

Tips para sobrevivir al “Maratón”

Monitoreo de precios CBA noviembre

- *Los productos que más aumentaron en el último mes fueron tomate, zanahoria, azúcar, cerveza y avena.*
- *Los Estados en los que más se encareció la canasta básica alimentaria fueron Guerrero, Durango, Sinaloa, Michoacán y San Luis Potosí.*
- *El precio promedio de la canasta alimentaria resultó ser de \$1,775.58 con una variación de 1.16% al alza que representa \$20.37 de aumento.*

Ciudad de México a 21 de noviembre de 2023.- La Alianza Nacional de Pequeños Comerciantes (ANPEC) reporta la variación de precios registrada de octubre a noviembre de este año, encontrando que los productos que más aumentaron en el último mes fueron tomate 16.65%, zanahoria 16.08%, azúcar 9.34%, cerveza 6.98% y avena 6.39%. Los estados en los que más se encareció la canasta básica alimentaria fueron: Guerrero 29.2%, Durango 8.99%, Sinaloa 5.13%, Michoacán 4.81% y San Luis Potosí 4.62%.

El precio promedio de la canasta alimentaria fue de \$1,775.58 con una variación de 1.16%, que representa \$20.37 de aumento. No estorba señalar que este estudio de mercado se levanta en los 32 estados de la República con un muestreo aleatorio ambulatorio en 200 puntos de venta y estratificados en los distintos niveles socioeconómicos.

“Estamos entrando al maratón Guadalupe-Reyes-Candelaria y con ello al fin de año. Las fiestas decembrinas junto a las de inicio de año conformarán el epílogo de un año cansado, donde recurrentemente enfrentamos un proceso inflacionario sostenido en alimentos y servicios básicos del hogar. Este hecho tiene una forma muy diferente al decirlo y otra al vivirlo. Miles de hogares lo han venido padeciendo y, aunque suene como disco rayado, no debemos dejar de señalarlo”, comentó Cuauhtémoc Rivera, presidente de ANPEC.

Buscando ser corresponsables, más que políticamente correctos, a continuación sugerimos 5 tips o consejos para sobrevivir al maratón Guadalupe-Reyes-Candelaria sin endeudamientos ni dolores de cabeza:

1. **Celebremos en casa:** Es más conveniente hacer los festejos de cierre de año en casa que en un restaurante o en alguna plaza, haciéndolas de “traje” entre familiares, compartiendo alimentos con distintas sazones y repartiendo así el gasto económico que representan estas fiestas.
2. **Regala afecto, no lo compres:** En estas fiestas lo valioso es la convivencia y el tiempo de calidad. Los obsequios deben ser respecto a las necesidades y posibilidades económicas familiares.
3. **Cuida bien tu dinero:** En estos días de aguinaldo, donde muchos reciben un poco más de dinero de lo ordinario, es necesario cuidarlo y administrarlo bien, no traerlo a la mano, exponiéndolo a los robos y a amantes de lo ajeno.
4. **Si tomas, no manejes:** Son tiempos de susceptibilidad y emociones fuertes que gustan a un alto consumo de alcohol, lo que podría llevar a posibles accidentes, muertes y daños a terceros. Es responsable designar a un chofer que decida no tomar y cuide de todos.
5. **Cuida tu salud:** No te excedas con la comida, abrígate, protégete de los cambios de temperatura y acude al doctor de ser necesario. Cuida de ti y los tuyos ante estos tiempos de frío y resfríos.

“Dejamos ver un cierre de año con precios más elevados y, como si fuera un deja vú, un arranque de año con una cuesta de enero prolongada hasta marzo. No pocos consumidores caerán presos del endeudamiento por hacer consumos por encima de su poder adquisitivo y recurrirán a préstamos leoninos, a hacer largas filas en las casas de empeño y a vender pertenencias, tapando un hoyo y abriendo otro. Estas serán nuevamente escenas del arranque venidero. Nada más resta decir que sobre aviso no hay engaño y que no hay chipote sin sangre”, recalcó Rivera.

Entre azul y buenas noches, no se acaban de despejar los nubarrones que se ciernen sobre la economía global y la nuestra también. La amenaza de una recesión orbita sobre nuestras vidas. No hay señales en el mundo que nos alienten a decir que hemos dejado atrás este peligro. Las guerras presentes, el cambio climático, “La Niña” y “El Niño”, la sequía prolongada, desastres naturales y pandemias son adversidades que están presentes en nuestra era y vienen marcando constantemente nuestras vidas, lamentablemente no forman parte de un guion hollywoodense de cualquier película apocalíptica.

Poco se ha logrado avanzar en que tomemos conciencia de ello. Cada que algo nos ocurre y lo superamos queremos olvidarlo como diciéndonos “aquí no ha pasado nada y todo sigue igual”. Ese es nuestro principal infortunio, nuestra resistencia a no cambiar nuestro estilo de vida y seguir manteniendo nuestros hábitos depredadores cada vez con un costo más alto. ¡Vaya temeridad e irresponsabilidad!

#ConsumoResponsable

#SobrevivamosAlMaratónSinDeudas

ESTADOS	ENERO	FEBRERO	MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO	JULIO	AGOSTO	SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE
AGUASCALIENTES	\$ 1,674.00	\$ 1,644.00	\$ 1,658.00	\$ 1,544.00	\$ 1,544.00	\$ 1,654.00	\$ 1,723.00	\$ 1,658.00	\$ 1,680.00	\$ 1,724.00	\$ 1,711.00
BAJA CALIFORNIA	\$ 1,713.00	\$ 1,713.00	\$ 1,713.00	\$ 1,704.00	\$ 1,704.00	\$ 1,704.00	\$ 1,704.00	\$ 1,704.00	\$ 1,704.00	\$ 1,704.00	\$ 1,704.00
BAJA CALIFORNIA SUR	\$ 1,742.00	\$ 1,684.70	\$ 1,687.00	\$ 1,784.50	\$ 1,877.00	\$ 1,819.00	\$ 1,819.00	\$ 1,784.00	\$ 1,715.00	\$ 1,764.70	\$ 1,669.90
CAMPECHE	\$ 685.00	\$ 676.00	\$ 687.00	\$ 1,549.70	\$ 1,720.00	\$ 1,707.00	\$ 1,708.38	\$ 1,553.65	\$ 1,550.20	\$ 1,543.05	\$ 1,599.00
CHIAPAS	\$ 1,716.00	\$ 1,747.00	\$ 1,821.40	\$ 1,856.40	\$ 1,826.90	\$ 1,877.10	\$ 1,877.10	\$ 1,629.50	\$ 1,817.40	\$ 1,807.40	\$ 1,812.40
CHIHUAHUA	\$ 1,655.00	\$ 1,678.00	\$ 1,726.00	\$ 1,724.00	\$ 1,724.00	\$ 1,718.00	\$ 1,706.50	\$ 1,468.80	\$ 1,756.00	\$ 1,782.00	\$ 1,810.50
CDMX	\$ 1,655.00	\$ 1,678.00	\$ 1,726.00	\$ 1,724.00	\$ 1,724.00	\$ 1,718.00	\$ 1,706.50	\$ 1,468.80	\$ 1,756.00	\$ 1,782.00	\$ 1,810.50
COAHUILA	\$ 1,634.00	\$ 1,631.00	\$ 1,689.00	\$ 1,707.00	\$ 1,646.00	\$ 1,731.50	\$ 1,724.00	\$ 1,724.00	\$ 1,699.00	\$ 1,699.00	\$ 1,703.00
COLIMA	\$ 1,783.00	\$ 1,796.00	\$ 1,782.00	\$ 1,806.00	\$ 1,826.00	\$ 1,833.00	\$ 1,833.00	\$ 1,861.00	\$ 1,865.00	\$ 1,865.00	\$ 1,861.00
DURANGO	\$ 1,865.00	\$ 1,725.00	\$ 1,809.00	\$ 1,806.00	\$ 1,826.00	\$ 1,833.00	\$ 1,833.00	\$ 1,861.00	\$ 1,865.00	\$ 1,865.00	\$ 1,861.00
GUANAJUATO	\$ 1,666.90	\$ 1,661.00	\$ 1,653.00	\$ 1,653.00	\$ 1,653.00	\$ 1,696.00	\$ 1,679.00	\$ 1,691.00	\$ 1,705.00	\$ 1,721.00	\$ 1,720.00
HIDALGO	\$ 1,663.00	\$ 1,636.00	\$ 1,605.00	\$ 1,693.00	\$ 1,642.00	\$ 1,448.00	\$ 1,448.00	\$ 1,548.00	\$ 1,571.00	\$ 1,571.00	\$ 1,620.00
MEXICO	\$ 1,692.00	\$ 1,655.33	\$ 1,652.37	\$ 1,622.00	\$ 1,656.37	\$ 1,656.37	\$ 1,656.37	\$ 1,726.43	\$ 1,791.00	\$ 1,821.33	\$ 1,804.80
ESTADOS UNIDOS MEXICANOS	\$ 1,692.00	\$ 1,655.33	\$ 1,652.37	\$ 1,622.00	\$ 1,656.37	\$ 1,656.37	\$ 1,656.37	\$ 1,726.43	\$ 1,791.00	\$ 1,821.33	\$ 1,804.80
MICHOACÁN	\$ 1,765.00	\$ 1,565.00	\$ 1,501.00	\$ 1,520.00	\$ 1,533.00	\$ 1,564.00	\$ 1,564.00	\$ 1,575.00	\$ 1,580.00	\$ 1,600.00	\$ 1,698.00
MORELOS	\$ 1,497.00	\$ 1,825.00	\$ 1,852.50	\$ 1,909.00	\$ 1,822.50	\$ 1,822.50	\$ 1,824.50	\$ 1,796.50	\$ 1,883.50	\$ 1,877.50	\$ 1,935.50
NAHUAYTLÁN	\$ 1,681.00	\$ 1,657.00	\$ 1,788.00	\$ 1,883.00	\$ 1,707.00	\$ 1,862.00	\$ 1,862.00	\$ 1,856.00	\$ 1,814.00	\$ 1,749.00	\$ 1,749.00
QUEZARUETÁN	\$ 1,681.00	\$ 1,657.00	\$ 1,788.00	\$ 1,883.00	\$ 1,707.00	\$ 1,862.00	\$ 1,862.00	\$ 1,856.00	\$ 1,814.00	\$ 1,749.00	\$ 1,749.00
QUINTANA ROO	\$ 1,680.00	\$ 1,687.80	\$ 1,842.60	\$ 1,728.00	\$ 1,728.00	\$ 1,867.00	\$ 1,867.00	\$ 1,774.40	\$ 1,814.00	\$ 1,892.30	\$ 1,910.10
SAN LUIS POTOSÍ	\$ 1,679.50	\$ 1,714.00	\$ 1,714.00	\$ 1,729.00	\$ 1,699.00	\$ 1,699.00	\$ 1,681.00	\$ 1,754.50	\$ 1,777.00	\$ 1,777.00	\$ 1,823.00
SINALOA	\$ 1,774.00	\$ 1,741.00	\$ 1,776.00	\$ 1,803.40	\$ 1,788.70	\$ 1,818.60	\$ 1,818.60	\$ 1,758.80	\$ 1,759.30	\$ 1,823.00	\$ 1,824.70
SONORA	\$ 1,551.00	\$ 1,482.00	\$ 1,503.00	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80
TAMAULIPAS	\$ 1,551.00	\$ 1,482.00	\$ 1,503.00	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80
TLAXCALTECOS	\$ 1,551.00	\$ 1,482.00	\$ 1,503.00	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80
TLAXCALTECOS	\$ 1,551.00	\$ 1,482.00	\$ 1,503.00	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80
VERACRUZ	\$ 1,551.00	\$ 1,482.00	\$ 1,503.00	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80
YUCATÁN	\$ 1,551.00	\$ 1,482.00	\$ 1,503.00	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80
ZACATECAS	\$ 1,551.00	\$ 1,482.00	\$ 1,503.00	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80	\$ 1,528.80

MONITOREO DE PRECIOS NOVIEMBRE



ESTADOS QUE MÁS AUMENTARON

1. GUERRERO	29.2
2. DURANGO	8.99
3. SINALOA	5.13
4. MICHOACÁN	4.81
5. SAN LUIS POTOSÍ	4.62

PRODUCTOS QUE MÁS AUMENTARON

1. TOMATE	\$ 30.54
2. ZANAHORIA	\$ 23.38
3. AZÚCAR	\$ 36.97
4. CERVEZA	\$ 21.43
5. AVENA	\$ 43.42

PRECIO PROMEDIO CBA
\$1,775.58

VARIACIÓN PROMEDIO CBA
1.16

ESTADOS	ENERO	FEBRERO	MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO	JULIO	AGOSTO	SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE
AGUASCALIENTES	1.674	1.644	1.658	1.544	1.544	1.654	1.723	1.658	1.680	1.724	1.711
BAJA CALIFORNIA	1.713	1.713	1.713	1.704	1.704	1.704	1.704	1.704	1.704	1.704	1.704
BAJA CALIFORNIA SUR	1.742	1.684	1.687	1.784	1.877	1.819	1.819	1.784	1.715	1.764	1.669
CAMPECHE	685	676	687	1.549	1.720	1.707	1.708	1.553	1.550	1.543	1.599
CHIAPAS	1.716	1.747	1.821	1.856	1.826	1.877	1.877	1.629	1.817	1.807	1.812
CHIHUAHUA	1.655	1.678	1.726	1.724	1.724	1.718	1.706	1.468	1.756	1.782	1.810
CDMX	1.655	1.678	1.726	1.724	1.724	1.718	1.706	1.468	1.756	1.782	1.810
COAHUILA	1.634	1.631	1.689	1.707	1.646	1.731	1.724	1.724	1.699	1.699	1.703
COLIMA	1.783	1.796	1.782	1.806	1.826	1.833	1.833	1.861	1.865	1.865	1.861
DURANGO	1.865	1.725	1.809	1.806	1.826	1.833	1.833	1.861	1.865	1.865	1.861
GUANAJUATO	1.666	1.661	1.653	1.653	1.653	1.696	1.679	1.691	1.705	1.721	1.720
HIDALGO	1.663	1.636	1.605	1.693	1.642	1.448	1.448	1.548	1.571	1.571	1.620
MEXICO	1.692	1.655	1.652	1.622	1.656	1.656	1.656	1.726	1.791	1.821	1.804
ESTADOS UNIDOS MEXICANOS	1.692	1.655	1.652	1.622	1.656	1.656	1.656	1.726	1.791	1.821	1.804
MICHOACÁN	1.765	1.565	1.501	1.520	1.533	1.564	1.564	1.575	1.580	1.600	1.698
MORELOS	1.497	1.825	1.852	1.909	1.822	1.822	1.824	1.796	1.883	1.877	1.935
NAHUAYTLÁN	1.681	1.657	1.788	1.883	1.707	1.862	1.862	1.856	1.814	1.749	1.749
QUEZARUETÁN	1.681	1.657	1.788	1.883	1.707	1.862	1.862	1.856	1.814	1.749	1.749
QUINTANA ROO	1.680	1.687	1.842	1.728	1.728	1.867	1.867	1.774	1.814	1.892	1.910
SAN LUIS POTOSÍ	1.679	1.714	1.714	1.729	1.699	1.699	1.681	1.754	1.777	1.777	1.823
SINALOA	1.774	1.741	1.776	1.803	1.788	1.818	1.818	1.758	1.759	1.823	1.824
SONORA	1.551	1.482	1.503	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528
TAMAULIPAS	1.551	1.482	1.503	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528
TLAXCALTECOS	1.551	1.482	1.503	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528
TLAXCALTECOS	1.551	1.482	1.503	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528
VERACRUZ	1.551	1.482	1.503	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528
YUCATÁN	1.551	1.482	1.503	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528
ZACATECAS	1.551	1.482	1.503	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528	1.528