

# BOLETÍN SEMANAL

SEPTIEMBRE 3, 2021



AMR  
ASOCIACIÓN MEXICANA  
DE RESTAURANTES, A.C.  
DESDE 1948



DICARES  
Directores de Cadenas de Restaurantes, A.C.

f t i @AMRcdmx | www.amr.org.mx

## CDMX



LA CIUDAD DE MÉXICO  
REGRESA A SEMÁFORO  
AMARILLO

## TENDENCIAS FINANCIERAS



AUMENTA EL RIESGO  
DE TIPO DE CAMBIO

## ECONOMÍA



EL PRECIO DE LOS ALIMENTOS  
AUMENTÓ HASTA UN 40%  
EN TODO EL MUNDO,  
SEGÚN LA ONU

## GASTRONOMÍA



GANAN COCINERAS  
OAXAQUEÑAS PREMIO  
MUNDIAL "GUARDIANAS  
DE LA TRADICIÓN"



## GASTRONOMÍA



LOS DELICIOSOS  
INGREDIENTES DE  
SEPTIEMBRE

## GASTRONOMÍA



VALLE DE GUADALUPE  
ES RECONOCIDA COMO  
LA MEJOR REGIÓN VINÍCOLA  
DE AMÉRICA DEL NORTE

## TENDENCIAS



ECOMMERCE EN MÉXICO  
CRECERÁ 226% PARA 2025  
¿LAS TIENDAS  
DESAPARECERÁN?

## GASTRONOMÍA



¿CÓMO LEER Y ENTENDER  
LAS ETIQUETAS DE  
LOS ALIMENTOS?



Conoce los hábitos de los clientes al momento de salir a comer

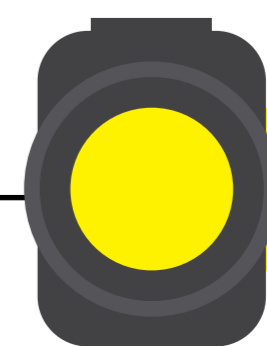
Descarga la información



Consulta nuestro Aviso de Privacidad en [www.amr.org.mx](http://www.amr.org.mx)

General Gómez Pedraza 51 Int. 1, Col. San Miguel Chapultepec, CDMX | Tel.: 5250-1146 / 5531-0911

Juan Carlos Cuéllar | [comunicacion@amr.org.mx](mailto:comunicacion@amr.org.mx)



SEMÁFORO AMARILLO  
DEL 6 AL 12 DE SEPTIEMBRE



CDMX

# LA CIUDAD DE MÉXICO REGRESA A SEMÁFORO AMARILLO



*Derivado de la conferencia de prensa del Gobierno de la Ciudad de México del día de hoy viernes 3 de septiembre de 2021, sobre el color del semáforo y la actividad Restaurantera, se les informa:*

## SEMÁFORO AMARILLO DEL 6 AL 12 DE SEPTIEMBRE



- Que la Ciudad de México en la semana comprendida del lunes 6 al domingo 12 de septiembre de 2021, regresa a **SEMÁFORO AMARILLO**.
- Con motivo del cambio de semáforo, se autorizan a partir del lunes 6 de septiembre de 2021, las siguientes actividades:
  - Los Establecimientos Mercantiles o Actividades cuyo Giro principal sea la Venta de Bebidas Alcohólicas y Salones de Fiesta (Bares, Cantinas, Antros, Discotecas u Homólogos) podrán operar con un Aforo máximo del 50% conforme al horario permitido en su Aviso o Permiso de Funcionamiento, o bien, conforme al horario habitual.
  - El resto de los Giros Mercantiles no considerados en el párrafo anterior, como son los Res-

taurantes, podrán funcionar sin restricciones de horario y aforo, pero respetando los que se contengan en sus Permisos de Funcionamiento. Tampoco existe restricción sobre el número de comensales en cada mesa.

- Continúa vigente el Programa **"CIUDAD AL AIRE LIBRE"** en los mismos términos en que está Autorizado, conforme a los Lineamientos dictados que ya son de su conocimiento. Verificar el Link [siapem.cdmx.gob.mx](http://siapem.cdmx.gob.mx), y consulta de lineamientos técnicos en [medidassanitarias.covid19.cdmx.gob.mx](http://medidassanitarias.covid19.cdmx.gob.mx)
- Continúa la prohibición de fumar en espacios cerrados. En zonas de enseres al aire libre podrá destinarse una zona exclusiva para fumadores, siempre que se garantice que las personas no fumadoras en espacios abiertos estén 100% libres de humo de tabaco.
- Se recomienda el distanciamiento entre mesas y el resto de las medidas sanitarias actuales.





- Filtro sanitario y uso de cubrebocas al ingresar.
- Continuar con todas las medidas sanitarias dictadas tales como: Toma de temperatura, registro de comensales, uso de cubrebocas, gel antibacterial al 70% de alcohol, lavado constante de manos, sana distancia de 1.5 metros entre personas, colocación de mesas de 1.5 metros de separación entre mesas, registro y uso del código QR para el ingreso al Establecimiento por parte de los clientes, medidas de protección para los trabajadores, cubrebocas, careta que deben portar durante su jornada de trabajo.
- Se permiten Fiestas Infantiles en el Interior de los Giros Mercantiles, con aplicación de las Medidas Sanitarias establecidas.
- Los Establecimientos Mercantiles que tienen como Giro principal la Venta de Alimentos Preparados podrán tener música viva, grabada o videograbada, con un límite máximo de volumen de 62 decibeles.
- Oficinas podrán trabajar en sus horarios habituales y sin restricción de aforo.

- Eventos Sociales sin restricciones de horario y aforo, salvo las restricciones contenidas en sus propios Permisos de Funcionamiento.

## RECOMENDACIONES GENERALES:

1. **Uso de cubrebocas en interiores y exteriores.**
2. **Mantener Sana Distancia.**
3. **Abrir puertas y ventanas para ventilar bien los espacios.**
4. **Realizar la mayor cantidad posible de actividades al aire libre.**
5. **Lavar manos con agua y jabón constantemente.**
6. **Si sales positivo o estuviste en contacto con algún positivo, aíslate por 10 días. Llama a LOCALTEL o manda un Mensaje al 51515.**

Es de suma importancia cumplir con todos los Lineamientos Sanitarios dictados por las Autoridades, así como con los del Programa **"CIUDAD AL AIRE LIBRE"** autorizado conforme a los Lineamientos específicamente publicados y que ya se hicieron de su conocimiento el viernes pasado, a fin de evitar sanciones por parte del Instituto de Verificación Administrativa.



## Tendencias Financieras

### Aumenta el Riesgo de Tipo de Cambio

Por: Arnulfo Rodríguez | Director de Análisis de Banco Multiva

En agosto el peso mexicano rompió una racha de cinco meses consecutivos con ganancias frente al dólar de los EEUU, la cual comenzó a principios de marzo cuando se registró la paridad máxima del año (MX\$ 21.26 pesos por dólar en el mercado interbancario). Para finales de agosto, el tipo de cambio cerró en MX\$/US\$ es de 20.13, un incremento de 1% en comparación con el cierre de 2020 (MX\$ 19.94).

En los primeros ocho meses del año, las reservas internacionales (RI) presentaron una disminución neta de 2.41 mil millones de dólares (MMD), cifra que contrasta notablemente con la acumulación de RI observada en 2020 (US\$ 14.9 MMD) y en 2019 (US\$6.1 MMD). Toda vez que la variación en el saldo de RI representa el flujo neto de todas las entradas y salidas de divisas por operaciones del sector real y financiero; el flujo negativo del periodo enero-agosto sugiere un debilitamiento de la balanza de pagos de México frente al extranjero.

Sin embargo, esta disminución de las RI quedó enmascarada en la primera semana de septiembre, por un incremento de 12.1 MMD resultantes de la asignación de Derechos Especiales de Giro (DEG) que el Fondo Monetario Internacional hizo al Banco de México, dentro de un programa especial de inyección de liquidez para ayudar a todos los países miembros a enfrentar la pandemia de Covid-19.

Así, a pesar del aparente incremento en las RI, es necesario tomar en cuenta los riesgos que condicionarán una mayor volatilidad de la paridad cambiaria.

En el terreno de la política económica, quizás la principal preocupación de los mercados internacionales en torno a México gravita alrededor de la autonomía del banco central. Si bien el artículo 28 constitucional y la propia Ley Orgánica del Banco de México (Banxico) preservan esta autonomía, en fechas recientes se han dado acontecimientos que levantan dudas entre los inversionistas. A saber:

1. El presidente de México Andrés Manuel López Obrador (Amlo) pretende utilizar la asignación de US\$12.100 millones que el FMI transfirió a Banxico para el prepago de deuda pública externa; una transferencia directa de estos recursos para tal propósito sería violatoria de la autonomía de Banxico. La alternativa correcta sería que la Secretaría

multiva.com.mx Banco Multiva







## Tendencias Financieras

de Hacienda y Crédito Público compre estas divisas a Banxico con recursos de su propio presupuesto o mediante la colocación de deuda pública en pesos, lo que sería un despropósito financiero para el gobierno federal.

La negativa del presidente a nominar para un segundo mandato al Doctor Alejandro Díaz de León como Gobernador del Banco de México. En su lugar nominó al Maestro Arturo Herrera, el segundo secretario de Hacienda en su administración, para asumir el cargo en enero —ya que será ratificado por la mayoría oficial de Morena en el Senado. La conocida y estrecha cercanía entre Amlo y Herrera genera sospechas sobre la independencia del Banco de México, incluso sin necesidad de cambiar las leyes

En torno a la creciente desconfianza de los inversionistas, destacan las siguientes cifras: En mayo de 2021, el número acumulado de depósitos de mexicanos en bancos estadounidenses alcanzó una cifra récord de US\$102.1 MMD para un incremento anual de 9% que refuerza la tendencia de salida iniciada en 2019. La inversión extranjera de cartera no ha compensado el éxodo de inversores locales; en el primer semestre de 2021 el crecimiento del valor de mercado de las posiciones de los residentes extranjeros en la Bolsa Mexicana de Valores está por debajo del incremento del índice MEXBOL. A junio, la cuenta financiera de México muestra un déficit de US\$1.720 millones.

Además de los riesgos en torno a la independencia de Banxico, existen otros riesgos del propio sistema financiero internacional y señales de debilitamiento en las cuentas externas:

1. El anuncio de la Reserva Federal de los EEUU sobre el probable inicio de la reducción de su inyección de liquidez a los mercados financieros antes de que finalice el año ha fortalecido al dólar y debilitado a la mayoría de las monedas de países emergentes.
1. El déficit comercial de México fue de US\$4,063 millones en julio, lo que elevó el déficit acumulado en el año a US\$2.9 MMD. Durante el mismo periodo de 2020 se registró un superávit de US\$8.0 MMD.
1. Con un acumulado de US\$23.6 MMD a junio, las remesas se mantienen sólidas y en cifras récord; sin embargo, en la balanza por cuenta corriente este flujo positivo se compensa con los flujos negativos de pagos de intereses de la deuda externa (US\$17,2 MMD) y el déficit de la balanza turística (US\$ 6.4 MMD).

[multiva.com.mx](http://multiva.com.mx) Banco Multiva





# EL PRECIO DE LOS ALIMENTOS AUMENTÓ HASTA UN 40% EN TODO EL MUNDO, SEGÚN LA ONU



*Aumenta el temor sobre la recuperación global tras la pandemia.*

De acuerdo con el índice de los alimentos de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) para la Agricultura y la Alimentación, los precios subieron a su tasa mensual más rápida en más de una década.

El índice de la ONU se encarga de rastrear en promedio cuánto pagan los consumidores del todo mundo en una canasta básica de alimentos. Incluyendo cereales, semillas, productos lácteos, carne y azúcar.

Como seguro lo imaginas, este aumento se desprende de la pandemia provocada por el Covid-19. Los proveedores se han visto afectados por interrupciones en sus producciones, mano de obra, transporte y distribución. Mientras que la demanda de alimentos sigue creciendo. Como resultado de la baja producción se ha generado un aumento de los precios en los alimentos alrededor de todo el mundo.

Según el índice de la ONU, en mayo del 2021 los precios fueron un 4,8% más caros que en abril, el mayor aumento mensual registrado desde octubre del 2010 y un 39,7% más altos que en el mismo periodo del 2020. Los cinco alimentos componentes del índice aumentaron, principalmente impulsados por el alto costo de los aceites vegetales, cereales y el azúcar.

Estos resultados preocupan a los expertos por el efecto que tienen directamente en la inflación mundial. La tasa a la que aumentan los precios de los bienes y servicios, medida clave en el bienestar financiero general. Sin embargo, varios expertos señalan que a medida que las economías salen de las restricciones impuestas por la pandemia se podría experimentar una fuerte recuperación, especialmente en la industria de los cereales. Esperemos que así sea.

Puedes conocer más información del Índice de Precios de la ONU en <http://www.fao.org/worldfood-situation/foodpricesindex/es/>

Fuente: Food & Wine en Español

INICIO



# La Industria Restaurantera **NO BAJA LA GUARDIA**

“Nuestro compromiso es con tu seguridad y tu tranquilidad”



## BIENVENIDA/O



Aún enfrentamos grandes desafíos por la pandemia y el sector restaurantera mantiene y refuerza el protocolo Mesa Segura, que implementa las medidas de higiene de las autoridades mexicanas y de la Organización Mundial de la Salud.

### APLICAMOS



Filtro sanitario



Gel desinfectante



Uso de cubrebocas obligatorio



Aforo permitido por las autoridades



Menú en pizarrón o QR

### ADEMÁS



Capacitación permanente a empleados



Entrega de equipo a personal



Sanitización y limpieza continua

Si al visitar un restaurante detectas que no se aplican las medidas descritas, por favor envíanos tus comentarios a:

**>> mesasegura@canirac.org.mx <<**



Para mantener una reactivación socioeconómica segura, el compromiso es de todas y todos. Te invitamos a seguir las siguientes recomendaciones:



Mantén la sana distancia



Continúa utilizando el cubrebocas



Lávate las manos frecuentemente



Vacúnate contra COVID-19



**No bajemos la guardia**  
y juntos contribuyamos a controlar esta pandemia



INICIO





## GASTRONOMÍA

GANAN COCINERAS OAXAQUEÑAS  
PREMIO MUNDIAL  
"GUARDIANAS DE LA TRADICIÓN"

*El próximo 13 de septiembre se otorgará un premio a las cocineras tradicionales oaxaqueñas en el primer congreso de guisanderas del mundo. Esto lo lograron por ser un colectivo de mujeres que ha preservado las tradiciones culinarias de su tierra y las han difundido por el mundo.*

Este premio se dará en el marco de FéminAS, una iniciativa que apoya y defiende las actividades que redunden en la visibilización de la mujer, específicamente las de comunidades rurales.

**Celia Florián** y Rosario Cruz serán dos de las representantes de este colectivo mexicano que viajarán a Asturias para recibir el premio para toda la Asociación de Cocineras Tradicionales de Oaxaca este 13 de septiembre.

COCINERAS OAXAQUEÑAS,  
UN PREMIO Y MUCHA TRADICIÓN

Del 13 al 15 de septiembre, el primer Congreso Internacional de Gastronomía, Mujeres y Medio Rural visibilizará la labor de cocineras ancestrales de distintas partes del planeta. Tendrá lugar en diferentes partes de la Comunidad de Asturias, en España.

*"De pronto me llega una llamada telefónica y resulta que era del congreso internacional de Gastronomía y Mujeres para invitarme al congreso. Me dijeron que llegaría una carta y casi me desmayo cuando leí que era para rendir homenaje a las cocineras oaxaqueñas", Celia Florián, cocinera oaxaqueña y cabeza de la Asociación de Cocineras Tradicionales de Oaxaca.*

En Asturias existe un grupo de guisanderas que rescata las tradiciones y sabores ancestrales de sus regiones; sin embargo, el trabajo de la mujer en la cocina no ha sido tan reconocida como debería y FéminAS nació justo para darles voz a estas figuras.



## GASTRONOMÍA

## LA MUJER COMO EJE

Es el primer homenaje a la mujer en la cocina del mundo, un trabajo de identidad y de rescate de cosas que van mucho más allá de sus oficios. En su experiencia, Celia Florián ha descubierto más que solo sabores y técnicas: se han rescatado artesanías, vestimenta y diferentes ingredientes.

*En la Asociación tenemos registradas a más de 400 mujeres cocineras de todo Oaxaca. Organizamos actividades como un concurso de tamales donde deben investigar sobre los ingredientes de su región. Ahí encuentran nuevas alternativas como hojas de vegetales y productos de sus lagunas.*

Gracias a todo esto, no fue necesario aspirar al homenaje; más bien fueron las actividades del día a día lo que hizo voltear los ojos del mundo a las cocineras oaxaqueñas.

Con ella llevará chiles, hierbas, especias y saberes para enseñarle al mundo la magia del **mole negro** y otras preparaciones especiales oaxaqueñas, al tiempo que recibe un premio que no solo es para ella sino para todas las mujeres cocineras que viven tras los fogones de su estado.



Fuente: Animal Gourmet • El Diario Montañés

INICIO



# LOS DELICIOSOS INGREDIENTES DE SEPTIEMBRE



*Llegaron los ingredientes de septiembre, este es un mes más para disfrutar lo que nuestros campos producen y aprovechar que las frutas y verduras están frescas y jugosas.*

Te damos algunas recetas y consejos para sacarle más provecho a tus compras y para que llenes tu mesa de color. ¡Que lo disfrutes!

## VERDURAS

**Acelga:** Además de deliciosas, aportan una buena cantidad de hierro, lo que las hace muy saludables. Prepáralas en ensaladas, sopas y en estas pechugas de pollo rellenas de acelgas.

**Betabel:** Imperdible la sopa de betabel con jengibre. Agrégalo a una ensalada con cítricos y pistaches y enamorarás a todos, comprobado.

**Berenjena:** Piérdele el miedo a esta verdura y savoréalas rostizadas con pan árabe.

**Calabaza:** Tienes que probar la sopa esmeralda de cilantro y calabaza y las clásicas calabacitas rellenas de arroz y verduras, son sencillas y nos encantan. No te pierdas la sopa de milpa, además de rica es muy saludable.

**Cebolla:** Las cebollas rostizadas con lentejas son perfectas para los climas cambiantes como estos días.

**Chícharo:** Sopa ganadora, la de alcachofa con chícharos y menta. Pónselos a todo, sopas, cremas, arroz y guisos, no te quedes con el antojo.

**Chile poblano:** Imperdible la temporada de chiles en nogada en Puebla, y para hacer en casa, el rico pastel de elote con rajas una delicia.

**Elote:** Anímate a preparar la clásica sopa de elote, también puedes hacer esquites, agregar unos granitos al arroz y echar a volar la imaginación.

**Espinaca:** Día completo con esta verdura, para el desayuno, unos huevos pochados con espinacas y por la tarde la tarta de espinacas con queso de cabra. Si buscas quedar bien con alguien, los hongos rellenos de pesto de arúgula y espinaca o la lasaña boloñesa con espinacas te sacan de apuros.

**Jitomate:** ¿Qué tal despertar con un par de huevos con cebolla caramelizada y jitomate? También puedes aprovecharlos en una sopa de jitomate rostizado, agrégalos a las ensaladas, guisos o cómelos con un poco de sal y limón; en esta temporada son más jugosos y firmes.

**Papa:** La ensalada de berros con papa y tocino es una maravilla, así como la sopa de poro con papa. No te puedes perder las papas rostizadas con aceite de oliva y romero, es un buen giro para la cocina.





## FRUTAS

**Chabacano:** Disfrútalos en pays, galletas y mermeladas. Utilízalo para dale sabor al pollo o para preparar unas chuletas ahumadas en salsa de chabacano. ¿Qué tal una tarta recién hecha en casa?

**Dátil:** Es un excelente sustituto del azúcar, agrégalo a los postres, licuados o smoothies para agregar un sabor dulce. Si los combinas con frutos secos su sabor es delicioso. Ofrécelo como aperitivo con jamón serrano o para darle un toque especial a los estofados.

**Durazno:** Una excelente opción es la gelatina de durazno con mascarpone aunque al rostizarlos con miel, quedan muy buenos.

**Granada roja:** Muy presentes en los tradicionales chiles en nogada. Agrégala a tu yogurt con avena por las mañanas o hazte un smoothie súper saludable. Sorprende a todos con coctel de flores de jamaica y granada.

**Guayaba:** El gran clásico son las guayabas en almíbar pero esta fruta es tan versátil que la puedes aprovechar en jugo, paletas heladas, mermelada, batidos o el tradicional atole.

**Lima:** Prepara una yucateca sopa de lima. Agrégala a tus platillos en vez del limón para darles un sabor más dulce y especial, va perfecto con langostinos o tacos de pulpo. También la puedes usar para hacer mantecadas, tartas y cocteles.

**Mango:** Desayuna un smoothie de mango con yogurt griego, para la hora de la comida ámate a probar una rica sopa de frutas y para el postre el dulce de tapioca con mango nos encanta.

**Membrillo:** Es increíble para preparar cremas, compotas y guisos con carne ya que aumenta los sabores y queda espectacular.

**Pera:** ¿Ya probaste el espectacular pay de pera con limón? Te advertimos que te va a encantar. Otro grande es el budín de peras, que es tan rico como fácil de hacer y las peras pochadas con anís para una dieta alcalina, puras delicias.

**Plátano:** Anda sin culpas con un pan vegano hecho en casa o saborea el tradicional panqué de plátano.

**Uva:** Puedes aprovechar esta fruta fresca para darle un giro a las carnes blancas con salsas espectaculares. Una ensalada de queso de cabra con sésamo y uvas no tiene comparación.

Fuente: Animal Gourmet

INICIO





INTERNATIONAL  
HOSPITALITY EXHIBITION

22-26  
OCTOBER  
2021  
fieramilano

# NEW SHAPES OF HOSPITALITY

#BetterTogether

TUTTOFOOD MILANO + host Milano

[host.fieramilano.it](http://host.fieramilano.it)



ITA  
ITALIAN TRADE AGENCY



FIERA MILANO

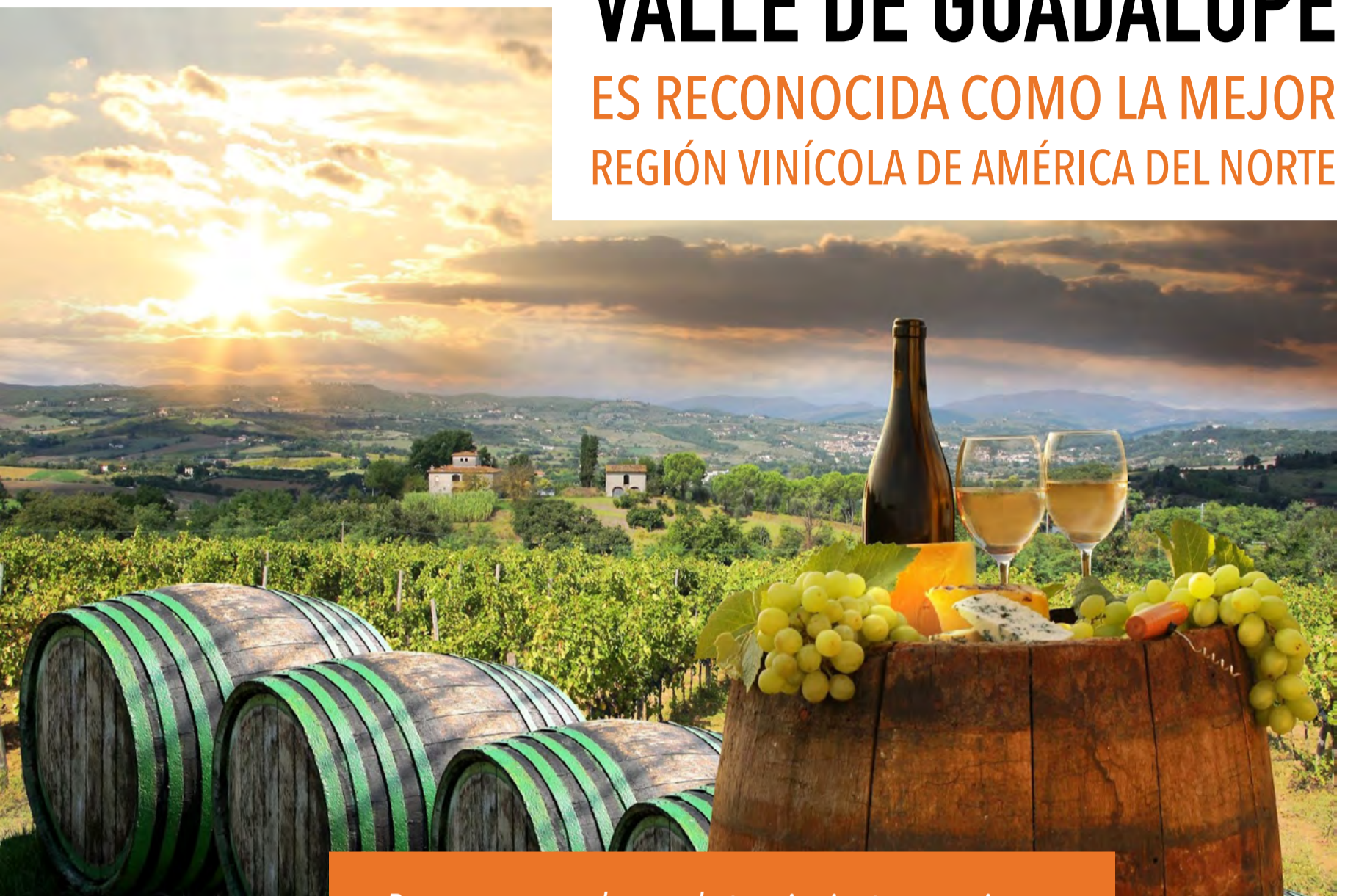
INICIO





# VALLE DE GUADALUPE

## ES RECONOCIDA COMO LA MEJOR REGIÓN VINÍCOLA DE AMÉRICA DEL NORTE



*Para que vayas planeando tus siguientes vacaciones.*

Para los mexicanos no es un secreto que el Valle de Guadalupe es una de las mejores regiones vinícolas del país. De hecho, no es gratuito que el 43º Congreso Mundial de la Viña y el Vino se llevará a cabo a finales del 2022 en Baja California. Este es el congreso más importante de vino en el mundo y México será el anfitrión gracias a la gran calidad vinícola que tiene.

Pero no es el único reconocimiento. Recientemente fue dada a conocer una lista denominada 10Best del portal estadounidense, USA Today, donde el Valle de Guadalupe fue reconocido como una de las 10 mejores regiones vinícolas de este 2021.

Gracias a un panel de expertos se eligieron 10 ganadores. En este sentido, es importante destacar que América del Norte alberga más de 250 regiones vitivinícolas y de entre todas estas, Valle de Guadalupe, en Ensenada, fue reconocida por ser el principal des-

tino vinícola en México, además de las más de 100 bodegas que producen vinos biodinámicos de clase mundial, con variedades en gran parte del Mediterráneo.

Además del Valle de Guadalupe, las otras regiones que fueron ganadoras, son: Valle de Walla Walla, Washington; Finger Lakes, Nueva York; Texas Hill Country, Texas; Valle de Temecula, California; Meseta de Dahlenega, Georgia; Verde Valley, Arizona; Paso Robles, California; Monticello, Virginia; y la Península de Old Mission, Michigan.

Con este reconocimiento, el Valle de Guadalupe reafirma su vocación agrícola-vitivinícola en Norteamérica y el mundo, además de colocarse al nivel de grandes regiones enológicas como Napa Valley, ya que cada vez son más las personas que visitan el Valle para vivir la experiencia del vino hecho en México.

Fuente: Food & Wine en Español

INICIO



# ECOMMERCE EN MÉXICO CRECERÁ 226% PARA 2025 ¿LAS TIENDAS DESAPARECERÁN?



*Las búsquedas para comprar en línea y recoger en tienda aumentó un 27% en México en 2020.*

Si bien en el último año la pandemia disparó **las compras por internet de los mexicanos, se espera que siga avanzado a pasos acelerados los siguientes años y crezca 226% para 2025**, además representar alrededor del 24% del total de las ventas del sector retail en México.

De acuerdo con el estudio "El futuro del retail" de Euromonitor, desarrollado para Google, en **estos 5 años el ecommerce representará el 58% del crecimiento total de las ventas**, mientras que el 42% restante será de las tiendas físicas, por lo que estas están lejos de desaparecer en el país.

En este sentido, **el gerente de marketing de investigación para Google en Hispanoamérica, Marcos Aramburu**, indicó la facturación de comercio electrónico creció un 50% durante ese año; mientras que las búsquedas relacionadas a este negocio aumentaron un 71% en 2020, respecto al año anterior.

*"Las estrategias que tenían presente el factor online u omnicanal crecieron sus ventas, ayudaron a las tiendas físicas a vender, en particular los sitios de compras online crecieron un 51%, retailers omnicanales crecieron un 46% en México, mientras que en la región crecieron un 17%, y las tiendas físicas bajaron un 16%", afirmó.*

Marcos Aramburu señaló que, según el estudio, **las ventas totales de retail en México en los próximos cinco años se espera que crezcan un 40%**, por encima del promedio del resto de la región por 15 puntos.

Sin embargo, **el comercio electrónico va a crecer un 226%** para 2025, además de ganar importancia, ya que más de la mitad del aumento en ingresos provendrá de este rubro y representará 24% del total, por encima del 5% del 2019 y 8% del 2020.

A pesar de este avance, el directivo aseguró que **las tiendas físicas seguirán siendo importantes**, aunque algunas empresas van adoptando como nuevos roles, por ejemplo, como centros de experiencias.





***“Las tiendas físicas están lejos de desaparecer, van a representar el 76% de las ventas, o sea 24% vendrá por el lado del comercio electrónico, pero el 76% va a seguir sucediendo en tiendas físicas y va a representar un 42% del crecimiento, el comercio electrónico representará un 58%”,*** afirmó.

En este sentido, el gerente de marketing de investigación para Google en Hispanoamérica consideró que el mejor canal es el que le funciona al consumidor, a resolver sus inquietudes, de hecho, el 84% de los encuestados en México disfruta tanto de comprar online, como en tienda físicas.

*“Por eso este auge de las de las estrategias omnicanal, porque justamente le pueden dar esta combinación, lo mejor de esto de estos mundos y permitir al consumidor que en definitiva tome la decisión que más le conviene”,* destacó.

De hecho, precisó que a principio de año observaron que las búsquedas para comprar en línea y recoger en tienda aumentó un 27% en México, por lo que hacía el 2025 los retailers que sigan estas estrategias omnicanales van a crecer un 165%.

A su vez, Juan Carlos Gómez, director de industria para comercio minorista y multicanal en Google México, opinó que el confinamiento derivado de la pandemia ha acelerado más esta tendencia, al punto que los canales digitales ya no son hoy en día una puesta, sino una parte fundamental de las ventas de los retailers en México y una parte fundamental de la vida de los consumidores.

Y es que, de acuerdo con el estudio, **las tiendas online generan una mayor lealtad a la marca que las tiendas físicas**, dado que durante la compra el 18% cambia de una tienda física a online cuando no encuentra su marca preferida, mientras que 27% al no encontrarla en internet recurrirá a visitar una tienda física.

Otro de los atributos valorados es la personalización, ya que para el 44% de los encuestados está principalmente relacionada con la oferta de descuentos y eventos especiales.

Además es de vital importancia la privacidad, debido a que el 55% afirmó haber dejado de comprar en un negocio (tanto online como en persona) por este tema, sobre todo en lo que respecta a la seguridad de los datos al pagar, que es una de las principales preocupaciones.



# ¿CÓMO LEER Y ENTENDER LAS ETIQUETAS DE LOS ALIMENTOS?



¿Queda claro que tienen carbohidratos, proteínas, grasas saturadas y conservadores? Sí. Pero eso es una generalidad. ¿Cómo interpretar los porcentajes o cantidades establecidas en esa tablita? Te explicamos:

## LEER LAS ETIQUETAS: MÁS FÁCIL DE LO QUE CREES

Comencemos por el principio: el diseño de las etiquetas. Generalmente tienen dos partes, una con la tabla nutricional y otra con los ingredientes expuestos de forma más precisa.

La tabla es algo como esto:

Información Nutricional		
Tamaño de la Porción: 1 oz - 28g		
Porciones Por Empaque: 1		
<b>CALORÍAS: 168    CALORÍAS DE GRASA: 125</b>		
% Valores Diarios*		
Grasa Total	14g	22%
Grasas Trans	0g	0%
Grasas Saturadas	4g	18%
<b>Carbohidratos</b>	<b>9g</b>	<b>3%</b>
Fibra Dietética	8g	32%
Azúcares	4g	
Sodio	0g	0%
Potasio	50mg	1%
Calcio	0mg	
Hierro	1mg	7%
Proteínas	2g	4%
<small>El Porcentaje de Valores Diarios está basado en una dieta de 2000 calorías. Sus valores diarios pueden ser más altos o más bajos dependiendo de sus necesidades calóricas.</small>		
<small>ENVASADO POR PESO, NO POR VOLUMEN. SIN COLORES ARTIFICIALES O SABORES ARTIFICIALES; TODO NATURAL. INGREDIENTES: Cacao y Azúcar Integral de Caña.</small>		

*Todos, absolutamente todos los nutriólogos y especialistas en la salud recomiendan siempre leer las etiquetas de los alimentos que compramos. Pero la realidad es que, al girar la lata o frasco en cuestión, poco podemos interpretar al respecto.*

Lo primero que debes notar es el **contenido energético**, es decir, las calorías. Calcula que la ingesta diaria de un adulto promedio ronda las 2,000 o 2,500.

Piensa tus batallas y planea en función de tu dieta si es que cuentas calorías. ¿Tiene más de 250? Quizás sea tu comida principal del día y así está bien; si solo es un antojo o complemento, medítalo de nuevo.

**Las porciones:** para que entendamos esta cifra primero hay que saber cuánto contiene el envase de tu alimento. Generalmente calculan el número de porciones de acuerdo a los gramos promedio que una persona suele consumir de ese alimento. Este es el punto de partida para entender el resto de la tabla.

Hay algunos que, muy amablemente ponen el porcentaje de valor diario, es decir, una guía general para ayudarte a saber qué tantos nutrientes hay en una porción en proporción a la dieta total diaria.

Puede también orientarte para determinar si un alimento es alto o bajo en un nutriente: según la **FDA 5% o menos es bajo, 20% o más es alto.**



## GASTRONOMÍA



## LA TABLA

Ahora sí, **el cuadrito de macro y micronutrientes**. Aquí te dirán a grandes rasgos qué es lo que contiene ese alimento que vas a comerte. ¿Está formado principalmente por proteínas? Será lo primero en aparecer. ¿Más bien está lleno de carbohidratos? Igual.

Esto sirve porque, si tienes una dieta que cuenta cantidades específicas de cada nutriente, podrás darte una idea más precisa sobre si la estás haciendo bien. Están desglosadas cada una por sus tipos: las grasas en *trans* y saturadas; los carbohidratos en fibras y azúcares.

**El sodio** es un ingrediente que aparece en casi todos los productos envasados y se relaciona con la cantidad de sal que contienen para conservarse o dar sabor. Si sufres de hipertensión, es importante que los niveles sean bajos, o sea, menos del 5% del total de tu alimento.

En la parte inferior de esta tabla aparecen los **micronutrientes**, que son aquellas moléculas que aportan diferentes beneficios al cuerpo, como el calcio a fortalecer los huesos o la vitamina A para mejorar la visión.

Aparecerán en una cantidad más pequeña que los carbohidratos, grasas y proteínas; esto sucede porque su concentración es mucho menor, no porque la cantidad sea insuficiente aunque, sí: entre mayor sea la cantidad, ¡mejor!

## LA LISTA DE INGREDIENTES

Otro apartado en las etiquetas de alimentos que vale la pena saber leer y entender del todo es la lista detallada de ingredientes que contiene.

El secreto de este apartado es **el orden**: los primeros siempre serán los más abundantes y los últimos los que tienen menos concentración.

Entonces, lo ideal sería que, en una lata de frijoles lo primero que aparezca en esta lista sean, efectivamente, frijoles. Si aparece sal, agua o soya te recomendamos buscar otras opciones.

Hablemos de los ingredientes que no podemos ni pronunciar y que están hasta abajo de esta lista. Quizás encuentres cosas como pectina, maltodextrina, glutamato monosódico o colorante caramelo 4.

Estos compuestos generalmente son químicos añadidos cuya función varía: algunos dan consistencia, otros estabilidad y algunos más color. Entre menos de estos ingredientes encuentres, menos procesado estará tu alimento. La recomendación siempre será que sean lo mínimo.



## GASTRONOMÍA



### Y ¿QUÉ HAY DE LOS SELLOS DE EXCESO?

A partir de 2020, las portadas de todos los alimentos envasados suelen traer octágonos negros que indican si tienen exceso de algún nutriente que, consumido en exceso, pueda traer enfermedades. Es importante saber leer estas etiquetas también y saber exactamente a qué se refieren.

Para definir si tiene sodio, azúcares o grasas *trans* en exceso, se utilizaron los siguientes parámetros de la **Organización Mundial de la Salud**:

- Los **azúcares libres o añadidos** son aquellos añadidos a los alimentos y bebidas por fabricantes, cocineros o consumidores, además de los que conforman la composición de un alimento como los de la miel, jarabes y jugos de fruta.
- Para un adulto activo promedio que requiere 2,000 kilocalorías al día, el consumo recomendado de estos nutrientes es del 10% que son aproximadamente **12 cucharaditas o 48 gramos** de azúcar de mesa.

- El **sodio** generalmente hace alusión a la cantidad de sal que se agrega a los productos y las recetas. La OMS recomienda consumir cinco gramos al día, lo cual equivale a **una cucharadita**.

- El consumo total de grasas debe ser entre el 20 y el 30% del total de calorías; es decir, en un adulto cuyo consumo es de 2,000 y considerando que cada gramo de grasa tiene nueve, **la ingesta no debe superar los 70 gramos por día**.

- Otro apartado será de **grasas saturadas** que, en contraste con las totales, son sólo el porcentaje de aquellas que elevan lo que popularmente se llama el colesterol malo e impide la circulación de la sangre. En este caso estamos hablando de mantecas vegetales y animales en estado sólido.

- Finalmente, la etiqueta negra indicará si existe exceso en **ácidos grasos trans**, los cuales son grasas insaturadas -es decir, **buenas**- que se sometieron a un proceso llamado hidrogenación para cambiar su estado físico y se convirtieron en igual de peligrosas que las saturadas. Un ejemplo de esto es la margarina.





**USA** correctamente el  
**CUBREBOCAS**



No saludes de beso, ni de mano y  
**GUARDA TU DISTANCIA**



**LÁVATE LAS MANOS**  
frecuentemente



**NO SALGAS**  
con síntomas o enfermo



**VACÚNATE**  
contra **COVID-19**

• • •

**¡Sé responsable  
y cuídate!**

• • •



**AMR**  
ASOCIACIÓN MEXICANA  
DE RESTAURANTES, A.C.  
DESDE 1948



**CANIRAC**  
CAMARA NACIONAL DE LA INDUSTRIA DE  
RESTAURANTES Y ALIMENTOS CONDIMENTADOS



**DICARES**  
Distribución de Alimentos y Bebidas, S.C.