

Jugosa y refrescante: Profeco informa precios mínimos y máximos de la sandía

Posted on 30 de septiembre de 2026 by Diario Humano



Altamente hidratante y rica en vitaminas; su precio va desde los \$9.00 hasta los \$25.00 pesos por kilo

Diario Humano | La Paz, Baja California Sur. - La sandía es originaria del África tropical. Está compuesta en más de un 90% por agua, por lo que se considera altamente hidratante, refrescante y de bajo contenido calórico.

Gracias a su contenido de *citrulina*, el consumo de esta fruta contribuye a la salud cardiovascular, ya que es un aminoácido que ayuda a relajar los vasos sanguíneos, mejorar la circulación y reducir la presión. Además, es rica en *licopeno*, un compuesto que protege a las células contra el daño oxidativo.

Aporta vitaminas A y C, las cuales fortalecen el sistema de defensa del cuerpo y promueven una buena salud ocular y de la piel.

En la gastronomía, la sandía ha dejado de ser una simple fruta de verano para convertirse en un ingrediente sumamente versátil. Va bien en ensaladas con queso fresco o para preparar aguas frescas, zumos, sorbetes y helados.



La Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco) realizó un levantamiento de precios del 21 al 25 de septiembre del kilo de sandía Charleston rayada o roja, cuyo precio promedio se ubicó en \$16.49.

En cuanto al precio mínimo, la Profeco lo detectó en Bodega Aurrera, ubicada en Reynosa, Tamaulipas, a un precio de \$9.00 pesos el kilo, seguida de Bodega Aurrera, en Chihuahua, Chihuahua; alcaldía Miguel Hidalgo, en la Ciudad de México; y Veracruz, Veracruz, donde se encontró en \$12.00 pesos el kilo.

Por el contrario, el precio más elevado se registró en el Mercado Público Narciso Mendoza en Cuernavaca, Morelos, en \$25.00 pesos el kilo; asimismo, en Sumesa sucursal Arboledas, en Atizapán de Zaragoza, Estado de México, a \$24.90 el kilo; y en tienda Walmart de Boca del Río, Veracruz, en \$24.00 pesos el kilo.

La Profeco invita a la población consumidora a utilizar la herramienta **Quién es Quién en los Precios** para ubicar por entidad los precios de esta y otras frutas más.