baudelaire.
- **Es más fácil obtener lo que se desea con una sonrisa que con la punta de la espada.** - William Shakespeare.
- **El niño reconoce a la madre por la sonrisa.** - Leon Tolstoi.
- **El maquillaje que embellece más es una sonrisa sincera.** - Anónimo.
- **La sonrisa es un lenguaje universal.** Imagen de Jason Sackey de Pixabay
- **La sonrisa es un lenguaje universal.** Imagen de Jason Sackey de Pixabay

Como el objetivo de este día es llevar alegría a todo aquel que la necesite, podemos desde hacer obras caritativas hasta dedicarle toda una tarde a un amigo que sabemos que está atravesando por un mal momento. O simplemente sonríe siempre que te apetezca, te sentirás mejor y harás sentir mejor al que está a tu lado.

Otra buena manera es compartir frases graciosas, imágenes y videos que promuevan la alegría en otros. Aprovechemos al máximo la conectividad y contagiemos una sonrisa.

## 7 DE OCTUBRE DÍA INTERNACIONAL DEL ALGODÓN



El 7 de octubre se celebra el Día Mundial del Algodón, proclamado por la Asamblea General de las Naciones Unidas.

### ¿Por qué se celebra el Día Mundial del Algodón?

La finalidad es generar conciencia en la población acerca de la importancia histórica del algodón a nivel mundial en el desarrollo económico y sostenible, el comercio internacional y la mitigación de la pobreza, especialmente en los países en desarrollo.

De acuerdo a estimaciones efectuadas, el comercio internacional de algodón genera aproximadamente 18 mil millones de dólares anuales.

La fibra de algodón constituye una fuente importante de sustento para agricultores, trabajadores rurales y sus familias, destacando el papel de las mujeres en la producción de algodón.

### ¿Cómo se originó el Día Mundial del Algodón?

La creación de esta efeméride surgió en el año 2019, debido a una solicitud oficial por parte del grupo Cotton-4 (conformado por *Benin, Burkina Faso, Chad y Mali*) ante la Secretaría de la Organización Mundial de Comercio (OMC), con la finalidad de destacar la importancia del algodón como producto básico a nivel mundial.

Dicha iniciativa contó con la colaboración de las Secretarías de las Naciones Unidas, Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), la Conferencia de las Naciones Unidas sobre Comercio y Desarrollo (UNCTAD), el Centro de Comercio Internacional (ITC) y el Comité Asesor Internacional del Algodón (ICAC).

Los objetivos que persigue el Día Mundial del Algodón son los siguientes:

- Divulgar la importancia del algodón, así como reconocer a los involucrados en la producción, transformación y comercio de este producto básico.
- Fortalecer la asistencia para el desarrollo del algodón.
- Estimular la participación del sector privado e inversores en la generación de industrias y la producción de algodón en los países en desarrollo.
- Promover actividades de investigación, avances tecnológicos y de desarrollo sobre el algodón.

## Historia del algodón

El algodón es una fibra textil de origen vegetal, perteneciente a la familia de plantas del género *Gossypium* y la familia de las malváceas, siendo conocidas tradicionalmente como plantas de algodón, algodones o algodoneiros.

La palabra algodón proviene del vocablo árabe *al-qutun*. Está compuesto por un biopolímero que contiene moléculas de glucosa, que permiten la rápida absorción de la humedad.

Esta planta data de la Antigüedad en Persia y Babilonia, siendo su cultivo una actividad tradicional proveniente de algunas culturas de América, África, Asia y Oriente.

De acuerdo a referencias históricas, en la época grecorromana el algodón era considerado un tejido exótico proveniente del comercio con la India.

En el siglo XII esta planta fue introducida en Europa por los árabes. En América el algodón comenzó a cultivarse hace 8.000 años por los incas. Posteriormente, en el siglo XVIII comenzó a producirse de manera masiva, con extensas plantaciones ubicadas en La India y El Caribe.

En la actualidad existen más de 40 especies de plantas de algodón. Las más cultivadas son las siguientes:

- *Gossypium arboreum*, proveniente de la India y Pakistán.
- *Gossypium barbadense*, de origen peruano.
- *Gossypium herbaceum*, originaria de África y la península arábiga.
- *Gossypium hirsutum*, originaria de México y el Caribe.

## Proyecto + Algodón

El Proyecto +Algodón es una iniciativa regional de Cooperación Sur-Sur, creada en el año 2013 por el gobierno de Brasil, a través de la Agencia Brasileña de Cooperación (ABC), la FAO y siete países socios de América Latina y el Caribe.

Su objetivo principal es contribuir a la superación de la pobreza en las zonas rurales, garantizando la seguridad alimentaria y nutricional, mediante la producción de algodón. Asimismo, promover la igualdad de género y autonomía de la mujer agricultora, el reconocimiento de los pueblos indígenas y su relación con el algodón nativo.

Este proyecto ha vinculado iniciativas de otros países latinoamericanos productores de algodón, en lo concerniente a estudios e investigaciones, técnicas sostenibles de manejo de cultivos y producción de algodón, uso de maquinarias y modelos productivos.

Se han llevado a cabo las siguientes iniciativas de cooperación con los países socios (Argentina, Bolivia, Colombia, Ecuador, Haití, Paraguay y Perú), las cuales constituyen los ejes conceptuales de este proyecto:

- Desarrollo de tecnologías sostenibles de producción, a fin de disminuir el impacto



ambiental, uso racional del suelo y recuperación de la biodiversidad.

- Generación de alianzas estratégicas con el sector público y privado, para la generación de políticas, programas y acciones que beneficien el cultivo de algodón y fomentar la competitividad del sector.
- Fortalecimiento de la asociación entre productores, mediante modelos asociativos, inclusivos e integrales entre países socios, mediante la promoción de sistemas de Asistencia Técnica y Extensión Rural (ATER).
- Generación de oportunidades de acceso a mercados inclusivos, a fin de contribuir al aumento de empleos e ingresos, orientados a mejorar la seguridad alimentaria de las familias.

### ¿Sabías que?

El algodón es una fibra natural ampliamente utilizada a nivel mundial, con grandes usos y beneficios. A continuación compartimos algunos datos interesantes:

- El cultivo de algodón es uno de los más antiguos de la humanidad, que data de 1.500 a.C.
- En el antiguo Egipto el uso de prendas de algodón era para el uso exclusivo de sacerdotes y faraones.
- La planta de algodón constituye el cultivo no comestible que más se cosecha en el mundo.
- El algodón representa el 40% de la producción mundial de fibra.
- Es utilizada como materia prima en el proceso industrial de fabricación de telas, lonas, hilo industrial, billetes, biocombustibles, aceites e insumos médicos, como algodón, gasas y vendajes.
- Se estima la producción de unos 26 millones de toneladas anuales de algodón a nivel mundial.
- La semilla de algodón posee propiedades antioxidantes.

## 7 DE OCTUBRE DÍA INTERAMERICANO DEL AGUA

En 1992 durante el XXIII Congreso Interamericano de AIDIS, se decidió que cada primer sábado del mes de octubre se conmemora el Día Interamericano del Agua, debido a la urgente necesidad de sensibilizar y educar a los habitantes de América y el Caribe, sobre lo valioso e importante que es este recurso para asegurar la salud y desarrollo de todos sus ciudadanos.



En realidad, durante el evento de ese año, que se realizó en La Habana (Cuba), los expertos de las organizaciones invitadas, resaltaron la precariedad del servicio de aguas que aún hoy se vive en las diferentes regiones del continente americano, principalmente en lo referente a los países de Latinoamérica, donde aún existen millones de personas que no cuentan con el acceso al vital líquido.

En otras regiones, que sí poseen acceso al agua, carecen de servicios adecuados de saneamiento, lo que origina grandes epidemias en la población e incluso la muerte en los grupos más débiles como son los niños.

## **Acciones que se llevan a cabo para celebrar el Día Interamericano del Agua**

Las principales acciones que se realizan durante esta fecha, son eventos educativos dirigidos a los niños, pero también se busca motivar a la sociedad civil en general. Durante estas jornadas, se proponen juegos, trivial y concursos, que permiten poner de relieve lo importante que es el agua para la supervivencia de las especies.

Se habla sobre las acciones que se deben generar para evitar la contaminación del agua, se enseña cómo preservar este recurso y la manera de utilizarlo de una forma mucho más consciente en nuestro día a día.

Sobre todo, si tenemos en cuenta que solo el 3% del agua de nuestro planeta es apta para el consumo humano, y de ese 3% la tercera parte se encuentra en América Latina, cuidar de ella es la responsabilidad de todos los habitantes del continente.

Pero crear los proyectos adecuados para su distribución y saneamiento es responsabilidad de los líderes de esas naciones, razón por la cual en 2002 se sumó la Organización de Estados Americanos (OEA) a defender esta causa y celebrar este día.

- Solo el 3% del agua del planeta es apta para el consumo humano.
- Solo el 3% del agua del planeta es apta para el consumo humano.

## **Qué hacer para celebrar el Día Interamericano del Agua**

La mayoría de los países cuentan con organismos encargados de realizar actividades que ayuden a concienciar a los habitantes sobre el cuidado y consumo responsable de este recurso, pero también se pueden realizar actividades educativas dentro de tu comunidad, hacer visitas guiadas a las empresas hidrológicas de tu ciudad, para entender la distribución del preciado líquido, así como el saneamiento que se le debe realizar al agua antes de que llegue a nuestros hogares.

Otras actividades corren por cuenta de organizaciones de la salud, donde se les enseña a las personas la importancia de hervir previamente el agua que se va a beber, la manera correcta de tener depósitos de agua en sus hogares, para que no se contamine, ni ayude a la proliferación de insectos que puedan propagar enfermedades como el dengue, el zika o la chikungunya, todas transmisibles a través de la picadura de mosquitos.



# 10 DE OCTUBRE DÍA DE LA SALUD MENTAL



El 10 de octubre se celebra el Día Mundial de la Salud Mental, una efeméride impulsada por la Federación Mundial para la Salud Mental (WFMH), con el apoyo de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

## ¿Por qué una fecha para nuestra salud mental?

El propósito de esta fecha es visibilizar el trastorno mental más grave que están padeciendo los miembros de la sociedad global, para generar un conjunto de estrategias que sirvan de apoyo a estas personas y les permita sobrellevar su enfermedad o curarse definitivamente. El esfuerzo por diagnosticar y tratar trastornos de salud mental en edades tempranas reduce el coste financiero en el futuro y evita todo tipo de problemas derivados, como puede ser el suicidio.

**Lema 2022:** *Hacer de la salud mental y el bienestar para todos una prioridad mundial*

Cada año se establece un tema central para la campaña del Día Mundial de la Salud Mental. Para el año 2022 el lema es el siguiente: "Hacer de la salud mental y el bienestar para todos una prioridad mundial".

Se trata de trabajar en conjunto para reflexionar acerca de las acciones a implementar para que la salud mental sea una prioridad a nivel mundial.

### **Lema 2021:** *Atención de salud mental para todos: hagámosla realidad*

Para el año 2021 se quiso concienciar de la importancia que tiene la inversión en salud mental a nivel global, sobre todo teniendo en cuenta que la salud mental es el área más desatendida de la salud pública.

Se trata de un problema global que afecta a un gran número de personas, y sin embargo no existen servicios de salud mental pública de calidad. En los países de ingresos bajos o medios, las personas con problemas de salud mental, neurológicos o con problemas de adicción están desatendidos y no reciben ningún tratamiento.

Y si esto ya era un problema antes del COVID-19, actualmente se ha empeorado la situación, ya que la pandemia ha perturbado los servicios de salud en general, se han suspendido citas y tratamientos.

Por todo ello, desde las organizaciones promotoras se exige más inversión en salud mental.

### **Lema 2020:** *salud mental y COVID-19*

El reto del año 2020 fue permanecer sanos a nivel mental, tomando en cuenta las me-



didadas que se adoptaron en todos los países del mundo para reducir los contagios.

Confinamientos, teletrabajo, educación a distancia e incluso limitación de los movimientos y de las reuniones familiares, se unieron a la amenaza invisible de un virus del que desconocemos muchos aspectos.

Todo ello unido a la información, a veces obsesiva, que difunden los medios de comunicación, ha hecho que sea difícil para algunas personas mantener la cordura.

En tal sentido, se recomendó a la población mantenerse informados por medios confiables acerca de las recomendaciones de las autoridades sanitarias, reducir la exposición de las noticias, mantenerse activos y seguir rutinas saludables de sueño, alimentación y actividades, mantener el contacto con nuestros seres queridos, reducir el consumo de alcohol y tabaco, entre otras recomendaciones.

## ■ **Lema 2019:** *trabajando juntos para prevenir el suicidio*

Para el año 2019 el trastorno mental seleccionado como tema central fue el suicidio, uno de los temas que se ha puesto en estudio durante los últimos años, debido a la inmensa cantidad de personas que han decidido acabar con su vida.

Pero el suicidio no es una cuestión de países o de personas que poseen altos ingresos, como erróneamente se cree. En realidad, el 80% de los suicidios de todo el mundo ocurren en países o comunidades de bajo o mediano ingreso, solo que estos no se documentan ni se reseñan en los medios de comunicación social.

## ¿Qué puede detonar el suicidio?

En realidad, el suicidio es la última consecuencia

de una serie de trastornos psicoafectivos y sociales que acontecen en la vida de una persona. La mayoría de los casos de suicidios ocurren en personas con síntomas depresivos que buscan refugio en algún tipo de estimulante como las drogas o el alcohol.

Por lo general los signos previos al suicidio no son tan evidentes y en muchas ocasiones se cree que el paciente sufre una impactante mejoría en su estado de ánimo justo antes de elegir el suicidio como alternativa extrema. Si usted vive con una persona que sufre de depresión o está atravesando por un período depresivo, si tiene un familiar con trastorno bipolar o convive con un adicto a las drogas, debe tomar ciertas previsiones, como ocultar todas las herramientas o sustancias que puedan poner en riesgo su vida.

Es importante escuchar atentamente a las personas con ideas suicidas, para saber que sienten y piensan. Reconocer y conversar sobre el suicidio con una persona de confianza, como un familiar, un amigo, un consejero o un profesional de la salud mental puede ayudar a disminuir los pensamientos suicidas. Se recomienda acudir a Líneas de Prevención del Suicidio, en caso de alguna situación de emergencia.

En relación con este día, el 10 de septiembre es el Día Internacional para la prevención del suicidio, con el objetivo de concienciar a nivel mundial que el suicidio puede prevenirse.

## Filmografía

A continuación mencionamos algunos títulos de documentales y películas, sobre la salud mental:

■ **Culpa** (España. Director: Ibon Cormenzana. Año 2022): después de haber sido agredida sexualmente por un conocido, una mujer se siente incapaz de afrontar este abominable hecho y se refugia en una cabaña perdida en el monte. Eliminará todo tipo de comu-

nicación con su entorno, mientras un hijo no deseado crece en su interior.

- **La verdad sobre la salud mental** (Reino Unido. Director: Ruhi Hamid. Año 2020): documental de la BBC de Londres que analiza los problemas más comunes de salud mental, compartiendo una serie de técnicas para mantenerse mentalmente saludable.

- **Joker** (Estados Unidos. Director: Todd Phillips. Año 2019): un hombre con problemas mentales vive en Gotham con su madre. Trabaja como payaso y su gran sueño es convertirse en un cómico famoso, pero una serie de trágicos acontecimientos incrementará su ira contra la sociedad.

- **Supervivientes: las cicatrices del suicidio** (España. Directora: Itziar Bernaola. Año 2014): documental conmovedor que refleja el impacto del suicidio en supervivientes y sus familiares.

- **Siempre Alice** (Estados Unidos. Director: Richard Glatzer. Año 2014): una profesora de psicología cognitiva y experta lingüista de la Universidad de Harvard tiene una vida exitosa. Un diagnóstico médico cambiará su vida para siempre, al enterarse que padece de Alzheimer.

- **Tristeza y Alegría** (Dinamarca. Director: Nils Malmros. Año 2013): película autobiográfica del director danés Nils Malmros, basada en una tragedia que cambió su vida. Su esposa asesinó a su hija durante un brote psicótico.

- **El lado bueno de las cosas** (Estados Unidos. Director: David O. Russell. Año 2012): un hombre con trastorno bipolar regresa a casa de sus padres después de estar recluido en un centro de salud mental. Conoce a una chica con problemas y mala reputación. Surgirá entre ellos un estrecho vínculo, que

les ayudará a encontrar el lado bueno de las cosas.

- **Charlie Bartlett** (Estados Unidos. Director: Jon Poll. Año 2007): un adolescente comienza a estudiar en un instituto público, pero no es capaz de adaptarse. El Director de la institución lo nombra como psicólogo de su salón de clases, convirtiéndose en el mediador entre estudiantes en conflicto.

- **El maquinista** (España. Director: Brad Anderson. Año 2004): el empleado de una fábrica padece de un grave problema de insomnio que le genera terribles alucinaciones, deteriorando su salud física y mental. Sufre el rechazo de sus compañeros de trabajo, viéndose involucrado en un accidente laboral.

- **El diario de Noa** (Estados Unidos. Director: Nick Cassavetes. Año 2004): describe la historia de amor de dos jóvenes adolescentes de Carolina del Norte, pertenecientes a distintas clases sociales. A pesar de vencer todos los obstáculos existe una barrera difícil de superar: el Alzheimer.

- **Una mente maravillosa** (Estados Unidos. Director: Ron Howard. Año 2001): película biográfica basada en la historia del matemático John Forbes Nash y su lucha contra la esquizofrenia paranoide. Muestra las etapas de avance de la enfermedad, los tratamientos y como afectó su carrera académica.

- **Memento** (Estados Unidos. Director: Christopher Nolan. Año 2000): debido a un golpe en la cabeza, al intentar evitar el asesinato de su esposa, un investigador de una agencia de seguros sufre de amnesia anterógrada, un trastorno de memoria que impide a una persona crear nuevos recuerdos. Intentará esclarecer los hechos ocurridos después del evento que le causó la demencia.

## 12 DE OCTUBRE DÍA DE LA RAZA



**E**l 12 de octubre se celebra el Día del Respeto a la Diversidad Cultural, también conocido como Día de la Raza. En este día se conmemora el descubrimiento de América por el navegante Cristóbal Colón en el año 1492, constituyendo el inicio del intercambio de culturas entre los pueblos indígenas y los conquistadores españoles.

Tiene varias denominaciones, pero con un mismo objetivo: conmemorar el "primer encuentro entre dos mundos". Se conoce como Día de la Raza, Día de la Resistencia Indígena, Día de la Hispanidad, Día de la Diversidad Cultural y en España específicamente como Día de la Hispanidad.

### **¿Por qué el Día de la Raza se celebra el 12 de octubre?**

La celebración de este día ha sido motivo de polémicas y diversos puntos de vista, en torno a la conquista de América por parte de las potencias europeas, sometiendo a los pueblos precolombinos y afectando las culturas nativas americanas.

Otras posiciones estiman este día como un acontecimiento histórico que permitió establecer un contacto entre habitantes del continente europeo y del continente americano, propiciando la fusión de culturas y el nacimiento de la civilización hispanoamericana.

Estas distintas posturas propiciaron que en algunos países se modificara la denominación de este día conocido inicialmente y de manera generalizada como Día de la Raza por otras denominaciones que aluden al intercambio cultural, la hispanidad y la resistencia indígena. Inclusive, este día no es considerado festivo por parte de algunas naciones como Panamá y Perú.

Por otra parte, algunos descubrimientos e investigaciones señalan que Colón no fue el primer europeo en llegar a América, encontrando registros de la llegada por parte de vikingos 500 años antes del viaje de Cristóbal Colón, así como evidencias de la llegada de portugueses en el año 1424.



## ¿Desde cuándo se celebra el Día de la Raza?

La celebración de este día se remonta a inicios del siglo XX, de forma no oficial. En el año 1913 el presidente de la Unión Ibero-Americana Faustino Rodríguez-San Pedro eligió el día 12 de octubre como Fiesta de la Raza para unificar la celebración de este día en España e Iberoamérica. A partir del año 1915 se denominó Día de la Raza.

## ¿Cómo se celebra el Día de la Raza en el mundo?

Este día se conmemora en varios países de Hispanoamérica, España y Estados Unidos, con diversas denominaciones:

### ■ En Argentina:

En el año 1917 el presidente de la República Argentina declaró ese día fiesta nacional como Día de la Raza. A fines del año 1920 el Monseñor Zacarías de Vizcarra propuso renombrarlo como Día de la Hispanidad.

En la actualidad se conoce como Día del Respeto a la Diversidad Cultural.

### ■ En Bahamas:

Este día festivo se denomina *Discovery Day* (Día del Descubrimiento).

### ■ En Belice:

Se conoce como Pan-American Day (Día Panamericano).

### ■ En Bolivia:

Actualmente se conoce como Día de la Descolonización (por decreto de fecha 12/10/2011).

### ■ En Chile:

Este día se renombró como Día del Encuentro de Dos Mundos, según la ley 19.668 del año 2000. Se celebra el lunes más cercano al 12 de octubre (si esta fecha cae entre martes y viernes)

### ■ En Colombia:

Se conoce como Día de la Raza y la Hispanidad, de acuerdo a la Ley 35 del año 1939. Se celebra el día lunes siguiente.

### ■ En Costa Rica:

Este día no es festivo. En el año 2019 se eliminó el festivo del 12 de octubre y se sustituyó por el Aniversario de la Abolición del Ejército, celebrado el día 1 de diciembre.

### ■ En España:

Inicialmente se celebraba como Fiesta de la Raza hasta el año 1958. En la actualidad se conoce como Fiesta Nacional de España.

### ■ En Estados Unidos:

Se conoce como Día de Colón (*Columbus Day*). En algunos estados se estimó el cambio de denominación por el Día de los Pueblos Indígenas, tomando en cuenta la procedencia de muchos de sus habitantes



## 13 DE OCTUBRE DÍA DEL HUEVO



El segundo viernes de octubre se celebra el Día Mundial del Huevo. En este día tan peculiar celebramos nada más y nada menos que al huevo, por su relevancia en nuestra dieta alimenticia, así como por las ventajas y beneficios que proporciona a la nutrición y la salud.

Desde el año 1996 la *International Egg Commission* promovió la creación de este día, para recalcar la enorme importancia de este producto alimenticio para el organismo, dado su elevado y comprobado valor nutritivo. Los huevos no solo son buenos para la salud de las personas, sino también para la salud del planeta y los medios de subsistencia de las personas.

Los huevos son buenos para el planeta porque contienen la proteína de origen animal más sostenible y asequible para el medio ambiente. Esto ayuda a apoyar a las familias en todo el mundo.

### ¿Por qué debemos consumir huevos?

Los huevos son considerados una proteína de alta calidad por excelencia. Poseen muchas propiedades y beneficios para nuestra salud, te mencionamos algunas de ellas:

- Tienen vitaminas y minerales que contribuyen al bienestar físico y mental, reduciendo el riesgo de contraer enfermedades cardiovasculares.
- Previene afecciones visuales, como las cataratas y la enfermedad macular generada por la edad, gracias a los carotenoides (luteína y zeaxantina) que contiene la yema del huevo.
- Favorece el aumento del colesterol HDL en la sangre y no afecta el incremento de los niveles de colesterol LDL.





# El alma de nuestras tradiciones

#EnManosDeLosMejoresPanaderos.

 HARINERA  
ANÁHUAC

Poniente 150 No. 731, Col Industrial Vallejo, C.P. 02300, CDMX, Del. Azcapotzalco.

Tels.: (55) 6720 8100 con 30 líneas, LADA sin costo, 01 800 711 3834

[www.harineraanahuac.com](http://www.harineraanahuac.com)  AnahuacHarinera  HarineraAnahuac





- Ayuda a combatir el sobrepeso, contiene solo 75 calorías.
- Contribuye al desarrollo del cerebro, favoreciendo la memoria y el aprendizaje, debido a la colina y luteína.
- Es importante consumirlo durante el embarazo, optimizando al desarrollo del cerebro y la médula espinal del feto.
- Previene la pérdida de masa muscular, especialmente en adultos mayores.

## ¿Sabías que?

- El grosor de la cáscara del huevo depende de la edad de las gallinas y no de su raza o del color del huevo. Las gallinas más jóvenes ponen huevos con cáscaras más duras, mientras que las cáscaras de los huevos de gallinas longevas son más blandas.
- Puedes determinar el grado de frescura de un huevo al colocarlo en un recipiente con agua. Esto es debido a que la cáscara del huevo es porosa, permitiendo la entrada y circulación de aire. Si el huevo se mantiene flotando en la superficie no debe consumirse.
- Los huevos de gallina no contienen hormonas, ya que está prohibido el uso de hormonas en las granjas avícolas desde los años cincuenta, aproximadamente.
- La diferencia en el color de la cáscara de los huevos obedece a razones genéticas. La cáscara de los huevos de color oscuro provienen de las gallinas pertenecientes a razas más grandes.
- El color de las yemas de los huevos varía, de acuerdo a la alimentación y cría de las gallinas.

- El huevo contiene vitamina D, esencial para mantener los huesos fuertes, ayudando al cuerpo a absorber el calcio de los alimentos y los suplementos.
- La clara del huevo y la yema poseen la misma cantidad de proteína. En cambio, la yema del huevo posee 60 calorías, mientras que la clara tiene solo 15 calorías (aproximadamente).
- Existe un Instituto de Estudios del Huevo en España, creado con la finalidad de fomentar la investigación y divulgación del huevo como alimento y su adecuado manejo. Puedes obtener más información en este enlace. También está el Instituto Latinoamericano del Huevo, que publica newsletters, noticias y recetas.

## Diversos usos del huevo

El uso más común del huevo es en la preparación de alimentos, como salsas, postres y platos elaborados. Pero, ¿sabías que el huevo tiene otros usos y propiedades? Estos son algunos que debes conocer:

Es utilizado como ingrediente para alimentos de animales, por su calidad nutricional.

El calcio que posee la cáscara está siendo probado en pacientes con problemas renales, que requieren dietas bajas en fosfatos.

La clara de huevo contiene lisozima. Es una proteína utilizada para la conservación de algunos alimentos y para frenar el desarrollo de bacterias en quesos, vinos, vegetales y frutas.

Se utiliza en la elaboración y aplicación de mascarillas faciales y capilares caseras e industriales.

## 16 DE OCTUBRE DÍA INTERNACIONAL DEL PAN



El Día Internacional del Pan se celebra el 16 de octubre de cada año con el objetivo de dedicar un día a uno de los alimentos más tradicionales en todo el mundo, así como para dar a conocer su valor nutricional e importancia en nuestra dieta diaria. La iniciativa partió de la Unión Internacional de Panaderos y Pasteleros (UIBC).

### ¿Cuál es el origen del pan?

El pan que hoy conocemos y degustamos con tanto placer, se remonta a las más antiguas culturas que han habitado la Tierra. Desde tiempos antiguos, este exquisito alimento ha sido elaborado utilizando el trigo.

Para su preparación, era muy común machacar los granos y que al mezclarse con agua formaban una pasta, que luego era usada para fabricar el pan. Con el paso de los años y el uso de nuevos inventos, se pudo procesar el trigo para la fabricación de este alimento en hornos. Los egipcios fueron los primeros en descubrir cómo se producía la levadura para darle un mejor sabor al pan y fue simplemente dejando que la masa se fermenta.

Los griegos introdujeron el uso de la miel y nueces en su elaboración y los romanos innovaron nuevas técnicas a través de ingeniosos equipos como máquinas de amasar y es a partir de este



# ¡TUS CLIENTES MORIRÁN DEL ANTOJO!

**En Grupo La Florida tenemos los insumos que necesitas  
para crear el Pan de Muerto perfecto**



## /Grupo La Florida Oficial

- 📺 Conoce más recetas en tendencia suscribiéndote a nuestro canal
- 📺 Síguenos para TIPS pasteleros
- 📺 Entérate de todas las noticias de productos que tenemos para ti
- ☎ Servicio al cliente: 55 58 72 33 57 / 800 0621 555





Fuerza Fermentativa  
inigualable para **mayor  
volumen y rendimiento.**



**Homogeniza tus  
procesos** y obtén  
resultados consistentes  
en el producto final.



Genuina Mantequilla  
**ideal para barnizar  
los más exquisitos  
Panes de Muerto.**



Evita el aroma a choquía barnizando  
el pan antes del horneado para **darle  
un brillo al decorarlo y el toque  
ideal con Ajonjolí Diamante.**



Escanea y  
encuentra  
todos los  
insumos que  
necesitas aquí



imperio, donde nace de forma oficial, el primer colegio de panaderos.

A partir de entonces, el pan ha ganado fama y aceptación en todas las sociedades del mundo. Hoy es una gran industria con mucha demanda, ya que puede adquirirse a muy bajo costo y con un alto valor nutritivo. A través de la historia el pan siempre ha sido un alimento que ha estado presente en la mesas de las familias alrededor del mundo. Un exquisito y nutritivo producto elaborado a base de trigo que tiene orígenes antiquísimos.

Cada país tiene su propia manera y estilo de elaboración, sin embargo, en su preparación se utilizan algunos ingredientes básicos como la harina de trigo, la levadura, agua y sal que dan como resultado final un crujiente pan, del cual se desprende un exquisito aroma y que termina siendo una verdadera delicia para el paladar.

## El pan un alimento básico

Durante mucho tiempo el pan ha formado parte de nuestra dieta, por esta razón, aquí te dejamos una lista de los tipos de pan que hoy se consumen y los distintos ingredientes que se utilizan en su elaboración. Entre ellos están:

■ **El pan de trigo:** Este tipo de pan puede elaborarse en dos modalidades diferentes, el tradicional pan blanco y el integral. Este último, resulta más saludable por la cantidad de fibra y nutrientes que aportan al organismo.

■ **El pan de maíz:** Este pan no tiene gluten, es muy bajo en purinas, lo cual resulta ideal para las personas con altos niveles de ácido úrico y para los pacientes celíacos.

■ **Pan de centeno:** Es elaborado mezclando otros tipos de harina para que adquieran una consistencia más esponjosa. Tiene mayor

cantidad de fibra y al momento de degustar, presenta un sabor amargo.

■ **Pan germinado:** Tienen como principal característica que en su preparación se usa la propia semilla del cereal germinado, por esta razón, no es necesario añadir levadura.

■ **Pan de espelta:** Ideal para las personas que sufren de intolerancia al trigo, ya que resulta más digerible porque tienen mayor cantidad de fibra y menor cantidad de gluten.

## ¿Por qué el pan ha sido el principal alimento del hombre?

Desde tiempos remotos el hombre ha tenido que buscar su propio sustento y para ello se valió de la caza y la pesca de animales, así como de la recolección de frutos que provenían directamente de la naturaleza.

Sin embargo, a medida que fue avanzando y evolucionando pudo introducir a su dieta grandes inventos, uno de ellos, el exquisito y succulento pan, el cual ha servido para saciar el hambre, incluso en momentos difíciles que ha atravesado la humanidad como grandes catástrofes y guerras.

Hoy, afortunadamente este rico y popular alimento sigue tan vigente como ayer en las tradiciones culinarias de los pueblos, pero también es usado de manera simbólica para ciertos rituales religiosos en algunos países y junto al vino, está considerado como la máxima expresión de la eucaristía cristiana representada a través de la hostia.

Por todo lo anteriormente dicho, no cabe ninguna duda de que el pan seguirá vigente dentro de la dieta del consumidor. Son millones de personas en todo el planeta que sienten verdadera fascinación por este versátil alimento, que es una verdadera obra del arte culinario.

# EL PAN DE MESA Y LOS INGREDIENTES ESTRELLA

— HABLEMOS DE INGREDIENTES —



Para realizar un Pan de Mesa de calidad es necesario buscar ingredientes que nos permitan innovar, crear, modificar o desarrollar nuevos productos que cumplan con los requerimientos que los clientes necesitan para satisfacer su gusto.

Es necesario eliminar el miedo a la tecnología y a las nuevas tendencias, la idea principal es seguir manteniendo a la vanguardia el negocio.

Los ingredientes que se utilizan para la elaboración de este tipo de productos no va más allá de aplicar ingredientes sencillos, económicos y que se puedan encontrar con facilidad.

**Existen muchos ingredientes que puede utilizar como:**

## Ajo

Viene en varias presentaciones como ajos deshidratados, en polvo y natural. Por ejemplo, para la aplicación del ajo natural debe tener un procedimiento previo antes de incorporarlo a la masa. Primero, se pica el ajo natural en trozos muy pequeños, se coloca en un recipiente y se le agrega aceite de olivo cubriéndolo perfectamente, se deja macerar 12 horas y se incorpora.





# HABLEMOS DE INGREDIENTES



## Cebolla

Se puede utilizar de manera natural, cebolla deshidratada en polvo y deshidratada en trozos. Se pica en trozos muy pequeños, se coloca en un recipiente y se le agrega aceite de olivo. Y se deja macerar únicamente de 30 a 60 minutos, debido a que es un ingrediente menos ácido.



## Hierbas finas

Normalmente se utilizan secas y al igual que la cebolla y el ajo se ponen en un recipiente, se agrega el aceite de olivo y se dejan macerar por 60 minutos para que suelten su aroma y se incorporan.



## Chorizo

Se desmenuza y se incorpora a la masa. Este ingrediente puede ir como relleno o incorporado a la masa. Se recomienda no freírlo, así aprovechará las propiedades del mismo al momento de horneado.

Se utilizan para relleno.

## Queso Parmesano

Se usa incorporándolo a la masa y para decorar.



## Queso Doble crema

Se usa únicamente como relleno.



## Queso Cotija

Se incorpora a la masa o como relleno.



## Queso Oaxaca

Como relleno.



## Embutidos

Se utilizan para relleno.



## Champiñones

Se utilizan los que vienen enlatados, de no ser así se sofrien con mantequilla y un poco de aceite de olivo, se usan para relleno.

## Ingredientes vegetales

Chile jalapeño, pimiento morrón, cilantro, apio, perejil, aceitun.

# HABLEMOS DE INGREDIENTES

Estos ingredientes se incorporan sin preparación ni elaboración previa, únicamente picados finamente. Existen también otros Ingredientes débiles en aroma y que se utilizan de manera natural, incorporándolos al final del refinado y que es conveniente mezclarlos con alguna esencia para resaltar su sabor.

- Jitomate
- Cilantro
- Romero
- Chipotle
- Mostaza

Papa en hojuela o en harina, al utilizar este ingrediente es necesario reducir la cantidad de harina blanca en un 20%.

Para los ingredientes líquidos como la mostaza, jitomate o cualquier otro que contenga

líquido como el chile chipotle. Se debe poner mucha atención en cuidar que nuestra masa se encuentre un poco más dura de lo normal, reduciendo la cantidad de agua. Son necesarias para mejorar la presentación de nuestro producto final y se incorporan de igual manera en el refinado.

Las harinas preparadas son una buena opción para preparar **Pan de Mesa**. Este tipo de harinas contienen ingredientes deshidratados combinados que brindan un sabor muy agradable.

En el mercado mexicano existen proveedores que elaboran harinas de diferentes ingredientes como jitomate, pan de romero, pan de hierbas finas, entre otros y tal vez le resulte conveniente según las necesidades de su panadería.

¡Perfecta para cualquier truco o postre!

Valell Crema Batida Real para postres y bebidas

50 Años Natural de alimentos

Consulta tu Punto de Venta

ESR EMPRESA SOCIALMENTE RESPONSABLE

Facebook Instagram Twitter /naturaldealimentos

www.naturaldealimentos.com

800 201 20 73

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

# SALUD LEGAL: LA IMPORTANCIA DE LA PREVENCIÓN

PARA EMPRESARIOS



- Ninguna empresa está exenta de enfrentar problemas legales en la operación cotidiana.
- Lo importante es saber prevenir, minimizar riesgos y reacciones adecuadamente.
- Se requiere contar con un **Plan de Salud Legal**.

Los empresarios necesitan saber constantemente en qué situación se encuentra su negocio desde la actividad productiva hasta su rentabilidad; considerando a su vez aspectos como el laboral, administrativo, financiero, fiscal, cumplimiento normativo y legal. Este último resulta quizá el menos atendido hasta que se enfrentan a problemas legales que pudieron evitar con prácticas preventivas.



## Principales problemas legales

La operación cotidiana de cualquier negocio está sujeta a un conjunto de leyes, normas y reglamentos de diversa índole, así como a contratos, obligaciones y requisitos cuyo incumplimiento, consciente o inconsciente, puede comprometer a la empresa en problemas legales que regularmente se reflejan en costos no previstos. Más allá de un incumplimiento deliberado, **los problemas legales suelen ser ocasionados por la falta de atención a los detalles, el descuido en cumplir con tiempos y formas, a la desinformación y desconocimiento, y a factores no controlables por la propia empresa, entre otros.**

Son múltiples los problemas legales que puede enfrentar una empresa, pero se pueden agrupar en 4 grandes categorías:

- **Contractuales.** Referidos a relaciones con proveedores de bienes y servicios, arrendamientos y servicios financieros, así como clientes.
- **Laborales.** En la operación diaria y cuando llegan a un estatus contencioso o de litigio.
- **Fiscales y con la autoridad administrativa.** Relacionados con el incumplimiento de infinidad de normas y reglamentos que les aplican.
- **Corporativos.** Quizá el menos atendido relacionado con el régimen, objeto, estatutos, administración y gobierno de la empresa.

Si bien lo ideal para una empresa es no enfrentarse a ningún problema legal, es **necesario implementar un programa o plan de salud legal enfocado a identificar, administrar y resolver los riesgos latentes** que se derivan de prácticas incorrectas,

compromisos no plenamente advertidos y asumidos y del desconocimiento del tratamiento adecuado de la normativa aplicable a la empresa.

**Un plan de salud legal consiste en tres componentes:**

- Prevención
- Administración y gestión de riesgos
- Reacción oportuna

## Check-uo legal

La prevención de problemas legales parte de contar con un amplio conocimiento del entorno, la normatividad de los procedimientos, los recursos, las prácticas (aviesas en muchos casos) y los subterfugios legales que en la cotidianidad se pueden presentar o aplicar. Para ello resulta muy útil, a símil de la salud física de un individuo, realizar a la empresa un **Check-up legal que haga una revisión profunda de la existencia de los documentos, registros y cumplimiento de las obligaciones legales de la empresa; y al mismo tiempo poder verificar la pertinencia y buenas prácticas en materia legal.**



## Algunos de los elementos de un Chek-up son:

### Componentes básicos de un Check-up legal

- **Revisión Legal documental:** Es esencial examinar los principales documentos legales de la empresa, abarcando desde los internos corporativos hasta los contratos que norman las relaciones laborales y comerciales con sus clientes y proveedores
- **Cumplimiento normativo:** Abarca la necesidad de verificar el cumplimiento con la normatividad aplicable dentro del ámbito al que se dedican y que cuentan con las autorizaciones, licencias y permisos para ello. Esto evitará detener la operación por algún probable incumplimiento
- **Litigios y demandas:** Analizar posibles litigios y demandas representa una acción preventiva para gestionar eventuales conflictos legales. Se busca identificar las amenazas y riesgos legales dentro del entorno empresarial. Al estar preparados para confrontar estos desafíos legales, las compañías pueden adoptar medidas de prevención que resguardan no sólo su posición legal, sino también su imagen y estabilidad económica
- **Informe de hallazgos y plan de acción:** El objetivo es poder identificar el estatus legal de toda empresa, esto permitirá identificar y prever contingencias legales que en el futuro puedan generar mayores costos, así como la toma de decisiones informada

Fuente: Competimex, S.C.

El conocer del estatus del área legal y del cumplimiento de las obligaciones es el primer paso para poder establecer planes de acción.

## Administración y gestión de riesgos

La detección y gestión de riesgos es siempre una sana práctica que permite anticiparse y evitar conflictos y costos posteriores.

Para ello, **definir una matriz de riesgos a partir del Check-up legal es una guía que permite la elaboración de un plan de acción** específico de corrección y/o de vigilancia, con la matriz de riesgos bien diseñada no sólo se prevé sino también se administra la incertidumbre.



## Reacción oportuna y adecuada

La administración y gestión de riesgos legales está orientada a evitar y minimizar los posibles problemas que se pueden presentar, pero también a

planificar y ejecutar las respuestas y acciones más apropiadas en el momento en que se presente el problema, el requerimiento o la demanda. El objetivo es estar preparado con las mejores soluciones, evitando largos y costosos litigios, pero sobre todo salir bien librado de los problemas.

**Es conveniente contar con área legal o tener acceso oportuno a asesoría legal** adecuada, lo cual no debe verse como un costo, sino como un seguro de salud legal. ¡Mejor prevenir que lamentar!

## La empresa ágil, innovadora y flexible

El entorno en el que se desarrollan los emprendedores y sus empresas es cada vez más dinámico y competitivo, por lo que la agilidad se ha convertido en un factor crucial para el éxito de las organizaciones que entregan un bien o un servicio. Ser una empresa ágil implica desarrollar la capacidad de adaptarse rápidamente a los cambios del entorno, es decir ser flexibles, anticiparse a las tendencias del mercado y tomar decisiones oportunas y eficientes.



## La metodología ágil

La metodología ágil es una respuesta eficaz a los desafíos del entorno cambiante en la gestión de

proyectos y procesos productivos y contrasta con los enfoques tradicionales, que se suelen basar en planificaciones rígidas y secuenciales, las metodologías ágiles privilegian la adaptabilidad, la colaboración y la entrega incremental de resultados.

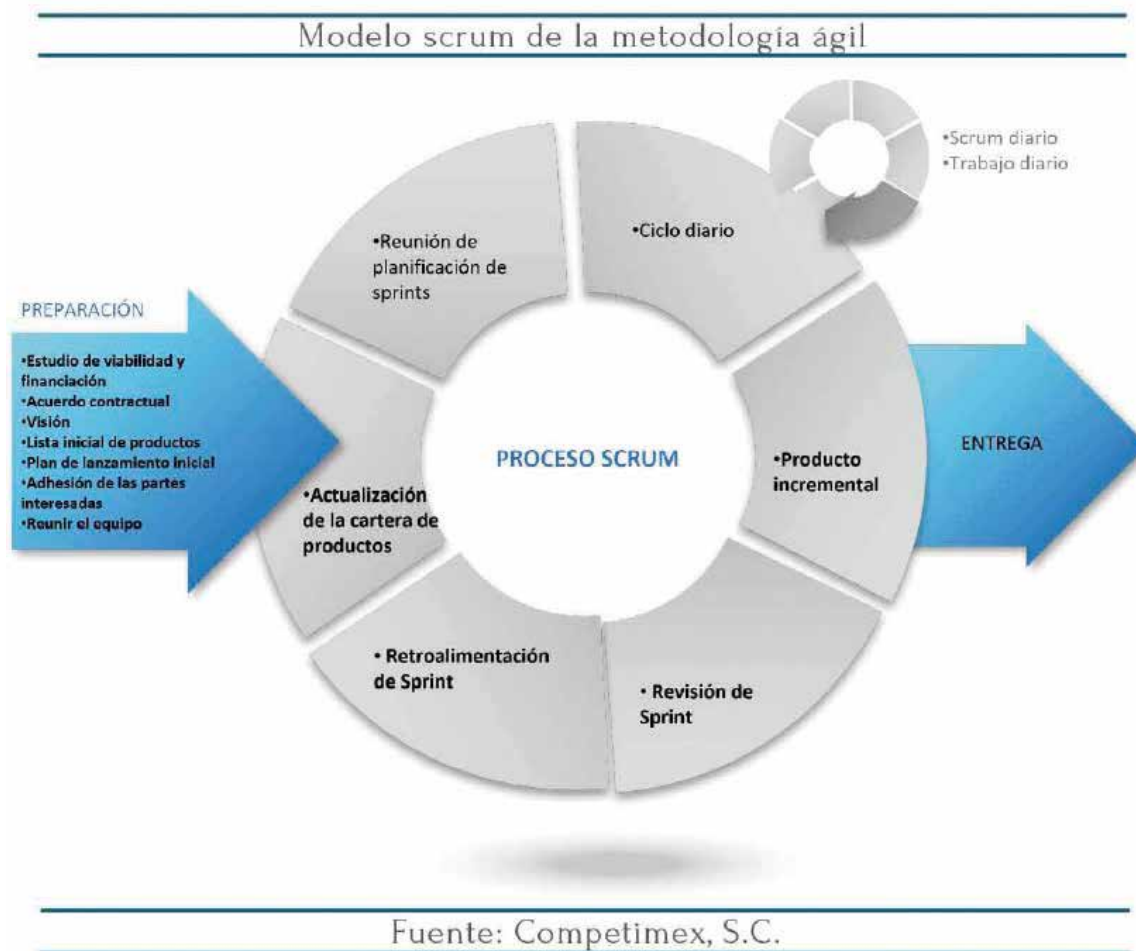
La metodología ágil representa un enfoque iterativo e incremental para la gestión de proyectos. En lugar de partir de un plan detallado para luego ejecutarlo sin desviaciones, la metodología ágil propone la creación de equipos multidisciplinarios que colaboran de manera cercana y continua con los clientes y usuarios finales. A través de ciclos de desarrollo cortos, conocidos como "sprints" en un marco de trabajo tipo "Scrum", mediante el cual se generan entregas parciales y funcionales del producto o servicio, promoviendo una retroalimentación temprana lo que permite ajustar la dirección del proyecto en base a los comentarios recibidos.

Uno de los pilares fundamentales de la metodología ágil es la flexibilidad; ello contrasta con los enfoques tradicionales, donde los cambios a menudo se consideran estabilizadores y costosos. La flexibilidad de la metodología ágil permite a las empresas mantenerse a la vanguardia de las tendencias del mercado y aprovechar nuevas oportunidades, ya que pueden ajustar su enfoque e incluso sus estrategias en tiempo real.

La colaboración es otra parte esencial de la metodología ágil. Los roles jerárquicos tienden a ser menos evidentes en estos equipos, lo que permite que las ideas y la experiencia fluyan sin reservas, lo que fomenta la creatividad y la innovación.

Desarrollar la metodología ágil implica instrumentar un modelo de mejora continua. El proceso es constante y rápido, que busca evitar la dispersión y centrar toda la atención en una tarea encomendada.





## Fortalezas de una empresa ágil

Una empresa ágil logra diversas ventajas y fortalezas:

- Capacidad de respuesta rápida. Les permite aprovechar nuevas oportunidades, abordar amenazas emergentes y mantenerse a la vanguardia en un mundo en constante evolución.
- Innovación continua. Promueven una cultura de experimentación y aprendizaje al estar dispuestas a asumir riesgos calculados.
- Mejora constante en la experiencia del cliente. La capacidad de adaptación y la orientación hacia el cliente van de la mano en las empresas ágiles.
- Mayor eficiencia operativa. Tienden a adoptar enfoques de trabajo más flexibles, lo que ahorra tiempo y costos.
- Atracción y retención del talento. Las organizaciones ágiles suelen fomentar el crecimiento y el desarrollo de sus empleados, lo que contribuye a la retención del talento y al fortalecimiento de la fuerza laboral de la empresa.

## Requerimientos de una empresa ágil

Si bien son variadas las ventajas de ser una empresa ágil, la adopción de la metodología ágil implica desafíos. La falta de una planificación exhaustiva al comienzo puede generar incertidumbre y preocupaciones en torno a la gestión del tiempo y el presupuesto. Además, la colaboración intensiva puede resultar en decisiones más lentas debido a la necesidad de involucrar a múltiples partes interesadas. Es importante y básico la capacitación de equipos en la metodología ágil, lo que puede llevar a resistencias.

Adoptar la metodología ágil implica en la mayoría de los casos un cambio profundo en la

cultura laboral, sobre todo en empresas grandes con personal con muchos años de experiencia, pero usando los mismos procedimientos y métodos. La construcción de equipos de trabajo ágil que por eficiencia deben ser pequeños, y multidisciplinarios implica también grandes transformaciones.

**Es conveniente contar con un asesoramiento de expertos en la metodología ágil ya que ésta por naturaleza no es del todo replicable, ya que se construye y se adecua desde adentro de cada organización.**



# ALIMENTOS TRANSGÉNICOS EN LA INDUSTRIA PANADERA MEXICANA.

## ¿CÓMO LIDIAR CON ELLOS?

PARA EMPRESARIOS



México no es un país que se caracterice por el cultivo de alimentos transgénicos, no obstante, el 50% del maíz que importa para su consumo, es transgénico.

### ¿Qué es un alimento transgénico?

Los alimentos transgénicos son aquellos que están genéticamente modificados, es decir, su composición procede de un organismo que contiene un gen de otra especie. Este gen ha sido modificado por expertos para incluir genes de otras plantas o



animales. Gracias a esto, se puede transferir un gen de un organismo a otro para dotarlo de alguna cualidad del que éste carece, de esta forma algunas plantas pueden aguantar mejor las sequías, por ejemplo.

La historia de la liberación legal de transgénicos al ambiente comenzó en México cuando en 1988 la empresa Sinalopasta (propiedad de Campbell'sen) solicitó la autorización para la siembra experimental de tomate transgénico, la cual le fue autorizada ese mismo año. Uno de los primeros lugares aprobados para los cultivos transgénicos fue el municipio de Guasave ubicado en el estado de Sinaloa, tiempo después se extendió a los estados de Baja California Norte y Sur, Jalisco, Nuevo León, Coahuila, Estados del centro y sureste del país.

A inicios de los 90 la Secretaría de Agricultura (SAGARPA) fue la responsable de la bioseguridad y apoyándose en un grupo interdisciplinario de científicos constituyeron el Comité Nacional de Bioseguridad Agrícola (CNBA), quienes definieron la política, con base en el principio precautorio y el establecimiento de la carga de la prueba a los productores de OGM y se elaboró la NOM 68 fito x (1994), antecedente de la NOM 056 fito 19952, para el manejo de transgénicos.

En México durante la liberación de transgénicos se cultivaron distintas semillas y frutas que se utilizan en el sector, entre ellas podemos encontrar:

- Alfalfa
- Canola
- Frijol
- Limón mexicano
- Trigo
- Arroz

## ¿El Reglamento permite la siembra de transgénicos a nivel comercial o sólo de manera experimental?

El Reglamento, al igual que lo dicta la Ley, se debe basar en los principios de caso por caso y paso por paso; así que, a priori, el Reglamento no permite ni prohíbe la siembra de organismos genéticamente modificados.

Adicionalmente, dado que la Ley determina que “todo OGM (organismo genéticamente modificado) que esté destinado a ser liberado comercialmente debe ser previamente sometido a pruebas satisfactorias conforme a los estudios de riesgo, la evaluación de riesgos y los reportes de resultados aplicables en la realización de actividades de liberación experimental y de programa piloto”, el Reglamento es consistente con este enfoque.

Las instancias competentes deben evaluar a la luz de lo anterior cualquier solicitud de siembra de organismos genéticamente modificados que reciban, incluido el maíz, y determinarán, en función de los niveles de riesgo evaluados científicamente y de las medidas de bioseguridad propuestas, si procede o no la siembra de ese cultivo. De considerarla procedente, las instancias competentes deberán determinar también bajo qué condiciones se debe realizar la siembra.

En este contexto, sólo procederá la liberación comercial de cualquier organismo genéticamente modificado en tanto este se someta a una evaluación científica, primero a nivel experimental y después en programa piloto.

Actualmente, la industria de los alimentos transgénicos es una escena de investigación y apuesta por la mejora de cada uno de los componentes y que su desarrollo se vuelva cada vez más sostenible

	Ventajas	Desventajas
Para la economía	<ul style="list-style-type: none"><li>• Crecimiento acelerado del producto</li><li>• Aumento de la producción</li><li>• Defensa contra las enfermedades</li><li>• Combatir plagas en la agricultura</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Inversión financiada por grandes compañías</li><li>• Complicaciones para regular y legalizar su uso</li></ul>
Para el ambiente	<ul style="list-style-type: none"><li>• Reducción del impacto ambiental de la agricultura</li><li>• Precisión en las características deseadas</li><li>• Preservación de la biodiversidad</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Competición biológica</li><li>• Pérdida de la biodiversidad</li><li>• Efectos negativos en la fauna silvestre</li></ul>
Para la salud	<ul style="list-style-type: none"><li>• Combatir deficiencias nutricionales</li><li>• Reducción de toxinas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Potenciales efectos negativos en la salud humana</li><li>• Implicaciones éticas</li></ul>

para poder asegurar con fines ecológicos y salubres la seguridad de su cultivo y de su consumo, pero ¿Sabes cuáles son las ventajas y desventajas que estos alimentos conllevan en nuestra vida cotidiana? Posteriormente se anexará un gráfico con un resumen grosso de éstas, sin embargo, buscaremos explicar con detalle cada uno de estos puntos, para poder brindarles la mayor cantidad de información posible.

## Ventajas de los alimentos transgénicos

Las ventajas resultan de la mejoría o la utilidad que los organismos modificados genéticamente aportan a las diferentes áreas del quehacer humano. Entre las ventajas tenemos:

### 1. Crecimiento acelerado del producto

Conociendo la fisiología de los organismos, se puede descubrir los genes que están involucrados en los mecanismos de crecimiento. Esto se puede utilizar para producir animales o plantas más grandes o que crecen más rápido.

Por ejemplo, el salmón transgénico tarda en alcanzar el tamaño adulto en mitad del tiempo del salmón silvestre. Esto le da una ventaja de comercialización en menor tiempo.

### 2. Aumento de la producción

La productividad de los cultivos agrícolas disminuye por la presencia de hierbas, que compiten por el agua y los nutrientes. Una estrategia para eliminar las hierbas competidoras es modificar las plantas de interés agrícola, como el maíz y la soya, de forma que sean resistentes a herbicidas.

### 3. Defensa contra enfermedades agrícolas

En algunas regiones del mundo los cultivos son atacados por virus, hongos o bacterias que los destruyen, provocando grandes pérdidas económicas. Mediante técnicas de bioingeniería se pueden construir alimentos capaces de resistir el ataque de estos agentes.

Por ejemplo, la papaya es afectada por un virus que destruye la planta. Se desarrolló una papaya resistente a este virus, lo que permitió recuperar el cultivo de esta fruta en muchas regiones.

### 4. Combatir deficiencias nutricionales

En muchas poblaciones humanas existen deficiencias nutricionales que producen enfermedades. Esto por lo general se debe a la dificultad para acceder a cierto tipo de alimentos. La suplementación es una medida costosa y no está al alcance de todo el mundo.

Por ejemplo, en ciertas zonas de Asia existe una deficiencia de vitamina A que provoca problemas en la visión y mortalidad infantil. Para combatir este problema, se diseñó un arroz que pudiera producir un precursor de la vitamina A. Este es conocido como el arroz dorado.

## 5. Combatir plagas en la agricultura

La bacteria *Bacillus thuringiensis* produce un insecticida que se usa comúnmente para proteger los cultivos. Se ha logrado insertar el gen de



esta bacteria en algunas plantas, de forma tal que la planta pueda producir por sí misma el insecticida.

## 6. Precisión en las características deseadas

El ser humano desde la creación de la agricultura ha seleccionado las mejores plantas y animales para su consumo. A través de la selección artificial y la hibridación, se favoreció la producción de determinadas especies, pero esto consume mucho tiempo y fallas. Por ejemplo, el maíz que conocemos ahora tardó milenios y se originó de una planta (el teosinte) que apenas tenía unos cuantos granos.

Con la biotecnología se puede precisar el efecto deseado, como por ejemplo, producir un cerdo

con más músculos o una vaca con mayor producción de leche. Este proceso es mucho más rápido que la selección artificial o la hibridación, además de ser más fácil de controlar.

## 7. Reducción del impacto de la agricultura en el medio ambiente

El uso de fertilizantes, pesticidas, herbicidas y antibióticos son prácticas de la industria agropecuaria que alteran el medio ambiente. Con la creación de organismos resistentes a plagas y de mayor crecimiento se reduce el uso de toxinas y sustancias que pueden alterar el equilibrio de los ecosistemas.

## 8. Reducción de toxinas dañinas al humano

El maíz que es afectado por los insectos es más propenso a ser infectado por hongos productores de micotoxinas. Estas micotoxinas provocan daños en el hígado, son carcinogénicas y las mujeres embarazadas que consumen maíz contaminado con micotoxinas corren un riesgo mayor de tener bebés con defectos.





Con la introducción del gen de la bacteria *Bacillus thuringiensis* en el maíz, se reduce los niveles de micotoxina en las mazorcas.

## 9. **Preservación de la biodiversidad**

Con la implementación de cultivos transgénicos más productivos se reducirá la necesidad de intervenir en zonas vírgenes. De esta forma, la fauna y flora silvestre queda protegida del impacto de la transformación del bosque para uso agrícola.

Por otro lado, con la reducción del uso de pesticidas sintéticos de efecto inespecífico, se mantiene la diversidad de insectos que no afectan los cultivos.

## **Desventajas de los alimentos transgénicos**

La pérdida de la biodiversidad es uno de los grandes riesgos de los organismos transgénicos. Los alimentos transgénicos presentan algunos riesgos y problemas si no se regulan adecuadamente su implementación.

## 1. **Competición biológica con las especies originales**

Una de los riesgos que plantea la utilización de

organismos genéticamente modificados es que tengan mejor desarrollo con respecto a la especie nativa, estableciendo una competencia por los recursos disponibles. Esto puede conducir a la disminución y potencial desaparición de la especie original.

## 2. **Gran inversión financiada por grandes compañías**

Los procesos de ingeniería genética son costosos y las grandes compañías biotecnológicas dominan el mercado de los alimentos transgénicos. Además, el exceso de regulaciones disminuye el interés económico para desarrollar estos organismos por parte de instituciones públicas. Esto promueve el establecimiento de oligopolios que pueden controlar el mercado.

## 3. **Potenciales efectos negativos en la salud humana**

Los opositores a los alimentos transgénicos argumentan que la modificación genética de los alimentos puede causar alergias u otros problemas de salud. En este sentido, para asegurar que un organismo de este tipo sea seguro para el consumo humano, se realizan diferentes pruebas y análisis antes de comercializarlos.

Por otro lado, los estudios controlados realizados en los alimentos transgénicos muestran que estos no son más propensos a producir enfermedades que los alimentos normales. Por ejemplo, la mandioca si no es preparada correctamente puede provocar la muerte.



## 4. Pérdida de la biodiversidad

Uno de los riesgos más difundidos es la desaparición de las especies nativas por causa de la superioridad de los alimentos transgénicos. Esto ha logrado resolverse creando organismos genéticamente modificados incapaces de reproducirse.

## 5. Complicaciones para regular y legalizar el mercadeo de los alimentos transgénicos

El Protocolo de Cartagena sobre Seguridad en Biotecnología es un acuerdo entre diferentes países que establece las normas para la importación y exportación de organismos vivos con modificaciones en su genoma.

Sin embargo, cada país es responsable de establecer las leyes para la utilización de alimentos transgénicos. Por ejemplo, el salmón transgénico es comercializado en Canadá, mientras en el país vecino, los EE.UU., se ha retrasado su aprobación.

## 6. Implicaciones éticas

La manipulación genética de cualquier tipo siempre ha despertado inquietudes con respecto a lo correcto o necesario. Asegurar la alimentación de los humanos podría ser una razón para producir más y mejores alimentos transgénicos.

Pero, ¿es ético crear un pez que brilla en la oscuridad para que sea más fácil de pescarlo? ¿Ayuda a la seguridad alimentaria producir un maíz decorativo de color azul sin ningún valor nutricional extra?

## 7. Efectos negativos en la fauna silvestre

El uso de algunos herbicidas en cultivos resistentes a los mismos no solo elimina las hierbas, también pueden afectar la fauna silvestre, como insectos polinizadores benéficos.



# CARTERAS ESTILO FRANCÉS

## PANES EMBLEMÁTICOS



Se trata de un pan que asemeja un monedero o una cartera. Su color es café claro y puede ser decorado con chocolate en los bordes y relleno de mermelada.

El nombre se deriva de carta, a su vez del latín *Charta*, del griego *Khártees*: papiro, papel.

### PROCEDIMIENTO:

1. Batir ingredientes secos por 5 minutos aproximadamente.
2. Agregar los 100 ml. de huevo hasta obtener una pasta uniforme.
3. Con un palote aplanar hasta obtener un grosor de 1 centímetro.
4. Formar cuadrados de 14 cm. y rellenar al gusto.
5. Hornear a 180° C por 17 minutos aproximadamente.



# AGUACATAS DE PILONCILLO

## PANES EMBLEMÁTICOS

Se trata de un pan redondo de consistencia maciza pero esponjado a la vez; tiene un color café oscuro y lleva como decorado trocitos de piloncillo que se asoman de entre la masa.

La etimología de su nombre no es muy clara, posiblemente se trata de la misma raíz de “ahuacate”, con el sufijo “a” para femenino del español. El diccionario de mexicanismos cita:

1. Del azteca “*ahuacatl*”, que significa también testículo... árbol de la familia de las lauráceas.
2. Fruto de este árbol en forma de testículo de borrego.

La palabra piloncillo proviene de la forma usada en Tabasco para designar un palo macizo y grueso con que se apilan los granos en el mortero, y que por extensión toma la forma diminutiva para la panela de azúcar en forma de cucurucho o cono truncado.

### FUENTE:

Iglesias, Sonia: Los nombres del pan en la Ciudad de México. Museo Nacional de las Culturas Populares, México.



### PROCEDIMIENTO:

1. Batir los ingredientes secos con excepción del azúcar. Agregar los ingredientes líquidos.
2. Agregar el azúcar y batir hasta punto de malla.
3. Colocar el piloncillo cortado en trozos e integrar.
4. Bolear las piezas con un peso de 50 a 60 gr.
5. Dejar reposar unos 5 minutos a que afloje la mezcla.
6. Se le da el tamaño y se deja fermentar por espacio de 30 a 40 minutos.
7. La cocción es a 180° por espacio de 20 minutos.

# 16 DE OCTUBRE, DÍA MUNDIAL DEL PAN

— ESTE MES CELEBRAMOS —



**P**or iniciativa de la Unión Interamericana de Panaderos (UIB, por sus siglas en Inglés), se decidió, desde 2003, dedicar un día a la historia, el presente y el futuro del pan para honrar el trabajo de los panaderos artesanos del mundo, y sobre todo, a la conmemoración del alimento base de la humanidad, desde tiempos ancestrales.

Cada cultura del orbe ha hecho su aportación, enriqueciendo la variedad de ingredientes y técnicas que se pueden emplear en su elaboración, sin olvidar la infinidad de formas y texturas que lo hacen tan atractivo a la vista como al paladar.

Los hay dulces, salados, picantes y tan exóticos como el pan de mole, el pan de pulque o tan surrealistas como el pan de muerto, con sus infinitas formas que a menudo podrían confundirse con verdaderas obras de arte, otros coloridos como la rosca de reyes, o tan patrióticos y sabrosos como la Corona de la Independencia, por mencionar algunos.



## Así nació nuestro pan de cada día

Pero las cosas en un principio fueron mucho muy diferentes. Imaginemos que volvemos en el tiempo 7 mil años, cuando nuestra civilización sería poco menos que sueños de ciencia ficción en una mente primitiva, tan primitiva como la simple semilla del trigo antes siquiera de germinar.

Imaginemos que nos encontramos ante las primeras tribus sedentarias en alguna región del continente africano. Estos grupos se alimentaban de algunas raíces y hierbas, semillas y por supuesto animales que cazaban en su región, eran los primeros grupos agricultores del planeta. Los habitantes de esta tribu apenas dominan el fuego en una incipiente fogata, sin embargo, es muy probable que aquí se hayan gestado los inicios del pan.

Se cree que en esta época los grupos humanos elaboraban papillas hechas a base de cereales molidos con piedra y remojados con agua o algún tipo de savia, y en algún momento, por accidente quizás, dejaron caer un poco de esta masa primitiva sobre las rocas calientes de la hoguera, convirtiéndose ésta en una especie de galleta cocida.

Algo intrascendente para el hombre moderno, pero sin duda un pequeño paso para sentar las bases de lo que sería el alimento ícono de la humanidad. Los historiadores están de acuerdo en que el verdadero pan, el pan fermentado, fue inventado por los egipcios, por casualidad.

Algunas historias cuentan que una esclava olvi-



dó hornear un pedazo de masa y al día siguiente, para evitar el castigo de su amo, metió ese pedazo (ya fermentado), en la masa nueva. Hubo una gran sorpresa, porque ese día, el pan era mucho mejor. La panificación de esa época, era de un nivel bastante elevado, lo demuestran algunas piezas encontradas en tumbas.

En el año 3,000 A de C., existían los panes de lujo, a base de harina de nenúfares (planta acuática que se cultiva en los estanques), de miel y también se utilizaba comúnmente el aceite de olivo y las especias. La pastelería usaba almendras, miel, dátiles e higos.



Después de extenderse entre los hebreos, egipcios y pueblos vecinos, este tipo de alimentación fue adoptada también por los griegos, que mejoraron y aumentaron la diversidad. Estos fueron los primeros que elaboraron el pan de centeno y los panes aromatizados, además de ser los primeros en elaborar bizcocho y la verdadera pastelería.

Se ha encontrado que había 72 tipos de panes y pasteles diferentes antes de la llegada de los romanos. Poco a poco las técnicas de elaboración y el gusto por su consumo se fueron extendiendo a toda Europa.



# ESTE MES CELEBRAMOS

---

## El pan en México

El pan de maíz como ofrenda. Desde tiempos prehispánicos ya se elaboraban tortitas de maíz para usos ceremoniales en ofrendas, pero sobre todo eran prendas de petición de mano y objetos de homenaje. Parte de la cosecha de maíz era utilizado para preparar tortillas llamadas cocolli, que quiere decir pan torcido, y una especie de empanadillas de maíz sin cocer llamadas uilocpalli.

Durante las ceremonias, la gente se dirigía a sus terrenos con braseros en las manos y ofrendaban copal y comida a los dioses. Estas ofrendas eran en los primeros días del mes de mayo, cuando se recogía la cosecha, y se ofrendaban al dios Tláloc, junto con pequeños panes de harina de amaranto revuelta con miel.

Conforme a las necesidades los indígenas desarrollaron instrumentos de molienda, como metates y morteros de piedra, que les sirvieron para transformar las semillas en harina. Inclusive, algunos cronistas mencionan el consumo de pan de mezquite entre los chichimecas.

Desde luego la introducción de la panadería, como la conocemos actualmente, inició con la conquista y la llegada de los panaderos que surtían los regimientos españoles en los viajes y sus largas estancias por tierras Aztecas.

En 1524 se inició la producción y transformación del trigo criollo y pan. Los hornos y amasijos, que eran familiares, poco a poco se fueron convirtiendo en empresas productoras de pan de trigo para el consumo de la población en general.

La primera noticia de venta de pan la encontramos en la ordenanza de Hernán Cortés, en 1525. Se exigía que todas las panaderías enviaran su producción a la plaza pública. Uno de los requisitos era

que tuviera el peso debido y se vendiera al precio fijado por el cabildo, además de estar bien cocido y seco para que no se descompusiera.

Durante la época colonial, en las panaderías se elaboraban panes de sal, como el francés, el birote, el español y los pambazos; y de dulce, hechos de hojaldre, como campechanas, condes y banderillas estilo francés, y de ellas salían los repartidores con el pan acomodado en un gran cesto que cargaban sobre la cabeza para ofrecerlo por las calles.



A fines del siglo XVIII, llegaron a México los primeros maestros europeos de la panadería y pastelería (franceses e italianos), que establecieron las primeras negociaciones semejantes a las europeas, talleres donde el jefe de la familia es el maestro y sus hijos los pupilos.

En esos años, se introducen los hornos de “columpio”, que vienen a sustituir con grandes ventajas a los antiguos hornos calabaceros, incursionando en el mercado revolvedoras, amasadoras, molinillas, cortadoras, cámaras de fermentación y de reposo, en pocas palabras, se constituye una industria moderna.

## La cultura del pan en México

El pan en México forma parte de una gran cultura y tradición, por ello, es muy probable que sea el país con mayor variedad de panes, debido a que somos resultado de una fusión cultural indígena, (nahua, tolteca, zapoteca, mixteca, otomí, tzeltal, tzotzil, mayas, tarahumaras, huicholes, etc.), y lo que las culturas europeas, principalmente española y francesa nos heredaron.



Así, cada estado, municipio y población, cuenta con su propio pan sin importar su lugar dentro de la geografía nacional. Muestra de ello, son los múltiples panes ceremoniales arraigados a la cultura popular, elaborados especialmente para las fechas tradicionales, como el Pan de Muerto, la Rosca de Reyes, el Pan de Boda, o el Pan de Jueves Santo, la Corona de la Independencia, etc.



Somos por naturaleza, una de las pocas industrias que mantienen contacto directo con su personal, con los clientes, con su comunidad. El panadero es una figura que da calidez al barrio, al pueblo; nace de él y regresa a él con lo mejor de su experiencia, de sus productos y servicios, siempre pendiente de los gustos y las tradiciones.

El pan está cerca de los momentos más especiales de nuestras vidas y por ello, el industrial del ramo es consciente de su labor, la cual no fructifica si no existe una plena identidad con el cliente al cual sirve, con apego a sus gustos y otorgándole cada día lo mejor de su herencia cultural, el pan mexicano, orgullo y símbolo de la riqueza de nuestro México y porque no, patrimonio cultural de la humanidad.

Es por ello que en México, desde hace años, nos hemos sumado a los festejos, que con motivo del Día Mundial del Pan y la Alimentación, la industria panificadora recuerda y honra el legado



# ESTE MES CELEBRAMOS

---

alimenticio más importante de la humanidad y una herencia cultural tan rica en sabores, como en historia.

Invitamos a todos nuestros agremiando a sumarse a esta celebración, invitando a sus clientes con atractivas promociones y por qué no, con un pan conmemorativo producto de su imaginación.



## FUENTE:

El Mundo del Pan, con información de Sonia Iglesias y Cabrera, Samuel Salinas Álvarez “El pan nuestro de Cada día”, Canainpa 1997.

<http://www.mexicodesconocido.com.mx/>



Te acompañamos a crear  
*experiencias únicas*

¡BOOH!

CREACIONES  
DE MIEDO



## Harina preparada Deleite Creme Cake Chocolate

Perfil de sabor  
chocolate intenso



Fácil de manipular y  
cortos tiempos de  
mezclado



Búscala con el código:  
02322444




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

 @DawnFoodsLATAM

 @DawnFoods\_LATAM

 DawnFoodsLATAM

 Dawn Foods LATAM

 800 201 2578

# PAN MARRAQUETA

## RECETAS

### Ingredientes

- 1 kg. Harina
- 130 gr. Azúcar blanca
- 10 gr. Sal
- 200 gr. Masa madre
- 20 gr. Levadura seca  
(40 gr. si es levadura fresca)
- 480 gr. Agua
- 100 gr. Manteca vegetal

### Relleno

- 100 gr. Pan molido
- 30 gr. Aceite vegetal
- 20 gr. Sal



### Procedimiento de la base:

1. Mezclar la harina, azúcar, sal, la masa madre, levadura y el agua durante 6 minutos.
2. Añadir la manteca y continuar mezclando durante 8 minutos aproximadamente o hasta alcanzar la elasticidad deseada.
3. Sacar de la mezcladora y dejar reposar 5 a 10 minutos.



4. Cortar piezas de 45 gr. y formar bolas amasando cada una con las dos manos.
5. Estirar cada pieza con un rodillo y rellenar con el pan molido humedeciendo con aceite y la sal.
6. Enrollar las piezas y colocarlas sobre una bandeja engrasada.
7. Cubrir las con una tela o plástico y dejarla fermentar a temperatura ambiente durante 2 horas.
8. Precalentamos el horno a 200°C durante 20 minutos y antes de hornear bajamos la temperatura a 180°C con 5 a 10 segundos de vapor.
9. Realizar dos incisiones a lo largo de cada pieza.
10. Hornear las piezas sobre la bandeja donde fueron fermentadas a 180°C durante 15 minutos aproximadamente (este tiempo puede variar dependiendo el horno que tengamos y las condiciones del lugar donde se realice).
11. Dejamos enfriar durante 30 minutos y presentamos.





# HOJALDRAS

## RECETAS

*Tiempo de Preparación:* 1 hora  
*Tiempo de Cocción:* 20 min  
*Tiempo Total:* 1 hora 20 min  
*Porciones:* 8



### INGREDIENTES

500 gramos harina de trigo tamizada  
15 gramos levadura seca  
150 gramos azúcar  
1 cucharadita sal  
2 piezas huevos a temperatura ambiente

90 gramos mantequilla a temperatura ambiente  
175 mililitros leche tibia  
La ralladura dos naranjas  
3 cucharadas agua de azahar

### PARA DECORAR

1 huevo batido  
ajonjolí  
azúcar  
2 cucharadas de mantequilla

## PROCEDIMIENTO:

1. Comenzaremos preparando la esponja de levadura. Para ello, en un tazón colocamos 3 cucharadas de la harina que hemos medido, una cucharada de azúcar, la levadura seca en polvo y la leche tibia. Mezclaremos y dejaremos reposar en un lugar cálido por 10 minutos o hasta que doble su tamaño.
2. En una superficie plana y limpia, haremos un volcán con la harina y en el centro colocaremos el azúcar, la sal, la mantequilla, y la ralladura de las dos naranjas.
3. Mezclaremos intentando integrar bien todos los ingredientes hasta que nos quede una arenilla gruesa y ligeramente amarilla. En seguida, agregaremos los huevos y el agua de azahar. Volveremos a amasar unos minutos y cuando comience a tener una textura suave, agregaremos la esponja de levadura.
4. Continuaremos amasando por aproximadamente 30 minutos, hasta que la masa ya no se nos pegue a las manos y que al estirar un pequeño pedazo, se forme una telilla sin romperse. Dependiendo de la calidad de nuestra harina y su cantidad de gluten, es posible que necesitemos agregar un par de cucharadas más de harina, pero debemos cuidar de no excedernos pues el pan resultará duro si agregamos más harina de la necesaria.
5. Una vez que está lista nuestra masa, la colocamos en un tazón engrasado con aceite vegetal y la cubrimos. Dejamos reposar 30 minutos hasta que duplique su tamaño.
6. Ya que ha duplicado su tamaño, amasamos para sacar las burbujas de aire durante dos minutos y cortaremos en 9 partes. Una de estas, la apartamos para luego hacer la decoración de la hojaldra.
7. Las otras ocho partes, les daremos forma de esfera y las colocaremos sobre una charola para horno previamente engrasada. El pedazo que hemos apartado, lo cortaremos en 8 pedazos pequeños. De cada uno de estos haremos una bolita, y dos canillas, formando primero un cilindro y luego presionando con nuestros dedos estirados mientras hacemos rodar la masa.
8. Precalentamos el horno a 180°C.
9. Con el huevo batido, hacemos una cruz atravesando de lado a lado del pan. Sobre el huevo, pondremos las canillas y al final, en el centro, una bolita de masa.
10. Dejaremos reposar nuevamente por 15 minutos, y para después hornear durante 20 minutos.
11. Tan pronto como saquemos las hojaldras del horno, las barnizamos con mantequilla derretida y les espolvoreamos encima, según nuestro gusto, azúcar o ajonjolí.



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, propórcionando 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)



☎ 559300.1572

✉ [dpromocion@canainpa.org.mx](mailto:dpromocion@canainpa.org.mx)

Los Juárez No. 10, Col. San José Insurgentes, Alcaldía Benito Juárez, C.P. 03900, CDMX.

CANAINPA



# OBLIGACIONES 2023

MES

OBLIGACIÓN

DÍA

ENERO

- Comienza periodo de calibración de básculas.
- PROFECO intensifica la Verificación y Vigilancia de precios de la rosca de reyes. Se deben exhibir los precios al público.
- Pago de Impuesto Sobre Nóminas (CDMX) del mes inmediato anterior.
- Pago provisional de ISR. Dependiendo del último dígito del RFC.
- Pago de Impuesto al Valor Agregado e Impuesto Especial Sobre Producción y Servicios del mes anterior.
- Pago bimestral inmediato anterior (noviembre-diciembre 2022) de cuotas INFONAVIT e IMSS, Ramo Retiro, Cesantía en Edad Avanzada y Vejez.
- Fecha límite para pago de Impuesto Predial en la CDMX con descuento del 8% (varía).

1  
4, 5 y 6  
17  
17  
17  
17  
31

FEBRERO

- Entero de cuotas IMSS correspondiente al mes inmediato anterior.
- Pago de Impuesto Sobre Nóminas (CDMX) del mes inmediato anterior.
- Pago provisional de ISR. Dependiendo del último dígito del RFC.
- Pago de Impuesto al Valor Agregado e Impuesto Especial Sobre Producción y Servicios del mes anterior.
- Fecha límite para enviar la balanza (contabilidad electrónica) correspondiente al cierre del ejercicio 2022 de las personas morales.
- Fecha límite para presentar en el IMSS la determinación de la prima de grado de riesgo.
- Fecha límite para pago de Impuesto Predial en la CDMX con descuento del 5% (varía).

17  
17  
17  
17  
20  
28  
28

MARZO

- Entero de cuotas IMSS correspondiente al mes inmediato anterior.
- Pago bimestral inmediato anterior (enero-febrero 2023 de cuotas INFONAVIT e IMSS, Ramo Retiro, Cesantía en Edad Avanzada y Vejez.
- Pago provisional de ISR. Dependiendo del último dígito del RFC.
- Pago de Impuesto al Valor Agregado e Impuesto Especial Sobre Producción y Servicios del mes anterior.
- Pago de Impuesto Sobre Nóminas (CDMX).
- Fecha límite para enviar la balanza (contabilidad electrónica) correspondiente al cierre del ejercicio 2022 de las personas morales.
- Fecha límite para presentación de declaración anual del Impuesto Sobre la Renta para personas morales.
- Fecha límite para el pago de Tenencia en la CDMX.

17  
17  
17  
17  
17  
20  
31  
31



# OBLIGACIONES 2023

MES

OBLIGACIÓN

DÍA

ABRIL

- Pago de Impuesto Sobre Nóminas (CDMX).
- Entero de cuotas IMSS correspondiente al mes inmediato anterior.
- Pago provisional de ISR. Dependiendo del último dígito del RFC.
- Pago de Impuesto al Valor Agregado e Impuesto Especial Sobre Producción y Servicios del mes anterior.
- Fecha límite para presentación de declaración anual del Impuesto Sobre la Renta personas físicas.

17

17

17

17

30

MAYO

- PROFECO intensifica la Verificación y Vigilancia de precios de pasteles y gelatinas (día de las madres). Se deben exhibir los precios al público.
- Entero de cuotas IMSS correspondiente al mes inmediato anterior.
- Pago de Impuesto Sobre Nóminas (CDMX) del mes inmediato anterior.
- Pago bimestral inmediato anterior (marzo-abril 2023) de cuotas INFONAVIT e IMSS, Ramo Retiro, Cesantía en Edad Avanzada y Vejez.
- Pago provisional de ISR. Dependiendo del último dígito del RFC.
- Pago de Impuesto al Valor Agregado e Impuesto Especial Sobre Producción y Servicios del mes anterior.
- Fecha límite para el pago de utilidades a trabajadores que prestan servicios a personas morales

9 y 10

17

17

17

17

17

31

JUNIO

- Entero de cuotas IMSS correspondiente al mes inmediato anterior.
- Pago de Impuesto Sobre Nóminas (CDMX) del mes inmediato anterior.
- Pago provisional de ISR. Dependiendo del último dígito del RFC.
- Pago de Impuesto al Valor Agregado e Impuesto Especial Sobre Producción y Servicios del mes anterior.
- Fecha límite para el pago de utilidades a trabajadores que prestan servicios a personas físicas.

17

17

17

17

30



# OBLIGACIONES 2023

MES

OBLIGACIÓN

DÍA

JULIO

- Entero de cuotas IMSS correspondiente al mes inmediato anterior.
- Pago bimestral inmediato (mayo-junio 2023) de cuotas INFONAVIT e IMSS, Ramo Retiro, Cesantía en Edad Avanzada y Vejez.
- Pago provisional de ISR. Dependiendo del último dígito del RFC.
- Pago de Impuesto al Valor Agregado e Impuesto Especial Sobre Producción y Servicios del mes anterior.
- Pago de Impuesto Sobre Nóminas CDMX.

17

17

17

17

17

AGOSTO

- Entero de cuotas IMSS correspondiente al mes inmediato anterior.
- Pago provisional de ISR. Dependiendo del último dígito del RFC.
- Pago de Impuesto al Valor Agregado e Impuesto Especial Sobre Producción y Servicios del mes anterior.
- Pago de Impuesto Sobre Nóminas CDMX

17

17

17

17

SEPTIEMBRE

- Entero de cuotas IMSS correspondiente al mes inmediato anterior.
- Pago bimestral inmediato anterior (julio-agosto 2023) de cuotas INFONAVIT e IMSS, Ramo Retiro, Cesantía en Edad Avanzada y Vejez.
- Pago provisional de ISR. Dependiendo del último dígito del RFC.
- Pago de Impuesto al Valor Agregado e Impuesto Especial Sobre Producción y Servicios del mes anterior.
- Pago de Impuesto Sobre Nóminas CDMX.

17

17

17

17

17

OCTUBRE

- Entero de cuotas IMSS correspondiente al mes inmediato anterior.
- Pago provisional de ISR. Dependiendo del último dígito del RFC.
- Pago de Impuesto al Valor Agregado e Impuesto Especial Sobre Producción y Servicios del mes anterior.
- Pago de Impuesto Sobre Nóminas CDMX.

17

17

17

17





# OBLIGACIONES 2023

MES

OBLIGACIÓN

DÍA

NOVIEMBRE	● PROFECO intensifica la Verificación y Vigilancia de precios pan de muerto. Se deben exhibir los precios al público.	31, 1 y 2
	● Entero de cuotas IMSS correspondiente al mes inmediato anterior.	17
	● Pago bimestral inmediato anterior (septiembre-octubre 2023) de cuotas INFONAVIT e IMSS, Ramo Retiro, Cesantía en Edad Avanzada y Vejez.	17
	● Pago provisional de ISR. Dependiendo del último dígito del RFC.	17
	● Pagos de Impuesto al Valor Agregado e Impuesto Especial Sobre Producción y Servicios del mes anterior.	17
DICIEMBRE	● Entero de cuotas IMSS correspondiente al mes inmediato anterior.	17
	● Pago provisional de ISR. Dependiendo del último dígito del RFC.	17
	● Pagos de Impuesto al Valor Agregado e Impuesto Especial Sobre Producción y Servicios del mes anterior.	17
	● Fecha límite pago de Impuesto Sobre Nóminas CDMX.	17
	● Fecha límite para el pago de aguinaldo 2023.	20

## CALIBRACIÓN DE BÁSCULAS

Los instrumentos de medición (básculas) con una antigüedad menor a 10 años, tienen que verificarse una vez al año, durante el periodo del 1° de enero al 31 de mayo.

Si el instrumento tiene más de 10 años deberá de realizar la calibración cada 6 meses, la primera calibración del 1° de enero al 31 de marzo y la segunda del 1° de julio al 30 de septiembre, de cada año.

## SECRETARÍA DE TRABAJO Y PREVISIÓN SOCIAL

Puede realizar inspecciones todo el año y son de:

- Condiciones generales de trabajo.
- Capacitación y adiestramiento.
- Seguridad e higiene.

Así como también, inspecciones extraordinarias a consecuencia de la contingencia por Covid-19.

## SECRETARÍA DE SALUD

Puede realizar verificaciones sanitarias a nivel local y federal, de esta última la autoridad competente es la Comisión Federal para la Protección Contra Riesgos Sanitarios (COFEPRIS).

## INSTITUTO DE VERIFICACIÓN ADMINISTRATIVA DE LA CDMX (INVEA)

Realiza inspecciones todo el año, de forma ordinaria o derivadas de una denuncia ciudadana.

## CÓDIGO FISCAL DE LA FEDERACIÓN

Código Fiscal de la Federación Art. 12. Cuando el vencimiento de impuestos cae en día inhábil, automáticamente el vencimiento se recorrerá al día hábil siguiente.



Septiembre 2023  
Núm. 409 Año 34

# PAN

## El mundo del



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

## De México para el mundo, ingredientes internacionales

**¿QUIERES ANUNCIARTE  
EN NUESTRA REVISTA?**

COMUNÍCATE al  
559300 1572  
[comunicacion@canainpa.org.mx](mailto:comunicacion@canainpa.org.mx)

No. 409 Septiembre 2023 isnn 1405 - 1427W



Nuestra nueva dirección

**Tel. 55.9300.1572**

Los Juárez No. 10

Col. San José Insurgentes,

Alcaldía Benito Juárez, C.P. 03900,

CDMX





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



### MIRIAM MERCEDES BAUTISTA TAMAYO

**Edad:** 28 años **Complexión:** Regular

**Estatura:** 1.75 mts. **Color de piel:** Blanca

**Historia:** Se le vió por última vez en compañía de una tía política.

**Lugar y fecha de extravío:** Ocotlá, Jalisco.  
15 de agosto de 2023.

### URIEL GONZÁLEZ CHONA

**Edad:** 65 años

**Complexión:** Mediana

**Estatura:** 1.75 mts.

**Color de piel:** Morena

**Señas particulares:** Cicatriz de acné en mejillas, cicatriz en ceja izquierda

**Historia:** El Sr. se dirigió a su trabajo y desde ese momento se desconoce su paradero.

**Lugar y fecha de extravío:** Col. San Juan de Aragón, Alcaldía Venustiano Carranza, CDMX.

17 de agosto de 2023.



### LILITH SAORI ARREOLA ALVEAR

**Edad:** 21 años

**Complexión:** Delgada

**Estatura:** 1.50 mts. **Color de piel:** Clara

**Señas particulares:** Tatuaje destiny en pierna derecha, tatuaje de evangelion en antebrazo derecho, lunar abultado debajo de la nariz.

**Historia:** Fue de vacaciones a Puerto Escondido con su pareja, se comenta que el día 02 de enero del 2023 sale corriendo del Hotel Villa Casalet, dicen que por un aparente ataque de pánico dirección playa Zicatela, iba descalza y sin dinero, a partir de ese momento se desconoce su paradero.

**Lugar y fecha de extravío:** Playa Zicatela, Santa Mariza Colotepec Pochutla, Oaxaca.

2 de enero de 2023.







# POSTERS DE VENTA EN CANAINPA

## INFORMES:

[DPROMOCION@CANAINPA.ORG.MX](mailto:DPROMOCION@CANAINPA.ORG.MX)

TEL: 55 93 00 15 72

LOS JUÁREZ NO. 10, COL. SAN JOSÉ INSURGENTES, ALCALDÍA BENITO JUÁREZ, C.P. 03900, CDMX





La Elección Profesional

# Ilsa Frigo

## Más cerca de ti

### PRESENTACIONES

Barra de 1 Kg.  
Caja de 10 piezas.

Placa de 2 Kg.  
Caja de 5 piezas.

### IDEAL PARA

Pastas secas  
Pastissetas  
Batidos de Muffin  
Pan fino de Rosca de Reyes  
Pan de Muerto

### CARACTERÍSTICAS

Su porcentaje de grasa la hace una mantequilla con excelente plasticidad, ideal para laminados.

### TIEMPO DE VIDA

En anaquel 6 meses.  
Temperatura 2°C a 7°C.

### PRESENTACIONES

Barra de 1 Kg.  
Caja de 10 piezas.

### IDEAL PARA

Masas como bizcocho premium, croissant y brioche; pasta para tapar conchas gourmet así como Rosca de Reyes y Pan de Muerto.

### CARACTERÍSTICAS

Su porcentaje de grasa la hace una mantequilla con excelente plasticidad es ideal para masas laminadas.

### TIEMPO DE VIDA

En anaquel 6 meses.  
Temperatura 2°C a 7°C.

