CONOCIMIENTO DE NUESTRO PORTAFOLIO

El objetivo

- **Conocer y entender** la información básica y **científicamente sustentada** sobre los atributos de nuestras bebidas.
- **Reforzar** nuestro orgullo por pertenecer a Coca-Cola, convirtiéndonos en **"Embajadores Informados"**.

Historia de bebidas

- Desde el inicio de la humanidad el hombre ha buscado modificar el agua que necesita beber.
- Al principio adicionando jugos de frutas, semillas y hojas.
- Después adicionando miel o hierbas dulces.
- Los griegos y romanos apreciaban el sabor del agua gasificada que obtenían de manantiales.
- La primera vez que se vendió una bebida fue en París "una limonada" en el año 1676.

Historia de bebidas

El inicio de The Coca-Cola Company

En 1772 Joseph Priestley descubre la forma de atrapar CO2 en el agua.

En 1835 se embotella por primera vez agua carbonatada.

El agua carbonatada se vendía como un tónico y una medicina.

1892 se inventa la corcholata.

En 1926 se fabrica **Coca-Cola** en **México**

En 1819 se inventa la "soda fountain" en sifón.

Ya en 1839 había bares donde se servía agua carbonatada con sabor a naranja, jengibre y cereza.

En 1886 nace **Coca-Cola** con John S. Pemberton.

En 1899 se empieza a producir botella de vidrio especial para bebidas carbonatadas.

Beneficios de Nuestras Bebidas

Buscamos satisfacer cada necesidad de consumo en el mercado, proveer y diseñar bebidas para cada estilo de vida, cada etapa del ser humano y cada ocasión, basándonos en necesidades individuales y en un estricto sentido de la calidad, que pueda ser confiable en todo momento.

Beneficios de Nuestras Bebidas

Para satisfacer las necesidades de **hidratación** de nuestros consumidores, contamos con un amplio portafolio, integrado en México por más de **70** marcas y **500** productos.

Refrescos, aguas con o sin gas, té listo para beber, café, jugos y néctares, bebidas a base de frutas, bebidas deportivas y vitaminadas, bebidas energéticas y **lácteos** son parte de nuestro portafolio, que se ha duplicado en los últimos 5 años y que está integrado por casi **40%** de bebidas bajas o sin calorías.

Datos globales

200+ países donde se venden nuestras bebidas

Más de 1.8 mil millones de porciones por día

125+ años en el negocio

700,000+ Asociados del sistema Coca-Cola en el mundo

Coca-Cola es la bebida carbonatada no alcohólica **número 1 en el mundo**

4 de las 5 mejores bebidas carbonatadas no alcohólicas

La ciencia de las bebidas y la innovación

Instituto de Bebidas para la Salud y el Bienestar

Se ocupa de:

Nuevas formas para seguir contribuyendo a que el consumidor:

- Se mantenga orientado sobre los beneficios de nuestros productos
- Tenga un mejor desempeño
- Lleve una vida más sana mediante un estilo de vida saludable

Mantenernos a la vanguardia de las tendencias:

- En temas de salud y nutrición
- En el desarrollo del conocimiento científico
- En cómo contribuir al bienestar
- De desarrollo de nuevas bebidas con ingredientes innovadores a través de nuevas tecnologías

Utilizar los conocimientos en:

- Promover estilos de vida activos
- Promover una correcta alimentación y Nutrición
- Mejorar el entendimiento de las percepciones del consumidor

“Sin duda alguna, la marca registrada Coca-Cola es el bien más valioso que tenemos… generaciones anteriores a la nuestra trabajaron arduamente en la construcción de este recurso excepcional. Es nuestro deber proteger y contribuir a la mejora continua de esta marca, siempre”.

– **Roberto C. Goizueta**
– Donald R. Keough
– *Revista Journey*

Nuestro portafolio incluye varias categorías:

- Refrescos Regulares
- Bebidas sin calorías
- Agua con o sin gas
- Agua Saborizada
- Bebidas energéticas
- Jugos y Néctares
- Bebidas de fruta y bebidas refrescantes
- Bebidas deportivas
- Agua Vitaminada
- Té listo para beber
- Café listo para beber
- Lácteos

Refrescos (bebidas carbonatadas)

Las bebidas carbonatadas o refrescos son elaborados con agua carbonatada, saborizantes, así como endulzantes calóricos, bajos o sin calorías.

Las bebidas carbonatadas tienen un contenido de agua que va más allá del 85 % y constituyen una fuente importante de hidratación.

Además, pueden ser vehículo de administración de ciertos minerales como calcio, sodio y magnesio.

Son una fuente de energía de rápida asimilación.

Bebidas sin calorías

Nuestro portafolio incluye opciones de hidratación bajas o sin calorías para aquellos consumidores que desean reducir su consumo de calorías durante el día.

Estas opciones incluyen refrescos, agua y té. Coca-Cola Light es una de las marcas favoritas en todo el mundo, pues hidrata sin calorías y el gas carbónico puede ayudar en procesos digestivos.

Pensando en los diferentes gustos del consumidor, también ofrecemos opciones de bebidas con deliciosos sabores y sin calorías como Coca-Cola Zero, Sprite Zero, Sidral Mundet Light, Fresca Zero y Fanta Zero.

Agua

Para brindar diversas opciones de hidratación, ofrecemos en nuestro portafolio, Agua Ciel, en diferentes presentaciones: natural, mineralizada y saborizada.

Cada gota de Agua Ciel garantiza hidratación saludable y confiable pues cuenta con los más altos estándares de calidad debido a sus procesos de purificación.

El agua es la materia esencial de nuestro organismo; sin ella no podríamos llevar oxígeno a nuestras células, regular la temperatura de nuestro cuerpo, ni realizar ninguna función física adecuadamente.

El Agua Ciel es una excelente opción de hidratación para cualquier edad.

Bebidas energéticas

Pensando en **consumidores** que desean mantenerse alerta y activos, o cuyas jornadas de trabajo implican altas **demandas de actividad física y mental**, incluimos en nuestro portafolio a **Burn.**

Burn es una bebida elaborada con ingredientes como **cafeína y taurina** que permiten mantener al organismo en **estado de alerta.**

Jugos y Néctares

Jugo de fruta: Se obtienen directamente de la fruta después de exprimirla; se pasteuriza y luego es envasado.

Néctar de fruta: Se obtiene mediante la mezcla de jugo y/o pulpa de fruta. Se le adiciona agua debido a la consistencia de la fruta. Tiene un contenido de fruta menor al 100%.

Bebidas refrescantes a base de fruta: Contienen jugo de fruta o pulpa, agua y otros ingredientes para realzar el sabor. Normalmente, tiene menos del 20% de fruta.

Bebidas deportivas

POWERade ION4
Diseñada para ser consumida antes, durante y después del ejercicio.

Contiene hidratos de carbono que son los encargados de brindar energía inmediata para que músculos y cerebro sigan funcionando adecuadamente y se retrase la fatiga.

POWERade ION4 devuelve 4 electrolitos que se pierden al sudar: Sodio, Potasio, Calcio y Magnesio.

Agua vitaminada

Glacéau Vitaminwater brinda hidratación con vitaminas que pueden contribuir a enfrentar el día a día y tiene diferentes opciones con saborizantes **naturales y delicioso sabor** que ayudan a obtener parte de los **nutrimentos necesarios durante el día.**

Té listo para beber

Para brindar **más alternativas de hidratación**, incluimos en nuestro portafolio, una deliciosa línea de té listo para beber: **FUZE TEA.**

Fusiona las bondades del té con sabores frutales, no contiene conservadores, ni colorantes artificiales.

FUZE TEA es la **primera marca global de té de Coca-Cola**, naciendo en 20 países simultáneamente.

Café listo para beber

Café BLaK.

Máquinas despachadora que ofrecen 8 diferentes variedades de bebidas calientes: Café Regular, Capuchino, Capuchino Vainilla, Mokachino, Latte, Latte Vainilla, Latte Moka y Chocolate Caliente.

La introducción del Café Blak en México inició en mayo de 2010, exclusivamente en la zona del Valle de México.

Al día de hoy, en México contamos con 12 mil máquinas expendedoras de café en 25 ciudades del país.

Café BLaK inició en 2012 su expansión en Latino América y está presente también en Colombia y Costa Rica.

Café listo para beber

Procedencia
El café BLaK es de un origen mexicano y se produce en **Córdoba, Veracruz.**

Se trata de un extracto líquido a base de una **mezcla selecta de granos de café** de la variedad arábiga y robusta.

A diferencia de otros sistemas, en el proceso de **fabricación de BLaK** se utiliza un extracto líquido de café con lo cual se mantiene una **mayor concentración de sabor y aroma.**

Café listo para beber

Valor del mercado

La categoría de café (bebidas calientes que se consumen fuera de casa) bajo la cual se encuentra el Café Blak, se calcula que tiene un mercado de consumo de 1,500 millones de litros al año, reportando crecimientos a doble digito en los últimos años.

El café crece

Nuevos consumidores se están sumando a la categoría en distintos países alrededor del mundo.

El café transforma

- El intercambio global de productos y acceso en tiempo real a la información **están ocasionando que los patrones de compra cambien**, aumentando el consumo de café y la manera
- El café está creciendo más rápido en nuevos mercados.
- Los países productores consume más café internamente.

Buscando satisfacer todas las necesidades del consumidor, integramos a nuestro portafolio una opción de **hidratación** y nutrición:

Santa Clara.

Proporciona nutrimentos importantes para el cuerpo humano tales como proteínas, **grasa e hidratos de carbono**, así como vitaminas y minerales.

Lácteos

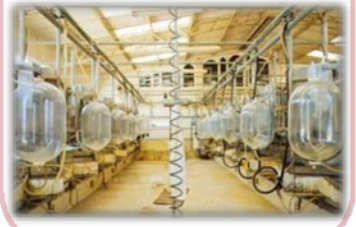
1924: Javier Conde funda en Pachuca el Establo Santa Clara con 17 vacas criollas.

1936: El hato de 100 cabezas es ubicado en Calz. del Cuesco.

1945: Se adquiere el Rancho La Luz (160 cabezas) Reparto de leche a domicilio desde el inicio.

1957: Se realiza la primera importación de ganado canadiense y se introduce la ordeña mecánica.

1966: Se completa la sustitución de ganado criollo por canadiense y americano.



1968: Se instala la sala de ordeña mecánica y una pasteurizadora.

1972: Inicia el Rancho La Quinta de Actopan
El establo Santa Clara gana reconocimientos
por la productividad de su ganado.

1985: Se inicia la producción de helado.

1986: Se inicia la elaboración de quesos.

1997: Se remodela la Planta.

2012: Integración a la familia Coca-Cola

Lácteos

La cadena de valor

DISTRIBUCIÓN
Canal tradicional → rutas de Santa Clara®.
Canal moderno → tráileres que van a los Cadis de las cadenas de servicio.
Tiendas → camiones fleteros.

ALMACENAMIENTO
3 bodegas de producto terminado: secos, congelados y refrigerados.

EMPACADO
Diferentes embalajes dependiendo del producto. La leche UHT se empaca en charolas de cartón. El cartón y los envases están diseñados para mantener los productos frescos y limpios.

FABRICACIÓN
Santa Clara® tiene una planta en Pachuca donde envasa leche pasteurizada y ultra pasteurizada (UHT); además, convierte la leche en yogurt, queso, crema y otros productos.

TRANSPORTE
La leche se transporta a la planta en camiones cisterna con aislamiento. El camión promedio lleva 25,000 litros de leche. Santa Clara® recibe en promedio 8 camiones por día.

PRODUCCIÓN DE LECHE
Más de 2000 vacas son ordeñadas en los establos de Hidalgo.

Lácteos

En Santa Clara, la alimentación de nuestro ganado es cuidada por expertos en nutrición que garantizan la buena salud de las vacas y la calidad de la leche. Así mismo, no utilizamos ningún elemento químico que favorezca la producción de leche a costa de la salud de nuestros consumidores.

Lácteos

La leche siempre ha sido un alimento importante dentro de la dieta del ser humano. Aporta agua, proteínas, grasas, hidratos de carbono, vitaminas A, B, C y D, y minerales como el calcio y el fósforo ¡que pueden ayudar a la formación de huesos y dientes!

Lácteos

La leche y sus derivados, menos la crema y la mantequilla, forman parte del grupo de Leguminosas y Alimentos de Origen animal del Plato Del Bien Comer, que nos sirve como guía a los mexicanos para lograr una alimentación correcta.

Tres porciones diarias de leche, yogurt y/o queso, pueden ayudar a cubrir las necesidades de calcio. Este mineral nos ayuda a mantener en buen estado nuestros huesos.

Parte esencial del producto, le proporciona identidad.

Sin él, no existe el producto.

Por ejemplo, el limón en una limonada.

Agua, Edulcorantes, Cafeína y Gas carbónico - entre otros.

Agua

- Por lo menos **85% de los ingredientes** en las bebidas es agua.
- En los productos bajos en calorías **representa el 95%.**
- Cumple con las **especificaciones de un agua** para consumo humano (purificada).

- Las **especificaciones** del **agua para embotellado de** los productos Coca-Cola **son las mismas** en todo el mundo **para evitar cambios de sabor.**

Edulcorantes

Sustancia que endulza cualquier producto.

Edulcorantes calóricos (Hidratos de carbono)

Azúcar o Sacarosa
Jarabe de Maíz de Alta Fructosa

Edulcorantes no calóricos

Aspartame o NutraSweet,
Acesulfame de Potasio,
Sucralosa o Splenda,
Stevia

Edulcorantes

Edulcorantes más utilizados

Coca-Cola, Sprite, Lift, Fanta, Vitamin Water, Fuze Tea, Frutsi, Valle Frut
Coca-Cola Light, Coca-Cola Zero, Sprite Zero, Fuze Tea Light.

Ciel

EDULCORANTES	DESCRIPCIÓN	POR EDULCORANTE RELATIVO	CARACTERÍSTICAS
Sacarosa	Derivado del azúcar de caña y remolacha	1	Estándar de sabor dulce. Produce 4 calorías por gramo.
HFCS (Jarabe de maíz de Alta Fructuosa)	Combinación de fructuosa y glucosa	1	Derivado de almidón de maíz. Produce 4 calorías por gramo.
Aspartame o Nutra Sweet	Formado por ácido aspártico y fenilalanina	200	No pueden tomarlo los fenilcetonúricos. No resiste altas temperaturas. SIN CALORÍAS
Acesulfame k	Compuesto sintético	200	No resiste altas temperaturas. SIN CALORÍAS
Sucralosa o Splenda	Sacarosa clorada	400	Resiste altas temperaturas por lo que puede utilizarse para cocinar. SIN CALORÍAS
Ciclamato	Compuesto sintético	30	Su combinación con otros edulcorantes, intensifica el sabor dulce (efecto sinérgico). SIN CALORÍAS
Sacarina	Compuesto sintético	300	Sabor residual amargo. SIN CALORÍAS
Stevia	Hierba Dulce	300	Se cultiva en Paraguay y Brasil. SIN CALORÍAS

Edulcorantes

Azúcar

- Es un hidrato de carbono simple y proporciona **4 kcal por gramo.**
- Se usa como referencia del sabor dulce.
- Es el nombre común para la **sacarosa:** disacárido formado por glucosa y fructosa.
- **La glucosa** cumple una función fundamental para el organismo, pues proporciona **energía para el funcionamiento** de todas las células, particularmente las de los músculos y el cerebro.
- Los productos de **Coca-Cola que contienen azúcar**, pueden formar parte de una dieta correcta y de un estilo de vida saludable.
- Añadimos **azúcar a nuestra dieta para mejorar la dulzura y otras cualidades** de los alimentos, para aumentar nuestro disfrute de lo que comemos y bebemos.

Jarabe de Maíz de Alta Fructosa (HFCS)

- Es un **hidrato** de carbono simple.
- Su composición química lo hace igual al **azúcar (sacarosa)** y a la miel.
- Proporciona las misma calorías que el **azúcar y provee el mismo dulzor.**
- Al utilizarlo en bebidas carbonatadas es más estable que el azúcar por lo que le da al producto **mayor vida de anaquel.**

Componente / Porcentaje	HFCS-55	Sacarosa
Fructosa	55	50
Glucosa	42	50
Otros azúcares	3	0

kcal/kJ

Caloría es una unidad de energía:

- Cantidad de energía que produce 1 gramo de alimento al ser metabolizado.
- Se mide mediante un equipo llamado calorímetro o bomba calorimétrica.

Azúcares	Proteínas	Grasas	Alcohol
4.0 kcal/g – 17 kJ/g	4.0 kcal/g – 17 kJ/g	9.0 kcal/g – 38 kJ/g	7.0 kcal/g – 29 kJ/g

Dinámica aporte calórico

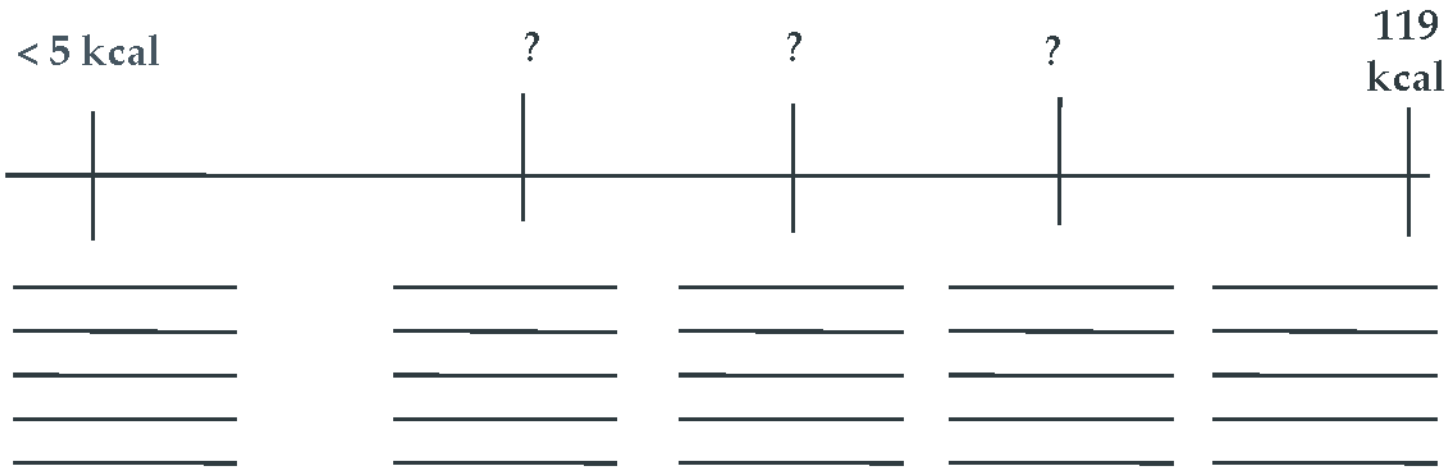
Si la etiqueta dice	Significado
Sin calorías	< de 5 kcal/porción
Bajo en calorías	< o = a 40 kcal/porción < o = a 40 kcal/50 g de producto cuando la porción sea menor a 30 g
Reducido en calorías	Al menos 25% menor en relación al contenido de calorías del alimento original o su similar

Dinámica aporte calórico

Dinámica

Aporte calórico de nuestros productos

Por cada 200 ml:



Edulcorante No Calóricos utilizados

- Cuentan con la **aprobación para su uso** en todos los países donde se van a comercializar.
- Para ser aprobados son **sometidos a pruebas científicas** exhaustivas a fin de documentar su inocuidad.
- Has sido aprobados por la Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios **(COFEPRIS)** en México que pertenece a la Secretaría de Salud.
- De acuerdo a la postura de la La Academy of Nutrition and Dietetics (antes **American Dietetic Association ADA por sus siglas en inglés)** pueden ser consumidos sin ningún problema por todas las personas, aún las mujeres embarazadas y los niños.

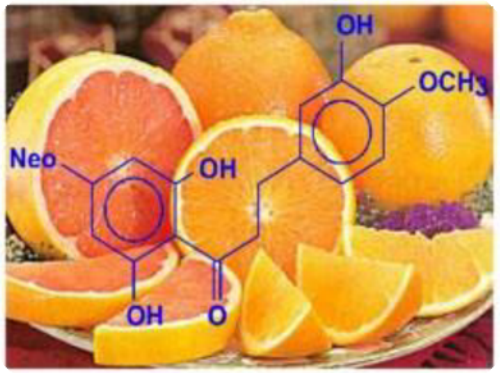
Beneficios

- No aportan calorías.
- Algunos no se metabolizan.
- Tienen un poder Edulcorante muy alto.
- Se usan en cantidades muy pequeñas.
- Son una gran herramienta para el balance calórico

Aspartame o Nutra Sweet

- 200 veces más dulce que el azúcar
- Una vez digerido, **el Aspartame se descompone** en ácido aspártico, fenilalanina (aminoácido esencial que se encuentra en todos los productos de origen animal), y una pequeña cantidad de metanol, como la que contienen algunas frutas.
- **Aprobado en 1981 por la JECFA** (Comité Mixto FAO/OMS de Expertos en Aditivos Alimentarios)
- Se puede **usar como endulzante de mesa**, en bebidas carbonatadas y no carbonatadas, jugos, gomas de mascar, productos lácteos, confituras, postres, flanes, mermeladas, gelatinas y cereales para el desayuno
- En **1996, el Aspartame recibió la aprobación de la FDA** para uso general y desde entonces se puede utilizar en todos los alimentos

Fenilcetonuria



- Deficiencia enzimática congénita donde **no se metaboliza el aminoácido fenilalanina.**
- En México nace **1 fenilcetonúrico por cada 25,000** niños sanos. Prueba del Tamiz.
- Los **Fenilcetonúricos deben controlar el consumo** de fenilalanina para evitar que se acumule en el **cerebro y cause retraso mental**.
- La cantidad de **fenilalanina en un refresco es tan pequeña,** son miligramos y están dentro de los niveles permitidos.

Edulcorantes

Acesulfame potásico o Acesulfame-K

- **200 veces más dulce que el azúcar**

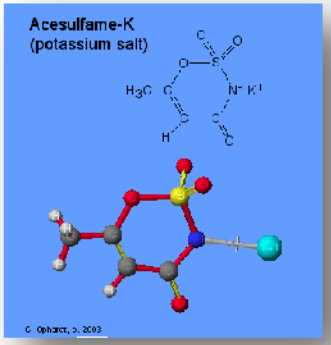
- **Se absorbe a nivel intestinal pero no se metaboliza, se desecha en la orina, no aporta calorías.**

- **La FDA aprobó su uso en 1988 y amplió el permiso para incluir su uso en bebidas en 1998.**

- **El acesulfame de potasio está disponible como endulzante de mesa.**

- **No resiste altas temperaturas, a 120ºC pierde su sabor Edulcorante.**

- **También se usa en muchos alimentos preparados, con inclusión de bebidas carbonatadas y no carbonatadas, goma de mascar, productos horneados, lácteos, confituras, postres, salsas y bebidas alcohólicas.**



Edulcorantes

Sucralosa o Splenda

- Derivado de la sacarosa, modificada químicamente por cloración
- 400 veces mas dulce que el azúcar
- No se absorbe en el cuerpo, por lo que no aporta calorías.
- Se descubrió en 1976 y salió al mercado en 1991.
- Su gran estabilidad lo hace apto para ser utilizado en procesos de cocción y horneado, sin sufrir descomposición.
- Se emplea con frecuencia en bebidas carbonatadas, productos horneados, y algunos productos enlatados.

Stevia (Rebiana)

- Pequeño arbusto nativo del Norte del Paraguay y de las zonas adyacentes de Brasil.
- Las hojas de la planta son 30 veces más dulces que el azúcar y el extracto unas 200 veces más.
- No se absorben a nivel intestinal, por lo que no aportan calorías.
- Se **utiliza en bebidas, refrescos,** confituras, repostería, salsas, productos medicinales, de higiene bucal, gomas de mascar y golosinas

Cuánto?

Edulcorante	Consumo adecuado diario:	Equivalente a: (para personas de 68 Kg.)
Acesulfame de potasio	15 mg/Kg de peso corporal por día	**17 latas de 12 oz Coca-Cola light o 20 de Coca-Cola ZERO**
Aspartame	40 mg/Kg de peso corporal por día	**15 latas de 12 oz Coca-Cola light o 25 de Coca-Cola ZERO**
Sucralosa	15 mg/Kg de peso corporal por día	**11 latas de 12 oz de bebida endulzada solo con Sucralosa**

*De acuerdo a JECFA

Cafeína

- Las autoridades de salud y alimentación en **todo el mundo la han aprobado** como ingrediente inocuo tanto en bebidas como en otros productos.

- Las fuentes de **cafeína más comúnmente usadas son el café**, el té y en menor medida el cacao y la yerba mate.

- El consumo moderado de cafeína estimula el sistema nervioso central y contribuye a **prevenir el Alzheimer.**

Cafeína

- También **aumenta el estado de alerta, reduce la fatiga en situaciones de cansancio,** y mejora el rendimiento intelectual, especialmente en tareas que requieren atención y velocidad de respuesta.
- La **cafeína se encuentra en las hojas**, semillas y frutos de más de 60 plantas.
- La mayoría de los expertos consideran que el consumo moderado es de hasta **300 mg por día,** la cantidad que contienen **2 o 3 tazas de café.**

Tabla contenido de cafeína

La cafeína se encuentra en forma natural en más de **60 plantas**. Es parte integral del sabor de **Coca-Cola.**

Producto	Cantidad moderada diaria en mg (300 mg para adulto)
Café de filtro, 240 ml (1 taza)	104 a 192 mg
Café express, 45 ml (1/6 de taza)	30 a 100 mg
Bebida energética, 240 ml (1 taza)	70 a 85 mg
Té preparado, 240 ml (1 taza)	20 a 90 mg
Té helado, 240 ml (1 taza)	9 a 50 mg
Refresco de cola 240 ml (1 taza)	18 a 31 mg
Bebida de cacao, 240 ml (1 taza)	3 a 32 mg
Chocolate con leche, 30 ml (1/8 de taza)	1 a 15 mg
Chocolate negro, 30 ml (1 taza)	5 a 35 mg

¿Sabías que…

Un vaso (240 ml) de…

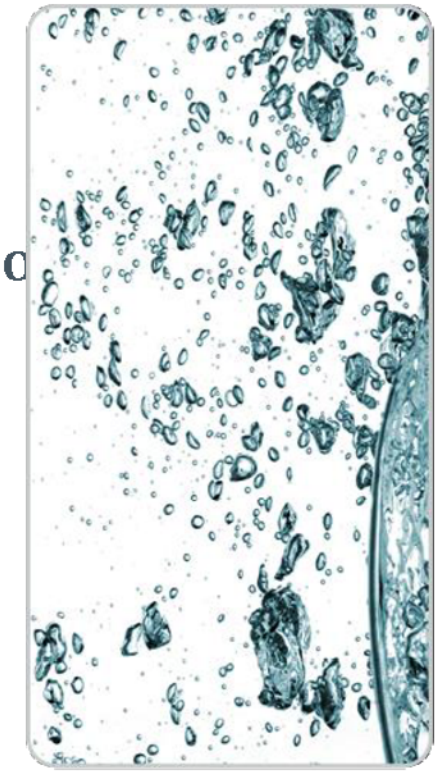
- **COCA-COLA®**
- **COCA-COLA LIGHT®**
- **COCA-COLA ZERO®**

…contiene menos de la tercera parte de cafeína de una taza de café?

Carbonatación

- El **dióxido de carbono (CO2)** es un gas inodoro e incoloro presente en la atmósfera. Éste es el **gas que exhalamos** y que emplean las plantas para producir **oxígeno (O2).**

- Ha sido analizado por las autoridades en todo mundo y su **inocuidad (seguridad)** ha sido confirmada.



Carbonatación

- Se ha empleado **como ingrediente desde 1772** para aportar su efervescencia a los refrescos carbonatados.

- Proporciona **frescura que acentúa el sabor.**

- También ayuda a la conservación de los productos al crear un ambiente donde muchos **micro-organismos no se pueden** desarrollar.

Mitos y realidades

¿Los refrescos son la principal causa de obesidad?

¡NO!

Ni los refrescos ni ningún otro alimento o bebida por sí solo, son responsables de este problema.

No existen alimentos buenos ni malos, el problema radica en consumirlos en exceso.

Es urgente que cambiemos nuestros hábitos de alimentación y nuestro estilo de vida.

El sobrepeso y obesidad que aquejan a nuestro país se derivan de estilos de vida sedentarios, malos hábitos alimenticios, factores genéticos, metabólicos y emocionales así como de un ambiente Obeso génico.

Mitos y realidades

¿Cuál es la diferencia entre un jugo, un néctar y una bebida de fruta?

- **Jugo de fruta:** Se obtienen directamente de la fruta después de exprimirla; se pasteuriza y es luego envasado. **Es 100% fruta.**

- **Néctar de fruta:** Se obtiene mediante la mezcla de jugo y/o pulpa de fruta Se le adiciona agua debido a la consistencia de la fruta. **Tiene un contenido de fruta menor al 100%**

- **Bebidas de fruta:** Contienen jugo de fruta o pulpa, agua y otros ingredientes para realzar el sabor. Normalmente, **tiene menos del 20% de fruta.**
  - Frutsi entre **5 y 10%**
  - Pulpy **12%**

NORMA OFICIAL MEXICANA NOM-173-SCFI-2009

Mitos y realidades

¿La cafeína provoca celulitis?

¡NO!

No existe evidencia científica donde se demuestre que existe una relación estadísticamente significativa **entre la ingesta de cafeína y el desarrollo de celulitis.**

Esta afección tiene orígenes hormonales y **raciales principalmente.**

Mitos y realidades
¿Coca-Cola tiene mucha cafeína?

¡NO!

Coca-Cola sólo tiene el equivalente a $^{1}/_{3}$ de la cafeína contenida en una taza de café.

Mitos y realidades

¿La cafeína contenida en Coca-Cola es adictiva?

¡NO!

La cafeína se considera un estimulante moderado, pero **la Organización Mundial de la Salud** afirma que es un error comparar la ingesta de cafeína con la adicción a las drogas.

Estudios científicos demuestran que la gente puede **reducir o eliminar completamente su ingesta de cafeína** sin el tratamiento serio o los problemas psicológicos o físicos que resultan de una adicción real.

Mitos y realidades

¿Coca-Cola me desgasta el esmalte de los dientes?

¡NO!

Cuando consumimos algún alimento o bebida, las bacterias que hay en nuestros dientes convierten los **azúcares de nuestra dieta en ácido** que disuelve el esmalte.

La clave radica en el tiempo durante el que los azúcares están en contacto con los dientes.

Por consiguiente, si consumimos un producto líquido que contenga **carbohidratos el riesgo** de caries dental puede ser menor que si lo consumimos en forma sólida.

Los buenos hábitos de higiene dental son clave para prevenir la caries.

Mitos y realidades

¿El ácido fosfórico de la Coca-Cola causa descalcificación de los huesos?

¡NO!

De acuerdo con los **Institutos Nacionales de Salud de los Estados Unidos**, el ácido fosfórico presente en los refrescos, no debilita los huesos ni provoca osteoporosis.

Este problema se da **como resultado de una inadecuada ingesta** de calcio y vitamina D.

Mitos y realidades

¿Las bebidas para deportistas causan piedras en los riñones?

¡NO!

Las bebidas para deportistas, como su nombre lo indica, **están especialmente diseñadas** para ayudar a satisfacer las necesidades específicas de los deportistas cuando se trata de **sales minerales, carbohidratos y agua**, ayudando a conseguir un mejor rendimiento físico.

Pero, si se consumen como una **bebida regular** y no se hace ejercicio, la cantidad de electrolitos presentes aunados a una dieta alta en sales minerales y un **desbalance metabólico**, podrían llegar a favorecer la formación de cálculos renales.

Mitos y realidades

"Coca-Cola es para limpiar caños…", ¿qué me causa en el estómago?

¡NO!

Coca-Cola tiene un **pH ácido (pH = 2,6)** pero menos ácido que el que hay en el estómago. Esta acidez se deriva (entre otras cosas) del **ácido fosfórico**, y equilibra el sabor dulce de la bebida.

El **ácido fosfórico y los ácidos cítricos** están presentes de forma **natural** en numerosos jugos de frutas.

Mitos y realidades

¿El azúcar de los refrescos causa hiperactividad en los niños?

¡NO!

De acuerdo con diversos estudios e investigaciones realizados hace más de **80 años hasta los hallazgos más reciente publicados** por The British Medical Journal en su edición de diciembre de 2008, se ha determinado **que no existe una vinculación directa** entre el consumo de bebidas azucaradas y las conductas de hiperactividad en los niños.

Mitos y realidades

¿Los Edulcorantes causan cáncer?

¡NO!

Todos los **Edulcorantes No Calóricos** que utilizamos en nuestros productos han sido probados ampliamente y su inocuidad ha sido aprobada por la **Comisión Federal para la Protección** contra Riesgos Sanitarios (COFEPRIS) en México que pertenece **a la Secretaría de Salud.**

Mitos y realidades

Diferencia entre adicción y hábito

Hábito

- Conducta repetitiva.
- Forma parte de nuestro vivir cotidiano.
- Podemos funcionar normalmente sin él.
- No se requiere sustitución para dejarlo.
- No modifica la química cerebral.

Adicción

- Conducta compulsiva.
- Domina nuestro vivir cotidiano.
- No podemos funcionar normalmente sin él.
- Para dejarlo se requiere una sustitución química.
- Actúa a nivel de la química cerebral.

Nuestra estrategia cinco estrellas

1. Todos los ingredientes, productos y empaques son **SEGUROS**.

2. Todas nuestras bebidas **HIDRATAN**.

3. Los Edulcorantes bajos en calorías o sin calorías son **seguros** y **ÚTILES** para mantener el peso.

4. El **BALANCE ENERGÉTICO** es importante para una vida activa y saludable que incluya una dieta balanceada y actividad física constante.

5. **TODAS LAS CALORÍAS CUENTAN,** incluyendo las de nuestras bebidas, las cuales, por sí solas, no son responsables del sobrepeso, obesidad y otras enfermedades no transmisibles relacionadas.

Todos nuestros ingredientes son seguros

Nuestros productos son **deliciosos, rehidratan y son inocuos.**

Tenemos productos **nutritivos y funcionales.**

Ninguno de nuestros productos afecta la salud.

Todos los productos de **nuestro portafolio son saludables**, hidratan y ofrecen, al menos, algún beneficio adicional.

UNA COMPAÑÍA TOTAL DE BEBIDAS

Conclusión

"No puedo pensar en una mayor alegría, una mayor responsabilidad o en una profesión más enriquecedora que representar a la marca más querida y reconocida del mundo".

Muhtar Kent
Presidente y Director Ejecutivo
The Coca-Cola Company

Quiero saber más…
www.coca-cola.com

App Embajador: Descárgala ya:
http://www.cedesko.com/app-embajador/login.php