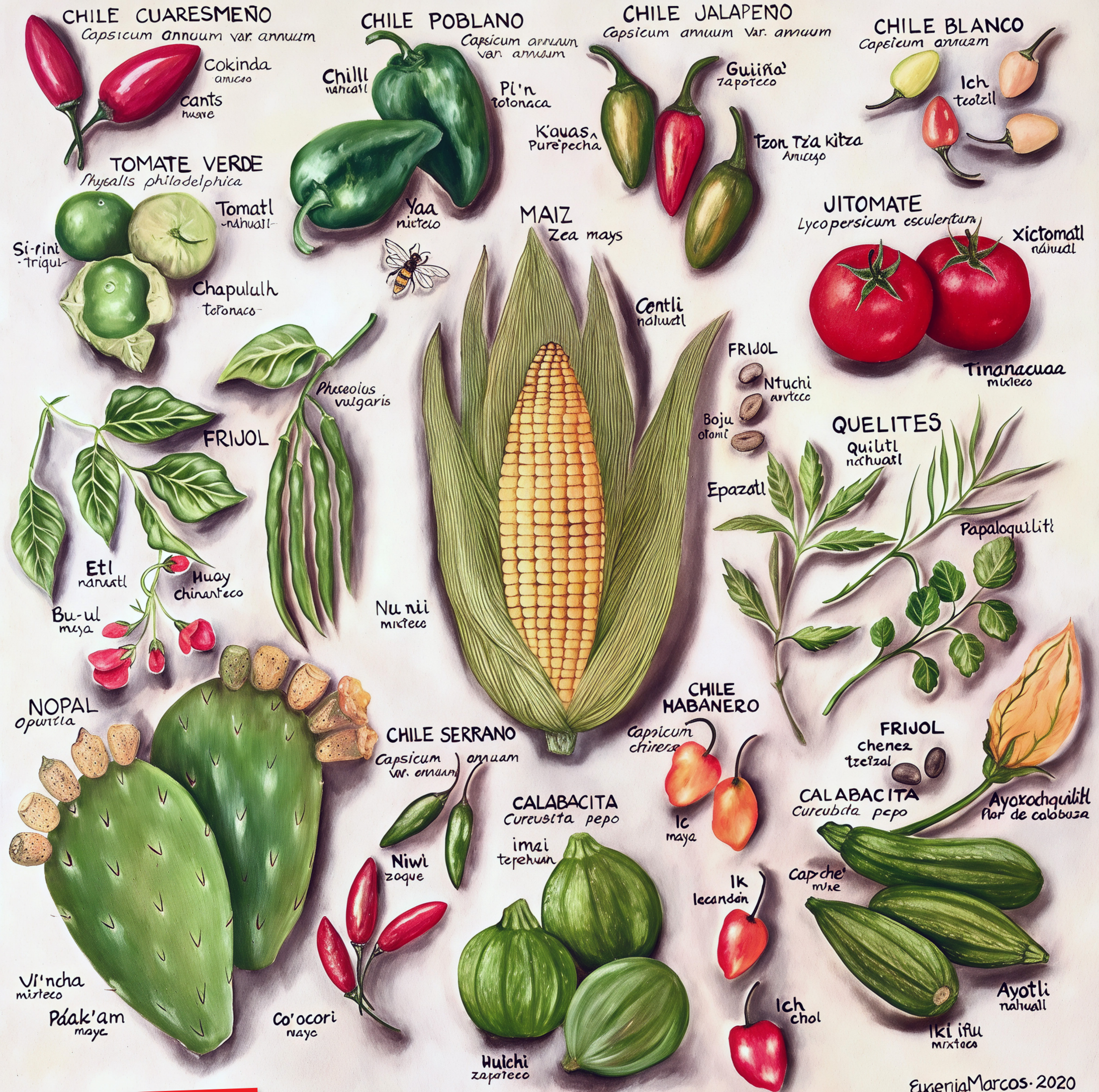


# La Jornada *del campo*

16 de agosto de 2025 • Número 215 • Suplemento informativo de La Jornada • Directora General: Carmen Lira • Director Fundador: Carlos Payán Vélver



TEMA DEL MES

## ALIMENTOS ANCESTRALES

**COEDITORES:** Martha Elena García y Guillermo Bermúdez  
Periodistas especializados en alimentación y activistas





Don Alberto Kauil Poot cultiva su milpa con prácticas sustentables en el ejido Filomeno Mata, Quintana Roo. Jenifer Morales/CIMMYT

## EDITORIAL

# Todo es milpa

**D**esmesurada, extravagante, excesiva, despeinada, barroca; así se percibe la milpa desde el clasicismo simplón de un monocultivo que ve confusión donde hay complejidad.

En un sentido más profundo, la milpa es barroca por cuanto sus partes, aun si heterogéneas, son inseparables del todo. Lo es también porque, como el paradigma estético del que viene el concepto, la milpa no es uniforme, sino que adopta modalidades distintas según los lugares y los tiempos.

Como el barroco latinoamericano, la milpa es sincrética, contaminada, híbrida, un agroecosistema mestizo al que se fueron incorporando especies y prácticas agrícolas de diferentes orígenes. No es casual que nuestro barroco haya florecido en Mesoamérica y en los Andes, regiones que fueron cuna de dos grandes culturas milperas.

Decir maíz es decir milpa, porque la gramínea es el alma de múltiples combinaciones agrícolas, el núcleo de las diversas milpas. Y lo es por tratarse de un cereal de excepcional rendimiento por unidad de superficie y más aún por semilla sembrada.

Generosidad posible gracias a un follaje amplio que recibe abundante luz solar para la fotosíntesis y una raíz extensa que captura mucha humedad y nutrientes. Esto

hace que su densidad sobre el terreno sea baja en comparación con otros cereales; los que pueden sembrarse esparciendo las semillas, mientras que el maíz debe ser plantado de a uno por uno.

En compensación esta práctica permite cultivarlo en laderas de mucha pendiente y suelos pedregosos -tipo de terrenos predominantes en la América equinoccial- pues no requiere roturación y la siembra se puede establecer “al piquete”, es decir abriendo agujeros con la coa, para depositar las semillas.

La necesaria distancia entre las plantas es afortunada para una imaginación barroca que rechaza el vacío, pues puede emplearse para desarrollar otras especies que -bien seleccionadas- no sólo no compiten con el cereal, sino que apoyan su crecimiento saludable fijando nitrógeno (frijol y otras leguminosas), preservando la humedad y evitando el crecimiento de malezas (calabaza), repeliendo ciertas plagas (chile) y así. Además de consentir o inducir la presencia de yerbas silvestres como los quelites, que son comestibles y también fijan nitrógeno, así como magueyes, nopales y diversos árboles frutales que delimitan las parcelas, infiltran el agua y protegen del viento contrarrestando la erosión.

El maíz puede sembrarse sólo o acompañado, en sistema de roza o de barbecho;

puede cultivarse en pendiente o haciendo terrazas, se le encuentra en sofisticados sistemas de riego como la chinampa y en el rendidor calmil abonado con desperdicios domésticos.

Y esta multiplicidad de modos de sembrar la gramínea es parte de la diversidad virtuosa y entreverada que llamo milpa. Concepto amplio, que no se reduce a su modalidad parcelaria, de modo que puede incluir a los maizales y otras siembras especializadas, si estos se articulan en un conjunto agrícola diverso, holista y sostenible donde los modos de cultivo se adecuan a las condiciones agroecológicas y a las necesidades sociales.

Plausible estrategia de cultivo, la milpa es también paradigma de vida buena compartido por muchos pueblos agrícolas. Porque la forma en que se produce el sustento se traduce en cosmovisión y en las culturas mesoamericanas y andinas la milpa y sus semejantes son espacios formativos por excelencia.

En *Educación, autonomía y lekil kuxlejal*, Antonio Paoli, nos habla de la enseñanza entre los tseltales: “Teme yalbat te atat’ konic ta jkáltik, ja lek jun ya to yak’ anah tsumbajel, tsun ixim, ch’enek, ch’um. Jich yak’ anop, pero ta slekikal, ta stohil k’op. (Si te dice tu papá “vamos a nuestra milpa”, que bueno porque aprenderás a sembrar maíz, frijol, calabaza. Entonces aprendes de buena manera, con palabra recta...)”

Y efectivamente, continúa Paoli, ahí se enseña a definir “las tácticas combinatorias (para sembrar) según la pendiente, la humedad, el tipo de suelo”; pero también la “unidad contra el enemigo común”, como estrategia para combatir las plagas. En la

parcela el niño “tendrá que compenetrarse de una gran diversidad (...) articulada al todo de la milpa” Pero “esta conciencia ecológica está asociada a la familia y la comunidad”, de modo se aprende a sembrar al tiempo que se aprende a vivir.

Sin duda la vieja Mesoamérica no era un edén y los pillis mexicas fueron imperialistas y cabrones. Pero también eran respetuosos de la diversidad cultural de los pueblos tributarios, de modo que a la llegada de los españoles les fue fácil aceptar que tuvieran otros dioses, otra lengua y otras costumbres, no así que quisieran imponerlos. ¿Por qué no suponer que el paradigma milpero está detrás de los rasgos pluralistas del despotismo tributario precolombino?

“La cosmovisión -escribe López Austin- tiene su fuente principal en las actividades cotidianas (...) de la colectividad que, en su manejo de la naturaleza y en su trato social, integra representaciones colectivas y crea pautas de conducta”. Y en otro lugar amplía el concepto: “Sobre el núcleo agrícola de la cosmovisión pudieron elaborarse otras construcciones (...) producto del esfuerzo intelectual (...) individualizado y reflexivo. Sin embargo, los principios fundamentales, la lógica básica del complejo, siempre radicó en la actividad agrícola, y esta es una de las razones por las que la cosmovisión tradicional es tan vigorosa en nuestros días”.

Habiendo citado a Paoli y a López Austin termino con las palabras de Lucina una milpera nahuatl del grupo Xochicalli Tepeko. Palabras que le pido prestadas a ella y a Jesús Flores que en su tesis de doctorado las recogió.

“Aquí he aprendido que todo es milpa, que la milpa está en todas partes: si estás bordando, ahí está milpa; si estás aprendiendo la palabra sabia y antigua, ahí también lo está. La milpa es una sola cosa, pero tiene muchas raíces. Los campesinos y las campesinas no solo sembramos sobre Nuestra Madre Tierra y Nuestro Padre Tierra, cultivamos también en nuestros corazones, en nuestra vida cotidiana, cuando trabajamos, en todo momento hacemos milpa.

Hacemos la milpa cuando nos sentamos a platicar con algún compañero, cuando después del trabajo regresamos a casa y cultivamos el cariño en la familia, cuando hacemos florecer a nuestros hijos al transmitirles los conocimientos de nuestros ancestros.

Por eso digo que para nosotros la milpa es muy importante, pero no solo la parcela en donde cultivamos nuestro sustento, me refiero a la milpa como forma de vida. Hacemos milpa cuando reflexionamos, cuando participamos en la asamblea, cuando nos reunimos para planear un trabajo, cuando hacemos un rito.

Y esta forma de vida no es solo de nosotros los *masewalmeh*, también los totonacos hacen milpa y seguramente compartimos estos elementos con otros pueblos hermanos. Dialogar y ser solidarios con los demás son maneras de hacer milpa. Los *masewalmeh* somos “hombres y mujeres de la milpa”. •

*A. Martha*



# De conquistados a conquistadores

**Martha Elena García y Guillermo Bermúdez** Periodistas  
especializados en alimentación y activistas [calmil.comunicacion@gmail.com](mailto:calmil.comunicacion@gmail.com)  
[gbermudezoom@gmail.com](mailto:gbermudezoom@gmail.com)

**H**an pasado más de cinco siglos desde que los españoles empezaron a enviar a Europa los bienes arrebatados y saqueados a los pueblos originarios de este país, durante toda la colonización a partir de la Conquista. Por 300 años, los invasores explotaron a los pobladores, robaron sus tierras, sus recursos naturales, además del oro y la plata, suponiendo que estos metales eran el tesoro extraído máspreciado.

Su ignorancia, ambición y racismo les impidió inferir que el venero más valioso de riqueza continua estaba en los alimentos mesoamericanos que se llevaron: maíz, frijol, calabaza, chile, jitomate, guajolote, cacao, vainilla, papaya y aguacate, enriqueciendo con variedad y nutrientes a su gastronomía. De esta manera, de ser conquistados, los alimentos de nuestros pueblos originarios pasaron a conquistar los paladares

y territorios de diversos países, transformando así el paisaje alimentario a escala mundial.

Estos ingredientes forman parte de nuestra identidad biocultural, tanto por la manera de producirlos en milpa, preservando la biodiversidad y sustentabilidad de nuestros ecosistemas, como por las saludables combinaciones que descubrieron cientos de generaciones de mujeres.

De hecho, investigadores del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán analizaron la dieta de los pueblos originarios para identificar sus efectos en el organismo. Encontraron que provee muchos beneficios porque es rica en calcio, fibra y proteínas, aporta vastos y variados nutrientes y antioxidantes.

La permanencia hasta nuestros días de estos alimentos ancestrales en México y en el mundo evidencia que son fuente no sólo de placer y deleite, sino también de riqueza material y cultural, al

dar vida, sustento y bienestar al cuerpo y al espíritu. Un tesoro que, además de poseer olores y sabores diferentes, puede proporcionar salud al organismo.

Las historias de estos migrantes son múltiples y muy diversas. Han sido viajeros incansables que, gracias a la complicidad con cocineras creativas e innovadoras y afanados agricultores, nutrieron las dietas y los paisajes naturales de distintos países, por ello ahora ocupan un lugar privilegiado en diferentes naciones.

Hoy la producción de maíz está por encima del trigo y el arroz a escala mundial. El frijol, por su parte, es un alimento frecuente entre millones de personas de todos los continentes y lo cultivan en alrededor de 150 países. Nuestra legendaria calabaza es el fruto más cultivado y con mayor distribución mundial. Y qué decir de los chiles: la fisonomía camaleónica de estos trotamundos cautiva por sus diferentes sabores, olores, colores y formas, pues al menos 123 países cultivan alguna de sus variedades.

El jitomate (o tomate, como le

llaman en Oaxaca, en los estados del norte y en el mundo) es mexicano, no italiano ni español, como muchos suponen. Hay cientos de jitomates ancestrales de distintos colores, formas, sabores y aromas que aún podemos encontrar en distintas poblaciones del país.

Tampoco el guajolote o pavo es estadounidense, y aunque esté presente en los banquetes reales, las celebraciones familiares y populares a nivel mundial, es bien mexicano.

El aguacate, que nos ha acompañado por cerca de 12 mil años, realizó sus primeras salidas alrededor del siglo XVIII, emprendió mayores vuelos a partir del siglo XIX y hoy goza de un lugar privilegiado a escala global, siendo nuestro país el mayor productor.

La papaya es una de las tres frutas tropicales de mayor consumo mundial y la primera en ser modificada genéticamente; por fortuna no en México, e incluso se ha prohibido la entrada a las transgénicas.

Hoy, la sagrada y codiciada orquídea que conquistó los paladares de un sinfín de personas y

perfumó al planeta enfrenta una mínima demanda, bajos precios y mayor competencia internacional, al ser desplazada por la fragancia avainillada sintética de mayor consumo entre los mexicanos.

El cacao, de alimento de los dioses y moneda comestible que crece en los árboles, pasó a cultivarse en 70 países. Hoy, los mexicanos casi dejamos de consumirlo como bebida y lo comemos en nocivos productos chatarra.

Nuestros alimentos ancestrales han enfrentado serios obstáculos en los distintos escenarios de la vida, pero ahora son muy apreciados, explotados y consumidos en diversos países: pasaron de conquistados a conquistar los paladares internacionales. En contraste, muchos mexicanos desconocen que aquí nacieron y están dejando de consumirlos. Además, ignoran que son un escudo protector de la salud y resultan estratégicos para la agricultura nacional, nuestra autosuficiencia y soberanía alimentarias ante el cambio climático.

Nos corresponde aprovechar y proteger este patrimonio biocultural que nos legaron los pueblos originarios de nuestro territorio, pues de hecho en nuestras mesas se juega a diario el futuro de nuestra salud, del sistema alimentario y del medio ambiente. •



México en el mundo. **Eugenia Marcos**





Códice Florentino, Libro 4, folio 72r.

## Un grandísimo aporte

**Eduardo Merlo Juárez** Investigador y docente [lalomerlo@hotmail.com](mailto:lalomerlo@hotmail.com)

**D**espués de haber ocupado violentamente las islas del Caribe, los españoles comenzaron las expediciones para entrar a tierra firme, básicamente en el muy extenso territorio que los arqueólogos denominaron Mesoamérica y que se extiende desde poco más de la mitad norte del México actual, hasta los límites entre Nicaragua y Costa Rica. Era el hogar natural de multitud de grupos étnicos que habían alcanzado un desarrollo social de gran envergadura. Al definir los rasgos que se requieren para catalogar una cultura o varias, está en primerísimo lugar la alimentación. Así que independientemente de los acontecimientos bélicos que concluyeron con la Conquista y ocupación, se dio un encuentro muy significativo para la gastronomía del mundo. Salieron de estas tierras productos que eran comunes en Mesoamérica y que enriquecieron las cocinas de muchas partes.

Uno de estos productos fue el grano maravilloso llamado aquí “centli”, que significa “el primero”. El nombre es correcto, fue

la base de la alimentación de los pueblos; también se le llamaba *tlaolli*, palabra que alude a que surge de la tierra. Los españoles lo conocieron en las Islas, donde en la lengua tahíña le llamaron “maíz”. Fue llevado al Viejo Mundo, donde no apreciaron tanto sus cualidades, salvo en Italia, donde fue base para la polenta, el alimento de los pobres. Cuando comenzaron los viajes marítimos al Lejano Oriente, el maíz fue rápidamente integrado al consumo, aunque nunca podía competir con el arroz, la cebada o el trigo.

Mesoamérica dio al mundo un fruto mucho más valioso que cualquier piedra preciosa. Los hortelanos españoles inmediatamente lo aclimataron y con la misma rapidez se incorporó a su cocina y a la de los otros países y reinos del Viejo Mundo. Nos estamos refiriendo a lo que los mesoamericanos nahuas llamaron literalmente “bola con ombligo”, es decir, *xiltómatl*. Básicamente, aceptaron el fruto más voluminoso, pues hay infinidad de variedades; la mayoría circulan por los mercados del país. Los españoles prefirieron eliminar el *xil*, y únicamente decirle *tomate*,

nombre que pronto circuló en todo el mundo. Otra vez mencionamos a los italianos, quienes prefirieron decirle *pomodoro*, que significa *manzana de oro*. ¿Qué sería de la cocina italiana sin el *pomodoro*? El *tomate* (jitomate) es



Códice Florentino, Libro 4, folio 72r.

Mesoamérica dio al mundo un fruto mucho más valioso que cualquier piedra preciosa. Los hortelanos españoles inmediatamente lo aclimataron y con la misma rapidez se incorporó a su cocina y a la de los otros países y reinos del Viejo Mundo. Nos estamos refiriendo a lo que los mesoamericanos nahuas llamaron literalmente “bola con ombligo”, es decir, *xiltómatl*. Básicamente, aceptaron el fruto más voluminoso, pues hay infinidad de variedades; la mayoría circulan por los mercados del país. Los españoles prefirieron eliminar el *xil*, y únicamente decirle *tomate*, nombre que pronto circuló en todo el mundo.

el aporte más importante que Mesoamérica dio al mundo. No hay país que carezca de sembradíos de este producto o que los importe a precios muy altos.

Otro regalo de Mesoamérica es un árbol frondoso que produce unos frutos extraordinarios. En nuestras tierras, donde aparentemente es originario, se la ha registrado arqueológicamente en las cuevas secas como la de Coxcatlán, en Tehuacán, junto con semillas de chile, nopal y ciruela chupandilla. Quizá sea un poco más joven que el maíz, pero en esas cuevas secas se encontraron los huesos o semillas, lo que indica que es parte de la dieta al menos desde hace unos siete

mil años. El cultivo de este árbol pronto se extendió a buena parte de Mesoamérica, principalmente en las áreas altas del centro y el Este, así como en Guatemala. Por su forma tan especial, le denominaron “*ahuacatl*”, que significa “testículo” en náhuatl, y lo comparaban con los de los humanos, lo que dio lugar a consejas de tener virtudes afrodisíacas y no pocas bromas. El aguacate, que en otras partes se llama palta o avocado, es imprescindible en las cocinas y mesas.

Fueron los olmecas, la cultura madre de Mesoamérica, quienes descubrieron un arbusto chaparro que producía unos frutos enormes y muy duros; al romperlos aparece un arilo o pulpa, como telilla muy fina y dulce, luego unas semillas de suyo aromáticas, aunque con cierto amargor, que pronto tuvieron un uso alimenticio. Al parecer, desde el principio le llamaron *kakaw*, que los nahuas compusieron como *cacáhuatl*. Ese grano, al tostarse y molerse, dio lugar a una pasta que en principio se consideró medicinal, pero pronto devino en bebida, tanto fría como caliente, ya endulzada con miel o aderezada con picante, pero con la maravilla de una espuma que fue el principio del éxito. Algunas leyendas mencionan que las cocineras, al hervir la pasta, se divertían con el sonido del hervor: *choc-choc*, y de ahí el nombre de *chokolatl*, y finalmente *chocolate*. El cacao fue uno de los productos más apreciados y caros; valía mucho más que las finas piedras que los gematistas transformaban en joyas. Los mercaderes de envergadura lo transportaban en caravanas bien custodiadas, hasta el centro y norte de Mesoamérica.





Códice Florentino, Libro 10, folio 69v.

Incluso, los granos imperfectos se usaban como moneda corriente. Los tributos que se pagaban cada ochenta días a Tenochtitlan eran, en buena parte, de *xiquipiles* (cestos con capacidad para ocho mil granos) que eran almacenados en lugares resguardados. Hoy el cacao y su derivado, el chocolate, son grandes tesoros de la repostería.

Nuestros ancestros fueron adoradores de las flores. Una de estas plantas, la cual es de temporal, destaca por su intenso color, casi siempre amarillo, también anaranjado, con un fortísimo olor que llena el espacio cuando florece en los campos que adoptan esos colores llamativos. Dichas flores tienen una gran cantidad de pétalos, cada una parecería que son varias; por ello, los nahuas le dijeron *cempoalxóchitl*, que significa “veinte flores en una”. Tal vez por su fuerte olor y su intenso color, se asoció a que las almas de los difuntos podían olerlas desde lejos y mirarlas para orientarse hasta el banquete funerario que se les tenía preparado en la *Huey Miccailhuatl* (Gran fiesta de los muertos). Hasta nuestros días, el mes de octubre y también noviembre es la temporada de *cempoalxóchitl*, a la que popularmente se le dice *zempazúchil*. Para las festividades aún vigentes, que van desde el 28 de octubre hasta el 3 de noviembre. La nao de China la llevó al Lejano Oriente, donde fue recibida con beneplácito, se consume como alimento, bebi-

da y hasta tinte y, por supuesto, es gran ornamentación, con el nombre de “*Mary Gold*”.

En sus reconocimientos de la flora, nuestros antepasados encontraron una que les gustó por su aroma intenso y quizá también su color. Los biólogos la describen así: “Planta trepadora que produce frutos que,

en ciertas condiciones, desarrollan un perfume exquisito”. Esta sencilla enredadera florece abundantemente, sin embargo, es muy delicada, al grado de que su cultivo exige protegerla hasta de los fuertes vientos. Los pueblos del litoral del Golfo de México apreciaron sus más valiosas propiedades. Ignoro cómo se descubrió que la flor, al ahumarse intensamente, suelta una especie de miel que aumenta el aroma; incluso se le inyecta a diversas bebidas. Aunque la flor tiene sus propios colores, al ahumarse se torna negra, negrísima, y da la apariencia de una vaina. Los totonacos le llamaron *xanat*, que los hablantes de náhuatl tradujeron como *tlilxóchitl* o “flor negra”. Fue el complemento exacto para aderezar las bebidas, especialmente el chocolate, que además de sabor, le añadía un aroma muy agradable. Los comerciantes indígenas llevaban en envolturas adecuadas estas flores ya ahumadas, que eran muy caras en los mercados. La *tlilxóchitl* llegó hasta la mesa de los grandes señores: se afirma que Moctezuma bebía su chocolate perfumado con esta flor. El mismo Hernán Cortés y sus capitanes disfrutaron de tan magnífica combinación. Fue de los productos que primero se fueron a Europa y se recibieron con mucho entusiasmo. Los europeos le dijeron “vainilla”, pues para ellos era una diminuta vaina. Hoy la vainilla es uno de los más grandes aportes a la cocina de todas partes.

Debemos referirnos a una planta que crece relativamente

alta, muy erguida, tupida de hojas, cargada de flores que se tornan en semillas, las cuales son las que siempre se han apreciado. Los cultivadores nahuas le llamaron *huauhtli* y con otros apelativos *huauhzontli*. Justo es mencionar que en la región andina se le llamó *kiwicha*, *sangoracha* y otros nombres. Los botánicos afirman que el *huauhtli* comprende unos 65 géneros y alrededor de setenta especies. De acuerdo con las bondades del terreno, puede crecer hasta dos metros con un tallo muy fuerte y lleno de hojas que son comestibles, pues han sido siempre una de las fuentes de alimentación más importantes, especialmente las semillas que fueron aprovechadas para secarse, tostarse y comerse, o bien, preparar con ellas una masa para elaborar panecillos. También las semillas apelmazadas con miel de maguey son un dulce extraordinario y nutritivo. En la época prehispánica con esta masa se hacían imágenes de los dioses que eran llevadas a bendecir a los templos y luego se consumían, como si fuera una comunión. Así presentadas se les decía *tzoalli*, voz que se tradujo como “alegría”. Al llevarse a Europa se dio magníficamente y muy pronto descubrieron sus cualidades nutritivas, con lo que le llamaron: *ῥάπαντος* (*amarantos*), palabra griega que significa “im perecedera”. El *huauhtli* o amaranto es uno de los grandes aportes de Mesoamérica al planeta.

En Mesoamérica entera esta ave era realmente un tesoro, los hablantes de náhuatl le llamaron *huaxólotl*, es decir, “*El gran Xólotl*”, en recuerdo a un famoso caudillo. Originalmente silvestre, fue domesticado y constituyó el alimento principal para los *mitotiliztli* o fiestas. Se servía a los grandes señores acompañado de una salsa espesa de diferentes tipos de chiles y por ello se llamaba *chilmolli*. El comensal mojaba la carne en la salsa y quedaba más que satisfecho. El nombre original devino en “guajolote” y así lo conocemos. Lo llevaron al Viejo Mundo. Primeramente, los españoles le dijeron “gallina de las Indias”. En Inglaterra, en una lamentable confusión, pensaron que era originario de Turquía y por ello le llamaron *turkey*. Finalmente, un investigador holandés llamado Corneil de Pauw lo clasificó en 1768, poniéndole su apellido Pauw, de donde surgió el apelativo “pavo”. Curioso es que, en nuestro país, todo el año le decimos guajolote, menos en Navidad, cuando se llama pavo.

Muchas son las dádivas de Mesoamérica para nuestro planeta. Si quisiéramos agotarlas necesitaríamos un texto demasiado voluminoso. •



Códice Florentino, Libro 2, folio 29v.

Suplemento informativo de La Jornada

16 de agosto de 2025  
Número 215 • Año XVII

## COMITÉ EDITORIAL

Armando Bartra  
CoordinadorEnrique Pérez S.  
Sofía Irene Medellín Urquiaga  
Milton Gabriel Hernández García  
Hernán García Crespo

## CONSEJO EDITORIAL

Gustavo Ampugnani, Cristina Barros,  
Armando Bartra, Eckart Boege, Marco  
Buenrostro, Alejandro Calvillo, Beatriz  
Cavallotti, Fernando Celis, Susana  
Cruickshank, Gisela Espinosa Damián,  
Francisco López Bárcenas, Cati Marielle,  
Yolanda Massieu Trigo, Julio Moguel,  
Luisa Paré, Enrique Pérez S., Víctor  
Quintana S., Héctor Robles, Eduardo  
Rojo, Lourdes E. Rudiño, Adelita San  
Vicente Tello, Carlos Toledo, Víctor  
Manuel Toledo y Antonio Turrent.Publicidad  
publicidad@jornada.com.mx

Diseño Hernán García Crespo

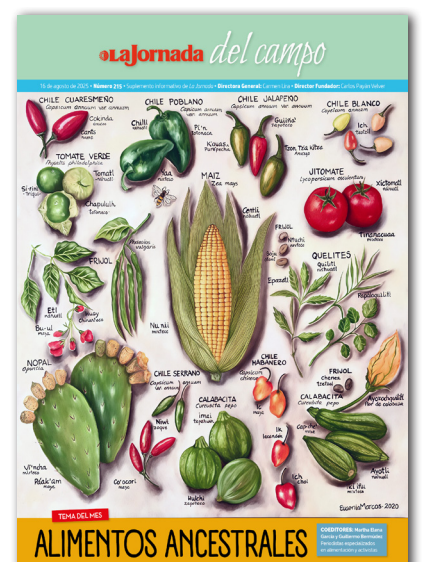
*La Jornada del Campo*, suplemento mensual de *La Jornada*, editado por Demos, Desarrollo de Medios, SA de CV; avenida Cuauhtémoc 1236, colonia Santa Cruz Atoyac, CP 03310, alcaldía Benito Juárez, Ciudad de México. Tel: 9183-0300. Impreso en Imprenta de Medios, SA de CV; avenida Cuitláhuac 3353, colonia Ampliación Cosmopolita, alcaldía Azcapotzalco, Ciudad de México. Tel: 5355-6702. Prohibida la reproducción total o parcial del contenido de esta publicación, por cualquier medio, sin la autorización expresa de los editores. Reserva de derechos al uso exclusivo del título *La Jornada del Campo* número 04-2008-121817381700-107.

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

@jornadadelcampo

facebook.com/lajornada.delcampo

issuu.com/lajornadaonline

Ilustración de portada: Alimentos  
mexicanos. Eugenia Marcos, 2020.



# Resucitar de entre los muertos



Biodiversidad comestible. Milenka



Calabacitas tiernas. Milenka

**Yuriria Iturriaga** Antropóloga de la alimentación, independiente  
yuriria.iturriaga@gmail.com

**N**unca antes, en los últimos 500 años, nuestro México tuvo la oportunidad de ser autosuficiente en los alimentos básicos de su tradición histórica, habiendo perdido la tenencia de las tierras que fueran su territorio durante los previos ocho milenios y cuya forma de utilizarlo había permitido a los pueblos ancestrales proteger y reproducir la naturaleza donde estaban asentados, asegurando pleno empleo a poblaciones crecientes con una reproducción impecable de su sistema agrario que dejaba tiempo para crear y enriquecer sin límites culturas materiales e inmateriales, las que apenas empezamos a apreciar nosotros, la población del

territorio que se ha ido heredando con cortes abusivos hasta el siglo XX de esta era.

Ahora que hemos llegado imprevistamente a una coyuntura, inédita desde la Conquista ibérica de nuestros suelos y antepasados, ahora, hasta el primer cuarto del siglo XXI, estamos ante circunstancias mundiales y domésticas que parecen coincidir en aportarnos un designio de recuperación histórica con diversas coyunturas coincidentes que, se diría, fueron preparadas para liberarnos de la esclavitud centenaria ejercida por los europeos y sus descendientes.

El historiador y filósofo recién fallecido, pérdida irreparable como ser humano, cuyas enseñanzas quedaron en gran parte

de nosotros, el doctor Enrique Dussel, quien nos lo dijo de muchas maneras: somos un pueblo vencido y colonizado, convencido de nuestra inferioridad intelectual y avergonzado de nuestro “atraso” respecto al modelo europeo, que se fue imponiendo por la fuerza, hasta borrar en nosotros no sólo los saberes milenarios sino el orgullo de existir, debiendo, nuestros pueblos, enterrar, cubrir, disfrazar y disimular lo que éramos a la fecha de la llegada de nuestros verdugos a nuestro continente, con una obediencia de ojos bajos y manos prestas a obedecer que facilitaron el despojo de la tierra ancestral, la caída del orgullo originario, el olvido de la riqueza espiritual de las lenguas y los saberes que aportarían tanto a nuestro desarrollo si las dejaran expresarse y las escucháramos con interés y auténtico respeto.

Pues, si lo hiciéramos, ya estaríamos desechando las políticas de producción de alimentos que esgrime e impone la FAO y sus defensores apátridas; en vez de profundizar en los secretos de la milpa prehispánica, que permitió crear y sostener una población sin parangón en el resto del mundo (o acaso los arrozales acuáticos igualmente desplazados por monocultivos en China y otras naciones), cuando precisamente estos policultivos, milpas prehispánicas y arrozales acuáticos, son las únicas respuestas a la recuperación de la biodiversidad, la saciedad del hambre colectiva en muchos pueblos y la respuesta perfecta a estos momentos de la historia en nuestro planeta.

Pareciera que ahora se pusieron de acuerdo los ángeles que nos protegen, con los demonios de Trump, al menos en lo que toca a sus deportaciones de mexicanos, *justo cuando necesitamos enderezar la nave de nuestra producción de alimentos básicos, sanos y confiables*, así como la lucha

contra los demonios organizados que ha tomado forma de “compromiso” con el gobierno del norte. ¡Sean, pues, bienvenidos nuestros compatriotas repatriados! ¡Que se les abran las puertas de los campos ociosos o entretenidos por legítimos dueños ociosos o por usurpadores de títulos de propiedad! Al fin que tenemos nuevo poder judicial que deshará múltiples entuertos y logrará reestructurar la legalidad de la posesión y usufructo de las tierras, las aguas, los caminos, los molinos...

Porque los cabezazos del lado norte de nuestra frontera no superan la serenidad de sabernos sólidamente unidos en un proyecto de país, más justo con los más necesitados de recursos, a cuyas filas llegarán repatriados de EE.UU., nuestros compatriotas, humillados en medio de una crisis cuya solución no parece existir.

Que nuestros paisanos se reagrupen y reciban en concesión las tierras que trabajen, que nuevos ejidos surtan los alimentos a todos nosotros y desplacen la comida chatarra a sus orígenes. Que se confíe en la seriedad y compromiso de nuestros campesinos repatriados, no para sembrar monocultivos con químicos y tractores, sino las milpas, policultivos virtuosos de los que no se ha hablado bastante y sólo unos pocos campesinos conocen y cultivan todavía. La historia nos da la oportunidad de rehacernos e incorporarnos con nuestras virtudes aliadas de la naturaleza. No tardarían en venir desde Asia para aprender cómo pueden corregirse políticas agrícolas cuya tecnología es sólo una ilusión de progreso que involuciona las virtudes de nuestro planeta Tierra y nos arrastra hacia un suicidio planetario.

Demos el ejemplo a toda América y otros continentes. Reivindiquemos el derecho a retomar nuestra herencia milenaria, que permitió modular culturas extraordinarias cuando en Europa seguían inventándole formas cada vez más mortíferas a la guerra: con las que nos tienen psicológicamente sometidos hasta la fecha, en el siglo XXI. No sería un paso atrás, sino mil pasos hacia el futuro. •



Volvamos a hacer milpa. Guillermo Bermúdez

Demos el ejemplo a toda América y otros continentes. Reivindiquemos el derecho a retomar nuestra herencia milenaria, que permitió modular culturas extraordinarias cuando en Europa seguían inventándole formas cada vez más mortíferas a la guerra: con las que nos tienen psicológicamente sometidos hasta la fecha, en el siglo XXI.



# Maíces nativos en México: incentivar su consumo y defensa



En busca del cielo de la boca. Milenka

**Mercedes López Martínez** Directora internacional de Vía Orgánica  
/ Demanda Colectiva Maíz [mercedes@viaorganica.org](mailto:mercedes@viaorganica.org)

**M**éxico es centro de origen, domesticación y diversificación permanente del maíz, con 64 razas y cientos de variedades sembradas a todas alturas, desde el nivel del mar hasta las altas montañas; en climas diversos, calurosos, lluviosos o áridos; de diversos colores: blancos, amarillos, azules, negros, rojos, moteados... Es insumo para artesanías y construcción; medicina natural; centro de ritos y celebraciones religiosas a lo largo y ancho del territorio, así como abono orgánico.

Pero sobre todo, desde hace 10 mil años, el maíz es base de una alimentación sana, de calidad, tradicional y local, con cientos de bebidas y alimentos tradicionales: tortillas, quesadillas, tostadas, huaraches, esquites, atoles, tamales, sopes, tlayudas, pozole, palomitas, tamales, nicoatole, tejate, tejuino, pozol, entre otros, y es parte de la diversidad y patrimonio biocultural de México. En tiempos recientes, la defensa de los maíces nativos en México ha sido el centro de una batalla política, mediática, legislativa, económica y a nivel soberano que, afortunadamente, se ganó a favor de la biodiversidad de las generaciones presentes y futuras, con las reformas a los artículos 4º y 27 de la Constitución Política Mexicana. Quedó establecido que su cultivo debe ser libre de modificaciones

genéticas, sin rebasar las barreras naturales de reproducción o recombinación, con el fomento del sistema milpa y de cultivos tradicionales, entre otras medidas.

No obstante, persisten diversos peligros contra los maíces nativos, como el abandono del campo desde la firma del TLCAN en los años 90 del siglo pasado, la falta de incentivos para producir milpa y alimentos locales en el campo, la pérdida de cultivos diversos, la contaminación de la tierra y el agua por el uso excesivo de agroquímicos y semillas transgénicas, así como la falta de un pago justo a quienes nos alimentan, resistiendo a los monocultivos y al modelo de producción industrial. Y en especial, por las presiones del gobierno de Estados Unidos, el cual presentó un panel de controversias que, a fines de 2024, falló contra la determinación soberana del gobierno de México de no usar maíces amarillos importados de Estados Unidos –genéticamente modificados en un 90%– en la masa para alimentos básicos, como la tortilla y sus derivados. Es un gran negocio para los ran-

cheros gringos, que siembran sus cultivos con altos subsidios de su gobierno, aunque también han sufrido daños a la salud por esos cultivos; además, sus tierras y aguas han sido contaminadas, y ha bajado su producción, lo que ha requerido cada vez más cantidad de glifosato, el herbicida parte del paquete tecnológico de los OGMs.

Diversos estudios han demostrado que en México la masa para tortilla y otros alimentos, tanto industrial como artesanal, contiene glifosato y transgénicos todo indica que éstos provienen de los maíces amarillos forrajeros que son mezclados en esas masas de forma irresponsable por grandes empresas como Maseca o Minsa, lo que daña la salud y la dieta de la población mexicana.

Aparte de problemas como autismo y cáncer por esas mezclas, estamos cambiando radicalmente nuestra dieta, pasando de consumir productos de la milpa a bebidas y alimentos ultraprocesados, que han provocado una pandemia de obesidad y enfermedades como diabetes, cáncer o presión alta. Hoy 70% de las y los adultos tienen obesidad en nuestro país, que está entre los primeros lugares en el mundo, junto con Estados Unidos, China, India, Brasil, Pakistán y Alemania, entre otros.

La alimentación de la milpa, basada en maíces nativos, frijoles, chayotes, calabazas, jitomate, chile y quelites, se está perdiendo. Además, se ha reducido 22% el consumo de tortillas per cápita en los últimos años, aunque siguen siendo (sobre todo las nixtamalizadas) nuestra fuente principal de fibra, carbohidratos, proteínas, magnesio, fósforo, potasio, calcio y diversas vitaminas.

Por ello, ante todo por la defensa de la soberanía y seguridad alimentarias, es importante fortalecer la producción interna de maíces nativos para consumo humano en México, que actualmente es de poco más de 27 millones de toneladas producidas en siete millones de hectáreas de 32 estados del país, con un consumo per cápita anual de 196.4 kilos, lo cual nos hizo autosuficientes, al



"En la luz sólo existen eternidades verdes", Gabriela Mistral. Milenka

menos hasta el año pasado. En cambio, existe déficit en maíces amarillos para consumo animal e industrial: importamos de Estados Unidos unos 17 millones de toneladas, más de 90% de ellos genéticamente modificados.

Los principales maíces para consumo humano son el blanco –para nixtamal, harina y autoconsumo– y el amarillo –usado por varias industrias, para almidón y autoconsumo–, todos ellos no genéticamente modificados; precepto instaurado a través de una medida cautelar otorgada a la demanda colectiva contra el maíz transgénico en septiembre de 2013 y ratificada en 2021 por la Suprema Corte, mientras se mantenga la demanda colectiva contra el maíz GM.

Los maíces nativos dan sustento alimentario, económico, cultural y religioso. Cuando se siembran en milpa de forma agroecológica, capturan el carbono del medio ambiente y lo regresan a la tierra, humedeciéndola y restaurándola; ello contribuye a proteger el planeta del cambio climático.

El reto es mantener en el país esa producción de milpa agroecológica, así como recuperar la de maíces forrajeros y de uso industrial, sin el uso de tecnologías con modificaciones genéticas de cualquier índole ni de monocultivos. Así apoyaremos la economía campesina local y dejaremos de depender del gobierno imperialista y hostigador que encabeza Donald Trump.

Una forma de lograrlo es a través del proyecto Milpa Intercalada con Árboles Frutales, desarrollada por el doctor Antonio Turrent, del Instituto Nacional de Investigaciones Forestales, Agrícolas y Pe-

cuarias, quien propone recuperar tierras ganaderas de uso extensivo para sembrar milpa junto con árboles frutales endémicos de las regiones, tanto para reconstituir paisajes, como para fortalecer la alimentación y economía campesinas, tan duramente castigadas en los últimos años.

Asimismo, se deben instaurar políticas públicas integrales con capacitación en el campo para rescatar la milpa agroecológica, brindar estímulos económicos a las comunidades campesinas, establecer cadenas cortas de distribución de alimentos, a precios justos y accesibles a toda la población para enfrentar la avalancha de ultraprocesados.

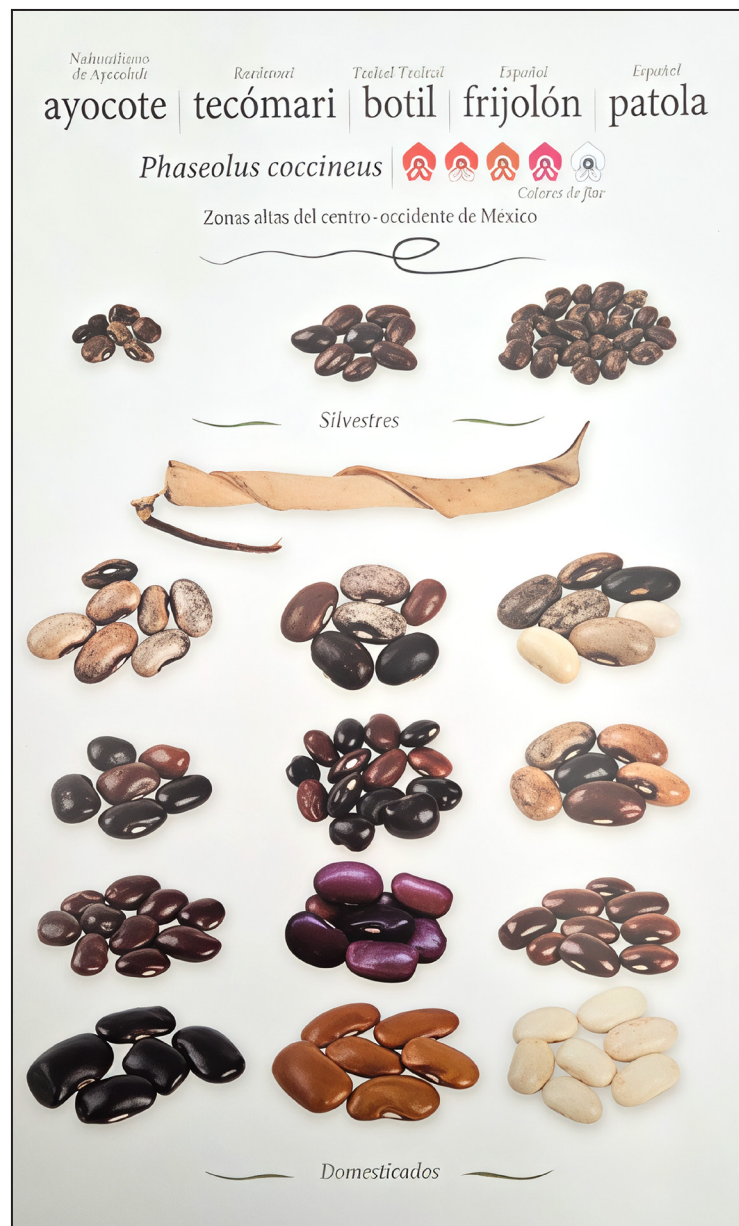
En estas políticas las mujeres deben ocupar un lugar central, pues están presentes en todas las etapas de la producción de alimentos y contribuyen a la resiliencia, al elegir las mejores semillas resistentes a lluvia y sequía y participar en la conservación de la biodiversidad. Sin embargo, no reciben ningún estímulo o reconocimiento, por no tener la titularidad de las tierras, pese a que el campo se ha feminizado. Reconocer el papel de las mujeres en la agricultura es fundamental para lograr cosechas abundantes y sociedades fuertes y resilientes.

Finalmente, deseo resaltar y celebrar el reciente triunfo en las reformas constitucionales. No son una concesión del gobierno, a quien se agradece este compromiso, sino resultado de una tradición de lucha cultivada por múltiples actores y actrices que, de manera comprometida, ética y soberana, han defendido la riqueza de nuestro legado cultural, gastronómico, artesanal, medicinal, cosmogónico y tradicional reflejado en los maíces de múltiples colores, sabrosos, grandes, pequeños, palomeros, para tortillas, atole, sopes, tlayudas y una variedad de bebidas y platillos que nos enriquecen, alimentan el alma y el espíritu y son parte de una identidad que nos hace un pueblo libre y soberano. •

**Los maíces nativos dan sustento alimentario, económico, cultural y religioso. Cuando se siembran en milpa de forma agroecológica, capturan el carbono del medio ambiente y lo regresan a la tierra, humedeciéndola y restaurándola; ello contribuye a proteger el planeta del cambio climático.**



# Los sabrosos frijolitos



Cartel "Frijoles domesticados en México". Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad (CONABIO)

**Cristina Barros** Investigadora en cocina tradicional mexicana  
marcri44@yahoo.com.mx

Compañero inseparable del maíz, el frijol es una de las muy numerosas plantas que fueron domesticadas por nuestros antepasados mesoamericanos.

Aunque México no es centro de origen del frijol, sí es centro de diversidad. De las 70 especies del género *Phaseolus* que existen, casi la mitad prospera en México y varias de esas especies sólo están presentes en nuestro territorio, son endémicas.

A partir de las variedades silvestres, aquí se domesticaron cinco: *Phaseolus coccineus* (ayocote), *Phaseolus dumosus* (ibes), *Phaseolus acutifolia* (tepari), *Phaseolus lunatus* (comba) y desde luego *Phaseolus vulgaris*, especie que abarca la infinita variedad de colores y tamaños de los frijoles que están a diario en nuestras mesas.

Recordemos cuántos colores puede tener el frijol: negro, café claro, oscuro y veteado, amarillo, blanco, pinto en negro y blanco, y pinto en otras mezclas de color; los hay color de rosa y algunos son de tono magenta, es un gus-

to ver junta una mezcla de ellos. También varían sus tamaños; hay algunos frijoles muy pequeños y otros tan grandes con el frijol ayocote. Cada uno de ellos tiene un sabor particular.

Como los frijoles están distribuidos en casi todo el territorio nacional, y en varios casos crecen sólo en determinadas regiones, las personas de esos lugares se acostumbran a un sabor determinado. El caso más evidente es el del frijol bayo que se identifica con el norte del país, y el negro que corresponde al centro y a estados sureños como Chiapas.

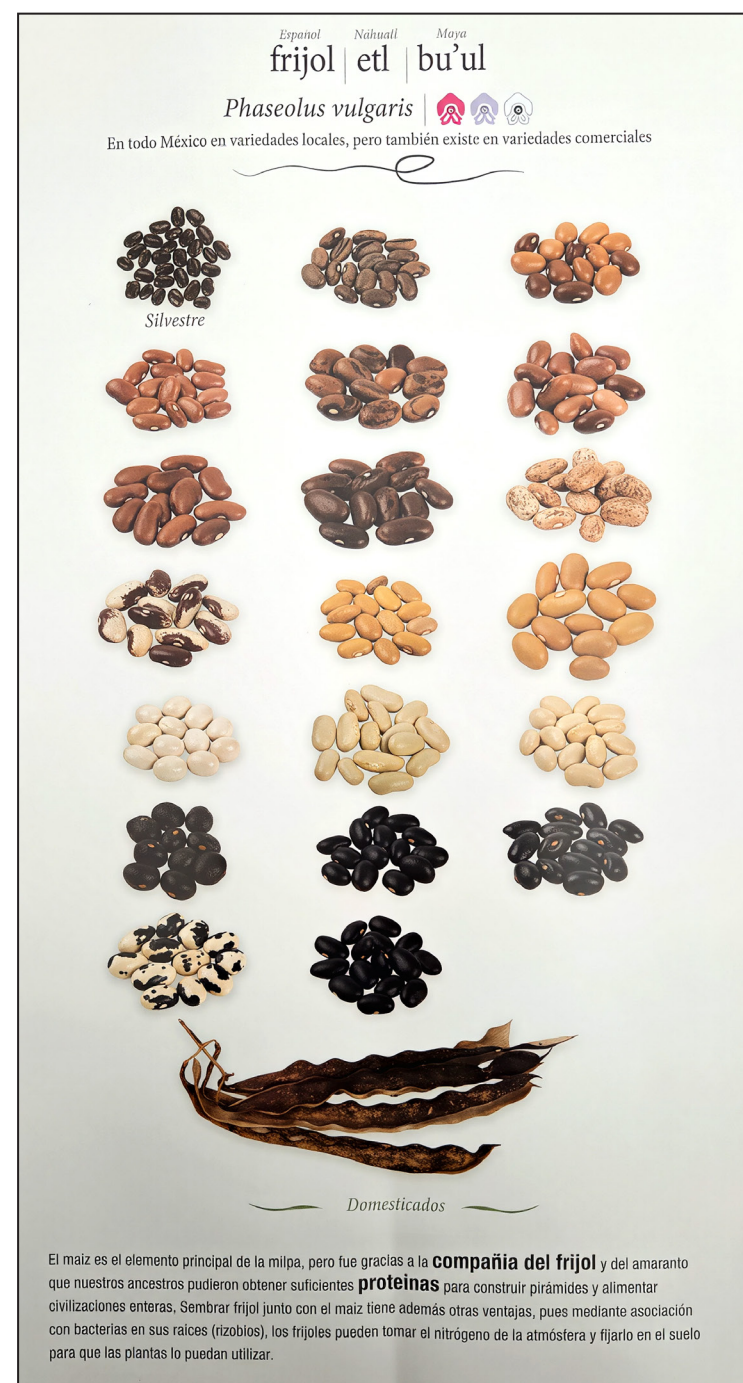
Un aspecto muy importante es el gran aporte del frijol como alimento. Por cada taza de frijoles cocidos (200 gramos) hay aproximadamente 15 gramos de proteínas, 41 gramos de hidrato de carbono y 15 gramos de fibra. Los aminoácidos presentes en el maíz y en el frijol se complementan, de tal manera que si comemos un taco de frijol u otras preparaciones con masa de nixtamal como tamales, tlacoyos, quesadillas, chilaquiles, entre otros, tendremos una proteína de buena calidad.

Es importante enfatizar que diversos especialistas en nutrición, como Héctor Bourges Rodríguez, concluyen que la inclusión de frijoles en la dieta de una población coincide con menores tasas de desnutrición.

En cuanto a la fibra que proporcionan, mencionemos que los almidones que contiene el frijol no se digieren fácilmente, por lo que llegan directamente al colon y se comportan como una fibra soluble; esto trae como consecuencia que las concentraciones de glucosa lleguen lentamente al torrente sanguíneo. Si consumimos frijol al menos dos veces por semana, esta fibra mejora la salud digestiva y disminuye el riesgo de estreñimiento, hemorroides, colitis, diverticulosis y cáncer de colon. Una objeción al consumo de frijol podría ser la flatulencia que en ocasiones provoca, lo que puede evitarse en parte, remojándolos durante la noche.

En cuanto a los compuestos de la cascarilla del frijol, éstos interactúan de tal forma que contribuyen a disminuir la presencia de triglicéridos y de colesterol en la sangre. Otro beneficio derivado del consumo de frijol es que disminuye el riesgo de infarto al miocardio. (Ver Nimbe Torres y Torres, "Importancia del frijol en la salud" en *Cuadernos de Nutrición* núm. 5, vol. 41, septiembre-octubre de 2018).

Después de hacer este breve repaso de las cualidades del frijol, es difícil explicarse cómo es que en los últimos años ha disminuido el consumo de un alimento tan importante en la alimentación diaria de la población mexicana. Una de las razones (o sinrazones) es que a partir de la firma del Tratado de Libre Comercio para América del Norte (TLCAN), en 1994, se ha impuesto en nuestro país un modelo de alimentación que favorece la presencia de productos industrializados, muchos de ellos poco saludables, con exceso de azúcares (o de sal), de almidones y de grasas trans. Esta invasión de chatarra, auspiciada por los medios de comunicación y



Cartel "Frijoles domesticados en México". Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad (CONABIO)

las tiendas de autoservicio, ha fomentado los prejuicios en cuanto a la alimentación tradicional. Así, el frijol se asocia con la pobreza: *aunque sea frijolitos*.

También ha influido el cambio de modelo familiar que propicia el comer fuera de casa y la falta de tiempo para preparar los alimentos (los frijoles son de cocimiento lento). Pero, además, aun cuando el frijol ocupa el tercer lugar en superficie sembrada a escala nacional, la producción ha disminuido y los precios han aumentado.

Las necesarias políticas públicas que impulsen una mayor

producción y una disminución en los costos de este importante alimento pueden favorecer el consumo de los deliciosos frijoles. Algunas de las decenas preparaciones pueden consultarse en el artículo "Frijolitos de la olla", en la *Revista Digital UNAM* del 1º de febrero de 2015 (<https://www.revista.unam.mx/vol.16/num2/art13/art13.pdf>, consultada el 17 de junio de 2025). Y en "Frijol nuestro de cada día", en *La Jornada del Campo*, 20 de octubre de 2012, número 61 (<https://www.jornada.com.mx/2012/10/20/cam-milpa.html>). •

**Un aspecto muy importante es el gran aporte del frijol como alimento. Por cada taza de frijoles cocidos (200 gramos) hay aproximadamente 15 gramos de proteínas, 41 gramos de hidrato de carbono y 15 gramos de fibra. Los aminoácidos presentes en el maíz y en el frijol se complementan, de tal manera que si comemos un taco de frijol u otras preparaciones con masa de nixtamal como tamales, tlacoyos, quesadillas, chilaquiles, entre otros, tendremos una proteína de buena calidad.**





Muestra de las calabazas cultivadas en México. A. *Cucurbita pepo* ssp *pepo*. B. *Cucurbita moschata*.



*Cucurbita. lundelliana*, calabaza silvestre creciendo en X-pujil, Campeche.

# Las calabazas: esencia e historia de México

**Guillermo Sánchez de la Vega** Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM [gsanchez@ieecologia.unam.mx](mailto:gsanchez@ieecologia.unam.mx) **Rafael Lira** Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM [rlira@unam.mx](mailto:rlira@unam.mx) **Luis E. Eguarte** Instituto de Ecología, UNAM [fruns@unam.mx](mailto:fruns@unam.mx)

**L**as calabazas no pueden faltar en la dieta diaria de los mexicanos. Disfrutamos sus semillas como botana y las usamos como alimento principal, guisadas de diferentes formas: sus flores se emplean en quesadillas, sus guías se consumen en sopas, las semillas también se utilizan en diversas salsas y pastas, los frutos jóvenes se integran en múltiples platillos, y ya maduros en postres.

Pero pocos saben que la mayoría de las calabazas que se comen en todo el mundo --desde las calabacitas hasta los grandes frutos usados en Día de Muertos-- son nativas de México. Generalmente, tampoco se sabe que las calabazas en realidad son varias especies, cada una con un uso particular.

No olvidemos que las calabazas son parte esencial del sistema tradicional de cultivo de Mesoamérica, la milpa, junto con el maíz (este sí una sola especie) y los frijoles (que son varias especies que crecen en diferentes climas y suelos).

En la milpa, las calabazas protegen el suelo de la erosión y conservan la humedad del mismo, así como el frijol ayuda a fijar nitrógeno de la atmósfera y, de esta manera, contribuye a mantener fértil el suelo, y el maíz sirve como soporte para que trepen el frijol y las calabazas.

Las calabazas quizás fueron el primer grupo de plantas que domesticaron las y los antiguos mexicanos, y tal vez fue uno de los primeros cultivos de toda la humanidad, pues en Oaxaca, por

ejemplo, se han encontrado semillas de calabazas de hasta 10,000 años de antigüedad.

A la fecha, las diferentes especies de calabazas se siguen cultivando por todo México, y aún se puede encontrar muchas de las variedades y razas tradicionales, adaptadas a las diferentes condiciones locales de suelo, clima y estilos de manejo de los cultivos y con diferentes usos. Por desgracia, algunas de estas variedades cada vez se siembran menos, ante la presión de los mercados para producir formas más uniformes, estándares y eficientes a través de variedades mejoradas, que en muchos casos vienen de otros países.

Las calabazas tradicionales y nativas de México son cuatro especies. La más conocida es la especie que nos da las calabacitas, *Cucurbita pepo*, llamadas también calabazas italianas o *zucchini*, o calabazas güichas, y sus frutos maduros se conocen como calabaza de castilla. También tenemos a la calabaza pipiña, llamada localmente chihua y arota, *Cucurbita argyrosperma*, empleada principalmente para producir semillas (pepitas); a la calabaza tamalayota, *Cucurbita moschata*, que se usa madura para producir dulces y para guisarse, y la más diferente, el chilacayote *Cucurbita ficifolia*, muy apreciada para producir guisos, postres y dulces, entre otros.

En México, además de estas calabazas cultivadas, aún tenemos extensas poblaciones de sus parientes silvestres, en total 11 especies, que si bien se ven como

calabazas, sus frutos maduros son más pequeños, del tamaño de una pelota de tenis, y muy amargos, por lo que no podemos consumirlos. Pero, aunque no son comestibles, estas especies son importantes para el mejoramiento futuro de las cultivadas, ya que pueden tener genes que

favorezcan una mayor productividad, incrementen su resistencia a enfermedades y propicien su adaptación al cambio climático.

Por ello, hemos estudiado a este grupo de plantas por más de 20 años. Recientemente, realizamos un esfuerzo por localizar todas las poblaciones silvestres y las razas cultivadas de calabazas de México, recorriendo el país y analizando con métodos modernos su genoma y la variación que tienen sus especies y poblaciones.

Si bien estas especies son cultivos muy relevantes para el país, casi todos los estudios y el mejoramiento genético se habían hecho fuera de México. La producción nacional

de calabazas fue de 744 mil toneladas en 2023, ocupando casi 80 mil hectáreas, con un valor de más de 6 mil millones de pesos. Los estados de Sonora, Sinaloa, Michoacán y la península de Yucatán son sus mayores productores. Adicionalmente, existe una importante producción en huertos familiares, pero aunque suele no ser registrada, sigue siendo un relevante recurso alimenticio y económico.

Los cultivos de las calabazas se realizan bajo dos formas de manejo: tecnificados en mayor o menor grado, con riego y medidas que van desde el control fitosanitario y el uso de colmenas para su polinización, hasta el control de calidad de los frutos; buena parte de estos cultivos son para exportación y consumo urbano. Por otro lado, tenemos muchas variedades de calabazas que siguen siendo cultivadas de maneras más o menos tradicionales en milpas y traspatios.

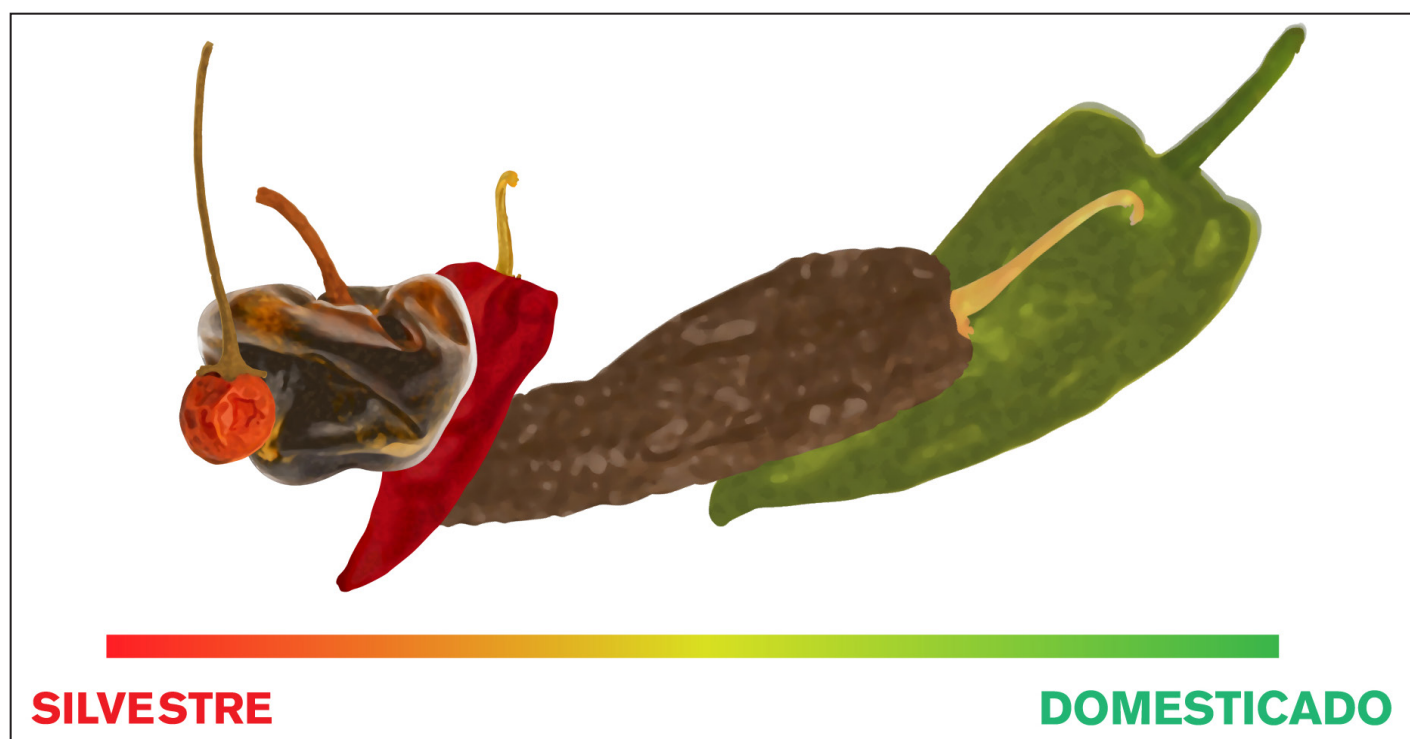
Consideramos que es una necesidad prioritaria y estratégica para el país el desarrollar más estudios para conocer, mejorar y conservar nuestras calabazas, promoviendo su conservación en el campo, en las milpas y huertos familiares, no sólo en los llamados bancos de germoplasma de sus semillas. •

**En la milpa, las calabazas protegen el suelo de la erosión y conservan la humedad del mismo, así como el frijol ayuda a fijar nitrógeno de la atmósfera y, de esta manera, contribuye a mantener fértil el suelo, y el maíz sirve como soporte para que trepen el frijol y las calabazas.**



Variedades cultivadas de *Cucurbita pepo* ssp *pepo* y su pariente silvestre *C. pepo* ssp *fraterna*.





# Compremos y consumamos chiles nativos

**Araceli Aguilar Meléndez** Investigadora del Centro de investigaciones Tropicales Universidad Veracruzana [chilesyculturas@gmail.com](mailto:chilesyculturas@gmail.com)

**L**os chiles son un elemento esencial de las comidas de los mexicanos. Desde los picantes chiles silvestres, como el piquín o chilpayá –que aún se recolecta en muchas regiones del país–, hasta las variedades domesticadas que se cultivan en las zonas rurales, los chiles forman parte de la cotidianidad y las fiestas del México multiétnico.

La mayoría de los chiles que se cultivan en México pertenecen a una misma especie: *Capsicum annuum* var. *annuum*. Sin embargo, no todos llegan a nuestra mesa de la misma forma. Existen dos grandes formas de producción que reflejan realidades agrícolas o de comercialización muy distintas.

Por un lado, está la producción a gran escala, que abastece supermercados, centrales de abasto y semilleras. Aquí se cultivan unas diez variedades muy conocidas, como el jalapeño, el serrano, el poblano, el ancho y el guajillo. Estos chiles se producen con técnicas agrícolas modernas y maquinaria especializada. Aunque en algunas regiones todavía se siembran con semillas tradicionales, en muchos casos ya se usan semillas mejoradas o híbridas, con frecuencia provenientes de empresas transnacionales.

Este tipo de producción per-

mite que los chiles estén disponibles durante todo el año y puedan llegar a cualquier rincón del país. No obstante, su consumo se concentra principalmente en las ciudades, donde la demanda es más alta.

Nuestro país es reconocido como uno de los principales países productores de chiles verdes y chiles secos a nivel mundial, ocupando –según las fuentes de gobierno consultadas– entre el segundo y el cuarto lugar global, con una producción de miles de toneladas. Sin embargo, estas estadísticas oficiales no reflejan toda la complejidad y riqueza de la producción de frutos picosos. Una gran parte de los chiles nativos son cultivados de forma artesanal en comunidades rurales e indígenas y no se contabilizan en los registros formales, lo que invisibiliza una porción significativa de la producción y el consumo del recurso.

A pesar de que el país es uno de los mayores productores de

chile en el mundo, México también importa grandes volúmenes de chiles secos provenientes de países como Perú, India y China. Estos productos suelen ser más baratos, lo que facilita su entrada en los comercios nacionales, pero también son de menor calidad en sabor, aroma y textura, en comparación con las variedades nativas. Por ejemplo, es común encontrar huajillos peruanos, chiles japoneses o chinos que compiten con los chiles mexicanos tradicionales. Esta situación representa una contradicción alarmante: mientras México presume de su gran producción y diversidad de chiles, muchas variedades locales están siendo sustituidas en las cocinas y mercados por versiones que no conservan el mismo valor gastronómico ni cultural.

Frente a esta realidad, es importante visibilizar un universo considerablemente más amplio y diverso: cerca de 90 tipos de chiles nativos tradicionales se cultivan de forma local y artesanal en diferentes regiones del país. Aunque no aparecen en censos ni bases de datos oficiales, estos chiles forman parte fundamental de las cocinas regionales y del patrimonio biocultural del México multiétnico y plurilingüístico. Algunos son exclusivos de una sola región, como el chile de agua, el chile de onza, el chile seco de Tantoyuca y el chile seco de Yecuatla, el chile huacle de las Cañadas de Oaxaca, mientras otros se cultivan en regiones

más amplias, como el chile seco (con diversos nombres) de las huastecas de Querétaro, Veracruz e Hidalgo.

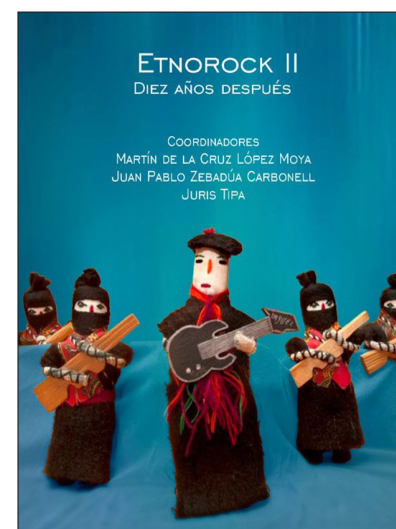
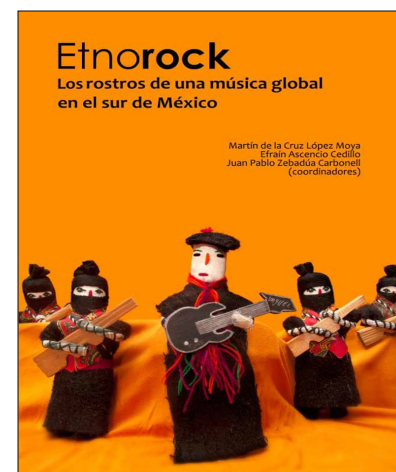
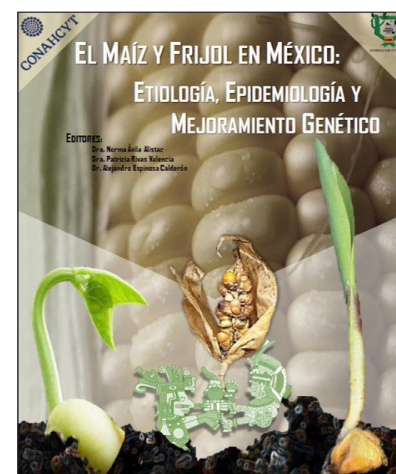
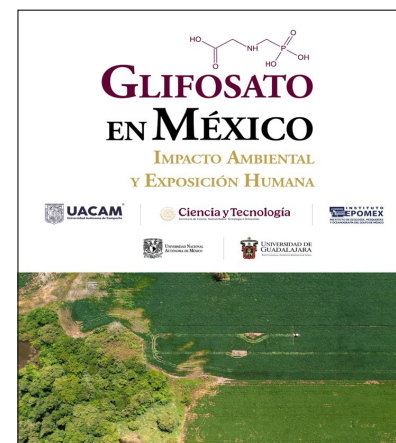
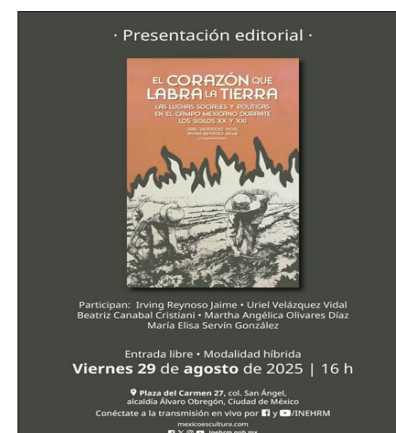
La riqueza de los chiles en México se ve reflejada en los campos, las cocinas y las fiestas, entre otros espacios de la vida. Para conservar nuestra riqueza picante en los diferentes contextos culturales, cada una de las personas que vive en este país debe convertirse en activista para mantener la diversidad de los chiles nativos.

Aquí algunas recomendaciones sencillas para contribuir a su conservación:

1. Elige comprar chiles nacionales. Evita adquirir chiles secos importados. Aunque puedan parecer similares, su consumo desplaza la producción local y pone en riesgo la permanencia de las variedades tradicionales. Pregunta al vendedor de dónde son los chiles, para tomar una decisión informada.
2. Compra en mercados y tianguis locales. Cuando visites una comunidad, explora y compra a los productores y vendedores locales. Allí encontrarás chiles únicos, muchas veces cultivados en pequeñas parcelas y con historias propias.
3. Cocina en familia con chiles mexicanos. Recupera recetas que incluyan chiles locales, regionales o nacionales. Cocinar con nuestras familias es una forma de transmitir conocimientos, sabores y memorias, y al mismo tiempo mantener viva la diversidad culinaria del país. Entrevista y resguarda las recetas familiares de las tías, abuelas y madres.

Cada chile tiene una historia que contar. Con pequeñas acciones, podemos ayudar a que esas historias sigan vivas por muchas generaciones más. •

## AGENDA RURAL





# El jitomate: un patrimonio alimentario de México para todo el mundo

**Gabriela Toledo-Ortiz** Universidad de Wageningen, Países Bajos  
gabriela.toledoortiz@wur.nl **Patricia León Mejía** Instituto de  
Biotecnología, UNAM patricia@ibt.unam.mx



Jitomates ancestrales. Gabriela Toledo

**E**l jitomate, también llamado tomate en parte del país, es quizá el cultivo mexicano con mayor influencia en la cultura culinaria del mundo. Estudios científicos identifican su origen en la región andina (Ecuador y Perú), donde fue semidomesticado. Sin embargo, su principal centro de domesticación fue Mesoamérica, especialmente México, donde recibió el nombre náhuatl de *xitomatl*. El jitomate se cultiva en México desde hace aproximadamente 2,300 años, a lo largo y ancho del país, generando una diversidad de variedades que están fuertemente ligadas a nuestra cultura y gastronomía.

Tras la conquista de Tenochtitlan en 1521, el jitomate inició su integración al patrimonio alimenticio de la humanidad. Fue llevado a España, donde se cultivó

predominantemente como planta de ornato por creérsele tóxica, por su parecido con la belladona. En el siglo XVI llegó a Italia, donde se extendió su cultivo, pero no fue sino hasta finales del siglo XVII cuando empezó a formar parte importante de la dieta mediterránea. Españoles y portugueses lo introdujeron en África y Asia, y para el siglo XIX se consolidó como cultivo global y patrimonio culinario de la humanidad.

El jitomate se adaptó rápidamente al clima mediterráneo, y su diversidad de tamaños, colores, aromas y sabores fueron apreciados por diversas cocinas locales, otorgándoles un alto valor gastronómico. La estabilidad climática hizo del Mediterráneo, por siglos, la principal fuente de jitomate de Europa, incorporando después de la Revolución Verde el monocultivo intensivo de variedades comerciales con semillas mejora-

das. Hoy también se produce jitomate en modernos invernaderos en otros países de Europa, como los Países Bajos, aunque con altos costos energéticos. Actualmente, la producción europea enfrenta el reto de obtener variedades más resilientes ante el cambio climático que afecta en particular al Mediterráneo.

El jitomate es la hortaliza más cultivada y comercializada en el mundo. Representa 30% de la producción hortícola mundial, con un valor de aproximadamente 107 mil millones de euros en 2023 (FAO). En México, la modernización agrícola a partir de la Revolución Verde y los tratados de libre comercio de América del Norte (TLCAN y T-MEC) impulsaron el monocultivo de jitomate. Esta estrategia ha generado divisas por alrededor de 3 mil millones de dólares en 2023 (Sader), situándolo como el cuarto producto agroalimentario en ingresos y posicionando a México como uno de los mayores exportadores de jitomate.

Sin embargo, los costos ecológicos, sociales y culturales del monocultivo de jitomates con semillas mejoradas no nativas en México no han sido evaluados. Estas variedades comerciales, seleccionadas por su alto rendimiento en condiciones óptimas de crecimiento, demandan grandes insumos de agua, energía, pesticidas y fertilizantes, además de tener baja variabilidad genética, lo que limita su resiliencia frente al cambio climático. Esta agroindustrialización ha provocado una preocupante pérdida de agrodiversidad de los jitomates nativos, homogeneizando el mercado interno y desplazando su valorización y los saberes tradicionales asociados, lo que pone en riesgo este patrimonio biológico único, no sólo de México sino de la humanidad.

El jitomate tiene un alto valor nutritivo y medicinal, es fuente de antioxidantes, vitaminas y minerales y posee propiedades desinflamatorias, antisépticas, digestivas

y diuréticas. Como ingrediente esencial en las cocinas mexicana y mundial, su consumo tiene un profundo significado cultural, incluyendo en tradiciones culinarias reconocidas como patrimonio inmaterial de la humanidad.

México conserva aún cientos de variedades ancestrales de jitomates, que han sido resguardadas por nuestros pequeños productores locales, quienes las han transmitido de generación en generación, adaptándolas a lo largo de los siglos a la gran diversidad geográfica y cultural del país. Su pérdida sería irreparable para el patrimonio alimentario y agrícola mundial. Estas variedades poseen gran variabilidad en rendimiento, sabor, perfil nutricional y tolerancia a ambientes adversos, cualidades clave para enfrentar el cambio climático y recuperar la resiliencia perdida de los jitomates comerciales.

Reconocer dichas variedades como un patrimonio biocultural irremplazable es esencial para su conservación, lo que requiere fomentar su cultivo, consumo y conocimiento. Resulta prioritario fomentar iniciativas para apoyar a pequeños productores, implementando bancos locales para la producción y el resguardo de semilla, que impulsen su consumo y revalorización a nivel nacional, junto con programas de investigación, que permitan seguir mejorando dichas variedades y proporcionarles una identidad genética como patrimonio de México.

Estos jitomates nativos pueden ser la base en la construcción de sistemas agroalimentarios resilientes que fortalezcan la soberanía alimentaria, el desarrollo de estrategias globales y nos permitan seguir disfrutando de jitomates sabrosos y nutritivos, a pesar del cambio climático al que se enfrenta nuestro planeta. •



Don Pablo. Gabriela Toledo



Tomate riñón. Ovidio Pérez Amaya





Guajolotes en la casa rural chicxulub pueblo.



Códice Florentino, Libro 1, folio 199r.

## Huexolotl, un legado cárnico mexicano por rescatar

**Raúl Valadez Azúa** Laboratorio de Paleozoología, Instituto de Investigaciones Antropológicas de la UNAM [raul\\_valadez@hotmail.com](mailto:raul_valadez@hotmail.com)

Si buscamos dentro de la tradición culinaria mexicana una carne que la represente, tanto por su calidad como por su historia, sin duda el premio sería para el guajolote (*Meleagris gallopavo*), un ave por la que han transcurrido cinco milenios de vida doméstica.

Este recurso cárnico fue el más importante en la historia de Mesoamérica: alimento de ricos y pobres, manjar de gobernantes, en salsas o asado e invitado a ceremonias donde se le sacrificaba, se cocinaba al pibil y se repartía entre la población.

Se domesticó hace cinco mil años y sus registros arqueológicos más antiguos están al centro de México desde donde fue dispersándose. Comenzó a propagarse por el mundo

cuando llegó a Europa, al inicio de la época colonial. Allí aprendieron a criarlo y lo convirtieron en invitado permanente de los banquetes de la élite. Lo llamaron “pavo”, del latín *pavus*, término que designa a las aves de corral. Desde ahí viajó en el siglo XVII al noreste de Norteamérica, con migrantes ingleses, holandeses y franceses.

A pesar de su origen, la producción de guajolote en México es muy baja, comparada con otros países. En 2014, por ejemplo, se produjeron en total 5 millones 454 mil toneladas, equivalentes a casi 455 millones de aves: 49% en Estados Unidos y 35% en la Unión Europea, muy por debajo de ellos Brasil y Canadá y aún más México con sólo 10 mil toneladas, aunque para 2024 la producción nacional se duplicó.

El valor alimentario del guajolote debería trascender su consumo sólo ligado a eventos sociales o religiosos, en especial porque contiene la mitad de grasa que otras carnes.

Consumirlo es saludable y le da variedad a la dieta, aunque su costo sea mayor al del pollo industrializado, además su precio equivale al de muchos cortes de cerdo o res.

Como en el país sólo se come en bodas, navidades y algún otro festejo, su consumo por persona es muy bajo, entre 1.25 o 1.5 kg al año, a excepción de los productores locales que los crían de forma tradicional en buena parte de México, para consumirlo en sus comunidades.

Hoy en día, existen esfuerzos relevantes para mejorar su producción y comercialización en granjas orgánicas, donde los guajolotes están en espacios abiertos alimentándose al natural, como sus antepasados.

Yucatán es el principal productor, con 5 mil toneladas de carne por año producidas en 200 granjas de 75 municipios. Le siguen Puebla, Estado de México, Veracruz y 14 entidades más.

Las fiestas decembrinas son el punto clave del esfuerzo de los productores nacionales, pues compiten con los pavos congelados de EE.UU. Si bien en el sureste se consumen todo el año porque son parte de sus comidas regionales, en el centro de México no hay una cocina regional a base de guajolote, lo que complica comprarlo fresco.

En el mercado de San Juan (Centro Histórico, Ciudad de México), uno de los pocos lugares donde hay guajolote todo el año, está el “El Rey del Pavo”, donde venden entre 70 y 80 ejemplares por semana, aunque en diciembre suman 3,500. José Luis Durán Loya, dueño del local, trabaja en una granja desde los años sesenta y al paso del tiempo ha visto disminuir el consumo del guajolote.

Los productores buscan espacio en tianguis orgánicos para vender diferentes productos de guajolote,

como la Granja Cocotla; sin embargo, la venta es limitada.

¿Cómo incentivar que se consuma guajolote en nuestro país? En el México rural, no existe información formal sobre su producción, comercio y consumo; eso sería lo primero. En el resto del país, lo más adecuado sería difundir, vía redes sociales y autoridades, los beneficios de su carne en la salud y sus posibilidades culinarias. Incrementar su consumo extendería su comercialización a más puntos de venta, con el consecuente aumento en la producción y reducción en costos.

Conforme el consumo del guajolote crece, es factible abatir los precios, así lo demuestra la información de la Unión Nacional de Avicultores, que reportó la venta en diciembre de casi un millón de pavos criados en México, cuya producción anual a escala nacional ascendió a 7,491 toneladas, equivalentes a más de 660 millones de pesos; es decir, 88 pesos por kilo en promedio, precio muy por debajo de lo registrado antes.

El guajolote, un tesoro que hemos legado al mundo, es parte de nuestro patrimonio cultural, y por lo mismo debemos valorarlo como alimento, no sólo para platillo de fiestas, sino también en el día a día, sobre todo porque aquí en su tierra de origen se cría aún de forma tradicional, sin productos industrializados. De ahí que sea un alimento sano, recomendable para quienes deben cuidar su dieta o se deleitan con los guisos. Un regalo de México para el mundo que merecemos aprovechar, primero que nada, los mexicanos. •

**A pesar de su origen, la producción de guajolote en México es muy baja, comparada con otros países.**

| Animal    | Porcentaje en 100 gr de carne |        |            | Costo kg (MXN) |
|-----------|-------------------------------|--------|------------|----------------|
|           | Proteínas                     | Grasas | Colesterol |                |
| Guajolote | 29                            | 7      | 0.109      | \$200*         |
| Pollo     | 27                            | 18     | 0.088      | \$40**-140***  |
| Cerdo     | 27                            | 14     | 0.080      | \$150*         |
| Res       | 26                            | 15     | 0.090      | \$200*         |

\* Precio promedio; \*\* Pollo comercial; \*\*\* Pollo orgánico



José Luis Durán, en el local El rey del pavo, Mercado de San Juan.



# Aguacate: auge sin fin



¿Oro verde? Guillermo Bermúdez

**Martín González de la Vara** Investigador del Centro de Estudios Históricos de El Colegio de Michoacán [mgonzalez@colmich.edu.mx](mailto:mgonzalez@colmich.edu.mx)

**T**ras un injusto embargo de casi 90 años de duración, por fin en 2007 los productores michoacanos vieron salir los camiones que llevaban sus aguacates a Estados Unidos, un producto que habían desarrollado durante décadas.

El fruto se conoce desde la época prehispánica y ha estado en la gastronomía local, pero apenas en 1970 Michoacán se convirtió en el principal productor en México, gracias a la adopción del Hass, variedad de aguacate desarrollada en California, que se adaptó a las condiciones ecológicas de la entidad y a las necesidades del mercado.

Un grupo variopinto de aguacateros integrado por cientos de medianos y pequeños productores

—incluidos ejidatarios y comunidades indígenas— venció a las poderosas empresas estadounidenses que apoyaron largo tiempo el embargo.

Entre los productores michoacanos, ninguno es propietario de más de 500 hectáreas y sólo unos cuantos tienen más de 100. La propiedad promedio es de 40 hectáreas y miles de personas participan en la producción. Tampoco hay empresas dominantes en la distribución: cerca de 300 empacadoras y distribuidoras locales —incluyendo varias cooperativas— compiten al parejo de unas 15 empresas.

El mercado respondió mejor a lo esperado: la producción y la exportación se fueron a las nubes y el área de siembra creció un 20% anual hasta llegar a 150 mil hec-

táreas. En dos décadas, México se convirtió en el mayor productor y exportador del fruto, con ganancias de 3 mil millones de dólares anuales, derrama económica que beneficia a miles de michoacanos. En 2025, el país espera producir 2,700,000 de toneladas (80% en Michoacán), con un porcentaje de exportación de cerca de 50%.

A principios del milenio los productores preveían que el auge duraría entre 15 y 20 años; sin embargo, no parece tener fin. Se esperaba la competencia de países de Centro, Sudamérica, Asia y África, pero no han podido enfrentar la calidad y precio del aguacate mexicano, cuya venta

comprende más del 60% del mercado internacional y casi 85% de las importaciones estadounidenses. Según algunas estimaciones, sólo Michoacán produce entre 25% y 30% del total mundial de aguacates.

Este éxito económico genera retos importantes. El crecimiento de la superficie se ha extendido a Jalisco, Morelos, México, Colima, etc., que cuentan con una tierra y clima similar al de Michoacán. En la segunda mitad del siglo XX, muchos aguacatales se instalaron en zonas montañosas, deforestadas por intereses madereros. No obstante, en las últimas décadas, las huertas abarcan los bosques sobrevivientes de Michoacán y Jalisco, pese a los esfuerzos de grupos y autoridades ambientalistas. Se estima que una tercera parte de las huertas en los bosques michoacanos son ilegales y afectan unas 20,000 hectáreas.

El aguacate no es una especie reforestadora. Se “chupa” 40% del agua que un bosque retendría para los arroyos y mantos freáticos que nutren la agricultura de los valles. Se calcula que producir cada kilo de aguacate requiere unos 2,000 litros de agua. Además, muchos productores construyen “ollas” en lo alto de sus huertas para almacenar hasta un millón de litros de agua en cada una, por lo que comienza escasear en las comunidades “río abajo” o en los valles.

Al ser un cultivo tan exitoso, el aguacate se convirtió en blanco de las organizaciones criminales. Desde 2003, los cárteles michoacanos y foráneos han tratado de depredar las zonas aguacateras y en ciertos momentos han logrado controlar zonas productoras exigiendo un “impuesto” a los productores o apoderándose de las cosechas o de las huertas. Las zonas más rurales son más indefensas, mientras que las más ur-

banizadas, los empacadores y las distribuidoras en general, están más libres de extorsiones.

Por estos embates, se le ha criminalizado injustamente, llamándoles “aguacates de sangre”, lo que beneficia a delinquentes. También en los medios se difundió injustamente una correlación entre el fruto y la violencia que ha azotado a sus zonas productoras.

Hace sólo 30 años, el aguacate escaseaba incluso en México; sólo se encontraba en ciertas temporadas del año y su precio y calidad variaban mucho. Gracias al actual auge aguacatero, hoy se consigue casi en todo el año. Cerca de la mitad de la producción no se exporta, sino se consume en el país. De hecho, en 20 años el consumo anual per cápita del mexicano pasó de 4 a 11 kilos. Eso sí, sus precios están ahora ligados a los vaivenes del mercado internacional y en ocasiones se encarece exageradamente, como otros productos.

La variedad Hass se impuso por sus amplias ventajas competitivas: mayor tiempo de anaquel, su corteza protege al fruto durante el transporte, su abundante pulpa tiene buena textura y sabor y su tamaño es práctico. Esto ha llevado al monocultivo del aguacate Hass. Ahora es más difícil encontrar variedades menos comerciales, como los aguacates criollos, algunos con una piel tan delicada que pueden comerse a mordidas; otros con gran untuosidad, perfectos para cremas gourmet; unos muy fibrosos, pero buenos como cosméticos y otros más llegan a pesar más de un kilo. Hay numerosas variedades con características únicas, pero tienden a desaparecer. A algunas las extrañaremos y a otras no, pero la pérdida de diversidad genómica de un producto conlleva riesgos de enfermedades y de decaimiento genético a largo y mediano plazos. •

Entre los productores michoacanos, ninguno es propietario de más de 500 hectáreas y sólo unos cuantos tienen más de 100. La propiedad promedio es de 40 hectáreas y miles de personas participan en la producción. Tampoco hay empresas dominantes en la distribución: cerca de 300 empacadoras y distribuidoras locales —incluyendo varias cooperativas— compiten al parejo de unas 15 empresas.



Tiempos contrastantes para nuestros aguacates. Guillermo Bermúdez



# México, cuna de las papayas: resiliencia y valor social hacia la expansión productiva

**Luis Antonio Flores Hernández** Instituto Nacional de Investigaciones Forestales, Agrícolas y Pecuarias, Campo Experimental Iguala [flores.luis@inifap.gob.mx](mailto:flores.luis@inifap.gob.mx) **Marcelina Vélez Torres** Colegio de Postgraduados, Campus Montecillo, PREGEP-Fructicultura [velez.marcelinas@colpos.mx](mailto:velez.marcelinas@colpos.mx)

La papaya (*Carica papaya* L.) es una fruta popular que se consume en todo el mundo, en fresco o procesada. Su pulpa es una fuente rica en vitaminas tanto del complejo B, como de A, C y E, minerales como magnesio y potasio, además de fibra dietética. Se produce en las regiones tropicales y subtropicales del mundo, pero se considera al sur de México y América Central como su centro de origen y diversidad debido a la cantidad de poblaciones silvestres encontradas. Tal es el caso de la península de Yucatán, que cuenta con múltiples tipos de ellas.

A diferencia de las papayas de variedades modernas, las silvestres se caracterizan por tener frutos más pequeños, con menor cantidad de pulpa, menos dulce (en algunos casos) y mayor cantidad de semilla. En México, crecen de manera natural en los bosques tropicales y subtropicales, formando parte esencial del ecosistema, al ser alimento para aves, mamíferos e insectos. Poseen una amplia diversidad genética, por lo que son fuente importante de genes en el desarrollo de programas de mejoramiento para la generación de variedades de papaya de importancia económica. Por ejemplo, las poblaciones silvestres sobreviven largas temporadas con escasas lluvias y altas temperaturas de marzo a junio en Yucatán, e incluso toleran plagas y enfermedades a las que las variedades modernas son susceptibles.

Muchas de las poblaciones silvestres de papaya se encuentran en peligro de extinción, pues son desplazadas por variedades de alto impacto comercial y por múltiples factores ambientales y sociales que amenazan su existencia; no obstante, a su conservación contribuyen en gran medida su uso y su comercialización. Éste es el caso de comunidades del sur de México, donde muchas de las poblaciones silvestres y nativas están arraigadas a los usos de la localidad y son parte de la dieta cotidiana, además se comercializan de manera local en determinadas épocas del año, lo que favorece el desarrollo social y bienestar de

las comunidades. En regiones de Tabasco y Tamaulipas, los frutos de las papayas silvestres y nativas se usan para hacer el dulce cristalizado “oreja de mico”. Otras comunidades de la península de Yucatán, además de consumir el fruto en fresco, usan las hojas de estos árboles para ablandar carne.

En la costa grande de Guerrero, los pobladores denominan a las papayas silvestres como “papayita de monte” o “papaya de pajarito”; las consumen en el monte en el mes de julio. En contraste, en la región norte de Guerrero, se aprovecha la *Jacaratia mexicana*, conocida como “bonete” y “papaya de montaña”, que forma parte de la vegetación de la selva baja caducifolia, sobrevive y fructifica en condiciones adversas de sequía y temperaturas extremas. Sin embargo, los pobladores no sólo recolectan los frutos de las plantas silvestres, sino que han desarrollado métodos de recolección, germinación de semillas y reproducción, cultivándolas en huertos comunitarios; es decir, las han ido domesticando, a la vez que impulsan el desarrollo de variedades nativas. Asimismo, se realizan actividades de comercialización en el mercado local alrededor de los productos del bonete, como la botana que, después de consumir la pulpa, se prepara con la semilla seca y tostada.

La gran variación de recursos genéticos de la papaya y la diversidad de grupos humanos en nuestro país, han permitido el uso y domesticación de especies silvestres y el desarrollo de variedades nativas cultivadas en su centro de origen, que son importantes para la subsistencia de las comunidades locales, pero su demanda se limita a mercados tradicionales regionales y su producción se realiza en parcelas pequeñas. Las condiciones desfavorables de su cultivo, el bajo rendimiento, el desconocimiento sobre su uso y su potencial de comercialización son factores que impiden el desarrollo de estas variedades subestimadas.

Para expandir la producción de las papayas nativas es necesario fomentar su cultivo, mejorando su producción y su calidad, así como

promover su consumo y comercialización. Asimismo, instituir bases de productores a través de programas de apoyo, capacitación, acceso a mercados e impulso a la organización. Además, de incrementar los huertos, aumentar el rendimiento, desarrollar métodos de propagación clonal y manejo poscosecha, así como generar nuevos cultivares con base en una producción inocua a partir de los mejores progenitores silvestres y nativos para el proceso adaptativo ante el cambio climático.

De esta manera, a través de estrategias de mercadeo integral, nuestras papayas nativas con sellos de calidad, denominaciones de origen e información de sus propiedades nutraceuticas, podrían incorporarse a las demandas de los mercados actuales nacionales e internacionales. •



Sabrosa y rica en vitaminas, minerales y fibra. Milenka



Árboles de bonete de la región norte de Guerrero, los árboles pueden llegar a medir más de diez metros, los freutos presentan una gran variación morfológica, la pulpa en fresco y la semilla se extrae para secarla, tostarla y consumirlo como botana.



Papayas silvestres de la región de la Costa Grande de Guerrero, los frutos son pequeños y las plantas son muy semejantes a la papaya actual. Jared Joel Jaimes Pérez





La codiciada orquídea mexicana. Abner Nájera Santes

# Vainilla, la célebre orquídea mexicana

**Rebeca Menchaca García** Investigadora del Centro de Investigaciones Tropicales (CITRO), Universidad Veracruzana  
rmenchaca@uv.mx

**H**istóricamente, la vainilla fue utilizada desde tiempos prehispánicos por los pueblos totonacas y aztecas como planta medicinal, ritual y en bebidas de cacao. Tras la Conquista, el cultivo fue llevado a todo el mundo, aunque hasta el siglo XIX, México fue el único productor y exportador de vainilla. En la actualidad, Madagascar e Indonesia son los primeros productores y nuestro país aporta sólo 1% de la producción mundial.

La producción de la vainilla a nivel nacional ha disminuido notablemente, debido tanto a la sequía como al aumento de la temperatura en las zonas tradicionales de cultivo. Por lo mismo, se ha desplazado hacia zonas de mayor altura con temperaturas más templadas. Además, el cultivo de

la vainilla se establece por medio de cortes de tallos, con plantas iguales genéticamente, que son clones entre sí, con muy poca variabilidad genética y susceptibles a plagas y enfermedades.

Cultivar vainilla es una actividad prácticamente artesanal y conlleva un proceso largo, que abarca desde su siembra, la floración, la cosecha y el secado, hasta su comercialización final. Al establecer el cultivo es necesario esperar en promedio tres años para tener una buena producción de flores; posteriormente, los productores las polinizan a mano, buscando cada día las flores abiertas durante el periodo de la floración. Una vez polinizadas las flores, es necesario esperar nueve meses para cosechar los frutos, a fin de que se desarrollen los elementos aromáticos y, de esa manera, se pueda obtener una mejor calidad

de la cosecha. Finalmente, los frutos cosechados son llevados a una etapa de secado o beneficiado, que consiste en exponerlos al sol en mantas de tela durante varios días, para fin de que suden hasta que puedan ser empaquetados al vacío para su comercialización.

Dada la demanda y la gran inversión en mano de obra, la vainilla beneficiada llegó a alcanzar en 2017 un precio de 600 dólares por kilo, equivalente al precio del kilo de la plata en ese mismo año. En 2021 su precio bajó hasta los 300 dólares. El alto valor agregado y el largo periodo de espera entre la floración y la cosecha representan un riesgo durante el que acontecen robos en los cultivos, muchos de los cuales terminan en la venta anticipada y clandestina de frutos de baja calidad.

Por otro lado, el uso de la vainilla sintética ha sido una amenaza para el consumo de la vainilla natural, ya que se trata de un sabor similar, procedente principalmente de desechos de celulosa. Aunque varios de estos extractos son nocivos para la salud, en el mercado se venden en grandes cantidades por ser de menor precio.

Si bien es cierto que México actualmente no aporta gran parte del volumen de la producción mundial, su calidad es reconocida como una de las mejores del mundo; de ahí que exista una gran

demanda que puede aprovecharse comercialmente.

En esa misma línea, debido a la forma de crecimiento como planta trepadora, la vainilla puede ser cultivada en agrosistemas, conservando así los árboles nativos y contribuyendo a la preservación de la fauna y flora locales. Todo ello posibilitaría acceder a la obtención de sellos verdes que podrían aportar un valor agregado al producto.

Así mismo, es importante la capacitación y organización de los productores que están esta-

bleciendo nuevos cultivos en zonas altas, para poder lograr una cosecha y un beneficiado más homogéneo con el fin de conservar la calidad de los frutos.

A pesar de que la especie de vainilla más comercializada es la *Vanilla planifolia*, es importante conservar y rescatar el uso de otras especies silvestres de México, las cuales pueden poseer material genético más tolerante a las condiciones ambientales que puedan presentarse a futuro. Una de estas especies es *Vanilla pompona*, la cual presenta una mayor resistencia a la sequía y a la enfermedad causada por el hongo *Fusarium* –que resulta devastadora para el cultivo–; además, tiene un sabor aceptado en la gastronomía y ha sido usada por la industria de la perfumería.

Una forma de rescatar las especies silvestres de vainilla son los bancos de germoplasma, ya sea en el campo o *in vitro*. En este último, las plantas con variedad genética se resguardan en recipientes de vidrio con el propósito de ser usadas posteriormente para establecer nuevos cultivos, o bien realizar hibridaciones que produzcan líneas resistentes a enfermedades o cambios ambientales.

Es necesario realizar acciones que difundan el uso de la vainilla natural, ya que sin lugar a dudas se trata de un producto que tiene muchas propiedades benéficas para la salud, en comparación con los productos sintéticos. Promover estas acciones ayudará a conservar esta orquídea originaria de México, ya que tenemos la responsabilidad de que el cultivo de la vainilla, reconocido por nuestros antepasados, permanezca para siempre. •

Flor de *Vanilla planifolia*. Abner Nájera Santes

La producción de la vainilla a nivel nacional ha disminuido notablemente, debido tanto a la sequía como al aumento de la temperatura en las zonas tradicionales de cultivo.





Planta de cacao. Nisao Ogata

## Cacao, una breve historia

**Nisao Ogata** Centro de Investigaciones Tropicales, Universidad Veracruzana [nogata@uv.mx](mailto:nogata@uv.mx)

**E**l cacao es una planta nativa de las selvas lluviosas de América que prospera entre los trópicos de Cáncer y Capricornio. Era utilizado como bebida en Sudamérica desde hace unos 5,500 años en lo que hoy es Ecuador, mientras que en Mesoamérica se consumía desde hace unos 3,800 años. La especie tiene una larga distribución natural desde la Amazonía (en el actual Perú, Ecuador, Colombia, Venezuela, Brasil, las Guyanas y Surinam), hasta el sureste de México.

Si nos atenemos a la forma de los frutos, el cacao presenta un *continuum* que va desde formas redondas con superficies casi lisas y surcos apenas aparentes, hasta ovoides, como un balón de fútbol americano, con surcos muy pronunciados y superficies rugosas. Estos últimos, llamados “cacao criollo”, se distribuyen naturalmente desde las selvas venezolanas hasta Mesoamérica y se distinguen por su exquisito aroma y sabor.

La diversidad de formas de frutos que actualmente vemos en el sureste de México se debe a la introducción y mezcla de variedades de cacao casi redondas (conocidas como “forasteros”), traídas recientemente de Sudamérica, con los “criollos mexicanos”, para elevar la producción del grano (no la calidad, pues en general el aroma y sabor de los forasteros son muy inferiores a las de los criollos). No obstante, hay variedades del cacao forastero en Mesoamérica desde antes de la llegada de los europeos, debido al intercambio entre lo que hoy es Ecuador y el Soconusco.

El cacao fue esencial en la vida social, religiosa y económica de las distintas culturas de Mesoamérica. Se cultivó prácticamente desde el sur de Michoacán a Nicaragua y de Honduras al norte de Veracruz. Era una semilla sagrada, medicinal, utilizada como moneda y como bebida muy apreciada por las élites. Constituía un elemento de identidad cultural, con una influencia tan poderosa que entre 1000-1125 dC, lo bebían indígenas

de la cultura Chaco, en el noroeste de lo que hoy es Nuevo México, Estados Unidos.

En Mesoamérica se generó un profundo conocimiento alrededor del “cacaotal”, uno de los inventos más importantes realizado en el Continente Occidental. El cacaotal representa una forma no occidental de relación entre los seres humanos y la naturaleza. Es un sistema diseñado para la reproducción de la vida, resultado de una cuidadosa observación, experimentación y manejo no sólo de las plantas de cacao, sino de la selva misma.

Las formas prehispánicas de producción eran las mismas que aún utilizan muchos campesinos/

as, pero en lugar de producir a gran escala para el mercado, se producía sobre todo para el consumo local. El pequeño excedente se comercializaba en las áreas no productoras; para quienes lo importaban era un lujo.

Las bebidas de cacao en Europa provocaron una contradicción ideológica colonial. Se asumía que los colonizadores llevaban la “civilización” a los “bárbaros”, no al contrario. Con el cacao, los europeos internalizaron la estética mesoamericana, asimilaron e imitaron las formas, utensilios y hasta el contexto para consumir lo que ellos mismos llamaron “chocolate” (no existen registros prehispánicos para referirse con esa palabra a las bebidas de cacao).

Los europeos establecieron plantaciones en sus colonias y transformaron el cacaotal original en un cultivo a sol, un sistema depredador que deforesta grandes

extensiones de selva y aplica enormes cantidades de fertilizantes y plaguicidas, que contaminan tierras, mantos freáticos y enferman a las comunidades locales.

Esta modalidad de cacaotal se convirtió en un sistema de reproducción de muerte, donde los campesinos/as sobreviven en condiciones miserables. Países como Costa de Marfil y Ghana (principales productores a nivel mundial), en los últimos 30 años han perdido alrededor del 90% y 65% de la cobertura vegetal, respectivamente, y los campesinos/as apenas sobreviven con un dólar al día.

En Latinoamérica, las plantaciones de cacao a sol o casi a sol siguen aumentando, junto al empobrecimiento de los productores. En México, además, proliferan escuelas de campo que impulsan esquemas de producción empresarial para que el productor “vea” cada árbol de cacao como un trabajador del cual “hay que obtener el mayor rendimiento”. Ofrecen quimeras con el ya conocido “échenle ganas” para aumentar los ingresos que, en los hechos, sólo reciben unos cuantos. La investigación está orientada principalmente a incrementar la producción para abastecer a la industria chocolatera, y para encubrir su compromiso con la industria, el investigador se presenta como neutral, objetivo, ajeno a las condiciones sociales, interesado únicamente en estudiar a la naturaleza. En este sentido, debería ser una prioridad nacional decolonizar la investigación, escuchar y aprender de quienes aún tienen el conocimiento del cacaotal como un sistema de reproducción de vida, para aplicarlo en las plantaciones de cacao. Sobre todo, no olvidar que, a pesar de todo, son esos Otros, quienes aún hoy conforman la columna vertebral desde donde la industria del chocolate, en 2023, generó alrededor de 206 mil millones de dólares, que espera aumentar a 263 mil millones de dólares en 2030. •

**El cacao fue esencial en la vida social, religiosa y económica de las distintas culturas de Mesoamérica. Se cultivó prácticamente desde el sur de Michoacán a Nicaragua y de Honduras al norte de Veracruz.**



Frutos. Nisao Ogata



# Otros alimentos mexicanos que conquistan el sabor del mundo



Jícama, Códice Florentino, Libro 1, folio 128r.

**Isaura Cecilia García López** Doctora en antropología social, investigadora de la Facultad de Filosofía y Letras de la BUAP  
isaura.garcia@correo.buap.mx

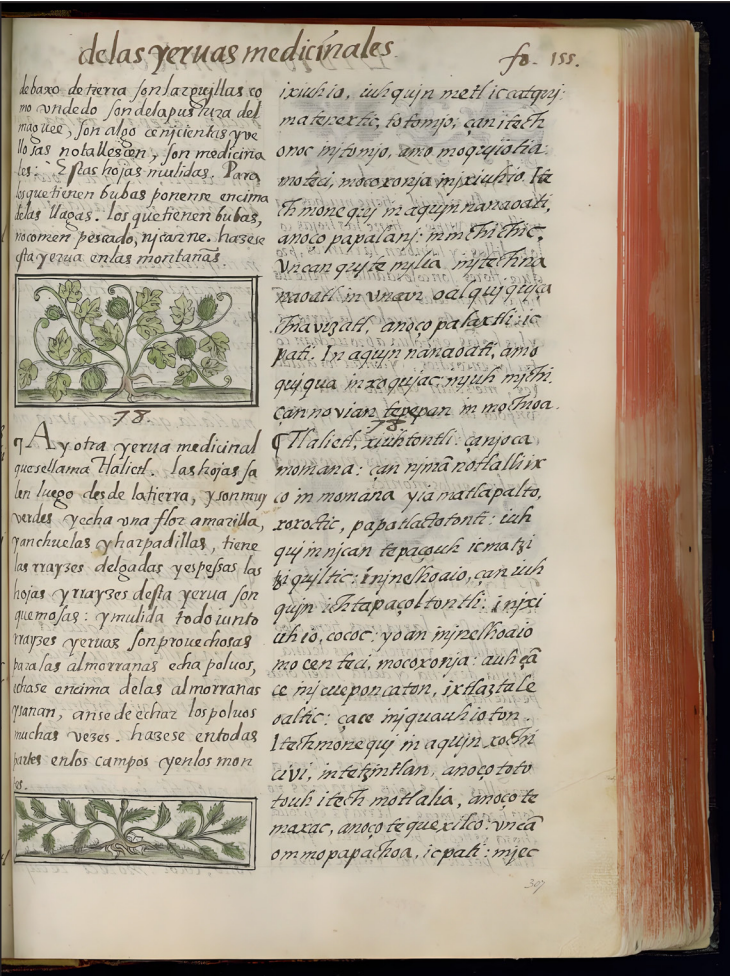
El territorio mexicano ha destacado en el mundo por sus aportes inigualables, como las chinampas, el policultivo milpa, la nixtamalización, por su relación biocultural con la naturaleza y, sobre todo, por productos como el cacao, el amaranto, la calabaza, la piña, el jitomate, los nopales, el aguacate, la vainilla, etcétera. Cada re-

gión tiene su propia riqueza en alimentos endémicos, diversidad ecológica todavía conservada. Aquí abrimos un espacio para incluir otros frutos, raíces y semillas que también están conquistando el mundo (o podrían hacerlo en un futuro) por su sabor, como la guayaba, el tejocote, el mamey, la guanábana, la chirimoya, el zapote negro y blanco, el chicozapote, la jícama, el chayote y su

raíz, el chayotestle. Incluso podríamos mencionar otras plantas. Por ejemplo, podemos apuntar a las tunas, las pitayas y las pitahayas, entre las cactáceas; asimismo, están el tomate verde (también llamado tomatillo) y su similar el cuatomate de la región mixteca, la pimienta gorda, los guajes y la chía, además de una gran riqueza entre quelites y verduras. Detengámonos en algunos de ellos para examinar su origen, propiedades, usos culinarios y su importancia nutricia. La guayaba, originaria del territorio mesoamericano, envuelve en su nombre una fruta de olor, sabor y textura inigualable. Las hay tanto silvestres como cultivadas en huertos en climas tropicales, ya sean verdes, blancas, rosas o amarillas. De sabor intenso agri dulce, con pulpa jugosa y suave, se consume en jugos, jaleas, conservas, mermeladas, postres, aguas frescas. Cuando se le encuentra silvestre como la tlahuauca, guayabilla verde originaria de la montaña de Guerrero, es ácida; recolectada en agosto y septiembre, se utiliza para elaborar atoles, conservas, ates, paletas y salsas. También se consume con sal y chile en polvo, y puede llegar a conservarse en refrigeración hasta dos años.

De acuerdo con la Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad, sus propiedades más importantes son el uso como fruta, en virtud de que tiene hasta 871 miligramos de vitamina C por cada 100 gramos, el doble de lo que hay en una naranja; contiene, además, vitamina A, fibra, hierro, calcio y fósforo. Sus hojas se utilizan en tés medicinales, para combatir la sarna o la curación de heridas; pueden contribuir a disminuir la inflamación de vientre y piernas, debido a que la planta tiene altas

nosa y jugosa, con un sabor dulce ligeramente ácido, que resguarda sus semillas negras. Su árbol puede producir hasta 400 frutos. De la guanábana se extrae principalmente su pulpa para exportarla congelada. Con ella se elaboran paletas, helados, jugos, licores y también se consume fresca. De su árbol se pueden aprovechar las hojas, las flores, el tallo, la corteza y las raíces. Sus hojas se utilizan con fines medicinales contra el insomnio, el sistema nervioso o para aliviar los efectos del resfriado; contiene antioxidantes, flavonoides y polifenoles, además de radicales libres que favorecen el sistema inmunológico y digestivo; por ello, podría tener un alto potencial anticancerígeno, si bien faltan estudios que profundicen en estas propiedades. Para cerrar, es pertinente señalar la riqueza de las raíces. Por ejemplo, el chayotestle, que es la raíz del chayote y del cual se consumen frutos y guías. O la jícama, del náhuatl *xicamatl*, que es una raíz vegetal muy nutritiva de sabor dulce, blanca y muy jugosa, originaria de México y que fue llevada a Filipinas por los españoles. Es una enredadera parecida a la del frijol, pero sólo se consume la raíz. Cuenta con altas propiedades antioxidantes, de alto contenido en fibra, potasio, calcio y otros minerales, de bajo contenido calórico, con múltiples beneficios para la salud, específicamente para la digestión. De estructura crujiente, fresca y sabor delicioso, actualmente se encuentra en América, Asia y África. •



Chayote, Códice Florentino, Libro 11, folio 155r.



Guanábana. Freepik



Guayaba. Freepik





Mural Ladxidó, las entrañas y la milpa (2024), de la artista visual zapoteca Ana Xhopa, en el Auditorio Álvaro Carrillo, Universidad Autónoma de Chapingo.

## La dieta neoliberal y el fin de la diversidad

**Alejandro Calvillo** Director de El Poder del Consumidor  
direccion@elpoderdelconsumidor.org

**M**éxico es diversidad. Tanto biológica como culturalmente, el territorio nacional es una de las expresiones mundiales más ricas en diversidad. En México existen 68 pueblos indígenas y su territorio alberga una gran riqueza de ecosistemas, de tal manera que el país ocupa el cuarto lugar mundial en biodiversidad. La suma de esta extraordinaria diversidad cultural y biológica ha dado como resultado una enorme y excepcional diversidad gastronómica, una cocina que es reconocida como Patrimonio Cultural Intangible de la Humanidad desde 2010.

A lo anterior se suma que México es centro de origen de muy diversos cultivos que se han convertido en esenciales para la dieta en otras regiones del mundo. Entre estos cultivos destacan: el maíz, que es el cereal más cultivado en el mundo, domesticado en esta región hace 9 mil años; el frijol, hermano del maíz, que al combinarse entre ambos brinda una muy buena proteína; la calabaza, cultivada tradicionalmente en la milpa junto con el maíz y el frijol; el jitomate, que pasó a ser fundamental en la dieta mediterránea; el cacao, base del chocolate, consumido actualmente en todo el mundo; el chile, la vainilla, entre muchos otros.

El mayor atentado que hemos vivido contra esta diversidad culinaria, contra esta independencia cultural y económica radicada en la dieta, surge tras la Segunda Guerra Mundial, con la invasión de los comestibles ultraprocesados a escala global. Aunque las grandes corporaciones de los ultraprocesados comenzaron a fundarse

a fines del siglo XIX y principios del XX, con la conservación de alimentos, enlatado y refrigeración, no es hasta la década de 1950 que se da su expansión global. Esta expansión global se da impulsada por la mayor red de distribución comercial internacional, acompañada de campañas multimillonarias de publicidad, nunca antes vistas, utilizando los emergentes medios de comunicación de masas: la televisión y la radio. La publicidad entrando al interior de los hogares.

Esta expansión de los comestibles ultraprocesados ocurre durante los años cincuenta y sesenta del siglo pasado, pero se vuelve explosiva con la llegada del neoliberalismo, que abre los mercados nacionales, sin ningún límite, a las grandes corporaciones, a tal grado que un puñado reducido de corporaciones comienza a imponer sus marcas y productos en todos los rincones del planeta. La diversidad se pierde y se profundiza la homogenización. Se encuentran los mismos productos, desde Sabritas hasta Coca Cola, tanto en una comunidad mixe en Oaxaca, como en una aldea en el Tibet.

**En México existen 68 pueblos indígenas y su territorio alberga una gran riqueza de ecosistemas, de tal manera que el país ocupa el cuarto lugar mundial en biodiversidad.**

Gran parte de los comestibles, de los productos ingeridos por la humanidad en su conjunto, han pasado a ser controlados por un puñado de inmensas corporaciones globales: Nestlé, Coca Cola, PepsiCo, Unilever, Mondelez, Kellogg's (ahora Kellanova), Danone, Mars, Kraft Heinz...

La explosión de los ultraprocesados se da con el neoliberalismo encabezado por Margaret Thatcher (1979-1990) en el Reino Unido y por Ronald Reagan (1981-1989) en Estados Unidos. No es de extrañar que en ambos gobiernos se haya presentado un acelerado aumento del sobrepeso y la obesi-

dad, que los expertos identifican como la "neoliberal epidemic". Se retiraron los programas de apoyo en alimentación escolar, se dieron marcha atrás a condiciones laborales alcanzadas, se abrió el mercado a la invasión de las cadenas de comida rápida, aumentaron el tamaño de las raciones de bebidas y ultraprocesados. El Estado dejó gran parte del espacio a las corporaciones.

La nueva dieta neoliberal, la dieta corporativa, está basada en alimentos con altas cantidades de azúcares y endulzantes, de grasas y sal, además de una miríada de ingredientes sintéticos: colorantes, saborizantes, aromatizantes, conservadores, espesantes, acidulantes, texturizantes, etc., muchos de ellos derivados del petróleo. Fue así como los alimentos se sustituyeron, en gran medida, por productos comestibles ultraprocesados, cuya función no es alimentar sino ser hiperpalatables para venderse más y generar mayores ganancias. Sin embargo, esta situación llegó demasiado lejos, y la voracidad de las corporaciones, en la lógica del capitalismo salvaje de ganar y seguir ganando sin importar los daños, ha alcanzado su límite.

Los daños causados por la dieta corporativa-neoliberal son actualmente una de las mayores amenazas a la salud de la población, a tal grado que la Organización Mundial de la Salud ha llamado a los gobiernos al retiro de la publicidad de estos productos a la que se ve expuesta la infancia; al retiro de estos productos de las escuelas; al establecimiento de etiquetados de advertencia y, recientemente, a la imposición de altos impuestos a las bebidas azucaradas. A esta recomendación de altos impuestos a las bebidas azucaradas, que también incluye al tabaco y el alcohol, se han sumado organismos financieros que no acostumbran proponer políticas que pudieran afectar a grandes corporaciones. El Banco Mundial y la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos se han sumado a esta demanda de incremento de impuestos por una sola razón: los recursos públicos no son ni serán suficientes para enfrentar los daños que generan estos productos, reconociendo que las corporaciones que los introducen al mercado se llevan enormes ganancias.

Todas estas medidas deben ir acompañadas de la revaloración de los alimentos de la región y las dietas tradicionales, de políticas agroecológicas que les den sustento, del fortalecimiento de los mercados locales y las cadenas cortas. Es decir, una visión alimentaria que integre las políticas en materia de agricultura, medio ambiente, educación, economía y salud, como lo plantea ya la Ley General de Alimentación Adecuada y Sustentable, de la cual es urgente publicar su reglamento. •



Planeta ultraprocesado. Actúa por la Salud y Alianza por la Salud Alimentaria.



Radiografía Oxxo. El Poder del Consumidor



## RESEÑA DEL LIBRO

# México en la mesa

**Julietta Ponce** Directora del Centro de Orientación Alimentaria, *julietta.poncesan@gmail.com*

**Guillermo Bermúdez y Martha Elena García, *México en la mesa. Diez alimentos que conquistaron el mundo*, Ed. Debate, 2025, 334 pp.**

**M**éxico en la mesa es un tesoro literario donde se describen a diez alimentos originarios de este suelo, sus travesías en la historia, desafíos y algunas alternativas esperanzadoras de futuro. El texto parte de la problemática central de la transición dietética derivada del abandono de alimentos tradicionales, sustituidos en la actualidad por alternativas que responden a modelos comerciales de producción y a las demandas mercantiles, pero que dejan atrás la necesidad de alimentos sanos y sustentables.

La obra cuenta los indignantes efectos sociales del racismo y clasismo alimentario. Se inscribe en el debate actual de satisfacer el hambre a toda costa o recuperar de manera estratégica la comida ancestral saludable, con todas sus consecuencias. Martha y Guillermo colocan de forma prodigiosa la urgencia de abrazar nuestra historia, apuntalar el orgullo y atrevernos a cambiar el rumbo alimentario de una vez por todas.

En el prólogo, Víctor Toledo plantea con precisión técnica las contradicciones del modelo de producción y consumo actual. Luego, el libro despliega el contenido en once capítulos. Arranca con un análisis crítico del problema donde estamos ahora y en adelante profundiza en la transición dietética, con minuciosas descripciones históricas y anecdóticas de una decena de alimentos mexicanos, uno por capítulo.

El recorrido parte del reconocer la capacidad mexicana para generar comida rica, saludable y sustentable. Aparecen en los siguientes capítulos maíz, frijol y calabaza. La argumentación de la identidad milpera en México y la paradoja de ser centro de origen y, al mismo tiempo, comer comestibles procesados de la peor calidad. Destaca el llamado de atención sobre la pasividad frente a la crisis de perder maíces nativos y tortillas de calidad, mientras se consumen productos con maíz ultraprocesado. Le siguen los frijoles, que a pesar de su grandeza, han sido víctimas de la peor discriminación alimentaria y, por ende, su triste caída en las preferencias del consumo nacional. Respecto a la calabaza, se muestran datos sorprendentes y

de ellas por consumir en su mayoría sólo una variedad comercial del jitomate.

El guajolote tiene un apartado especial para la presencia animal en la milpa, con la fascinante historia de su domesticación en tierras mexicanas. Un manjar luego extraviado y encontrado como protagonista en mesas extranjeras en forma de pavo.

Le siguen el aguacate, el delicado “oro verde” con toda su potencia nutricional, arrastrado por fuertes contradicciones ambientales y mercantiles, y luego la papaya, menospreciada frente a otras frutas y bajo amenaza

constante de manipulación transgénica, derivada de la obsesión por “limpiar” su piel y emparejar el mercado.

Cierra la dupla más aromática y perfecta: vainilla y chocolate. Se describe la “estafa olfativa” por las vanas imitaciones de la majestuosa vainilla mexicana, otrora elixir, perfume y remedio, hoy presa de la biopiratería. Al final aparece el chocolate, que pasó de “alimento para dioses” a producto chatarra, sin olvidar la esclavitud y explotación entreverados en su historia.

Esta obra de divulgación e investigación destaca por su metodología, enfoque y lenguaje. Además de estar ampliamente documentada, integra el conocimiento científico, empírico y sociocultural; lleno de anécdotas, citas, saberes ancestrales, notas de campo, recetas de familia, relatos

**Esta obra de divulgación e investigación destaca por su metodología, enfoque y lenguaje.**

y datos curiosos. Todo con un extraordinario sentido del humor, sin dejar de lado el análisis crítico. Es de esas lecturas que –como un buen majar– no quieres que termine.

El valor metodológico es destacable. Primero, la cuidadosa selección de diez alimentos originarios; luego, el tratamiento de los ingredientes como personajes entrañables, viajeros con sus propias historias, retos y victorias, es clave para experimentar una conexión emocional, necesaria para comprender lo profundo del problema y encontrar rutas de solución. En cada capítulo hay tramos dolorosos y otros provocan indignación, ambos necesarios para que algo cambie.

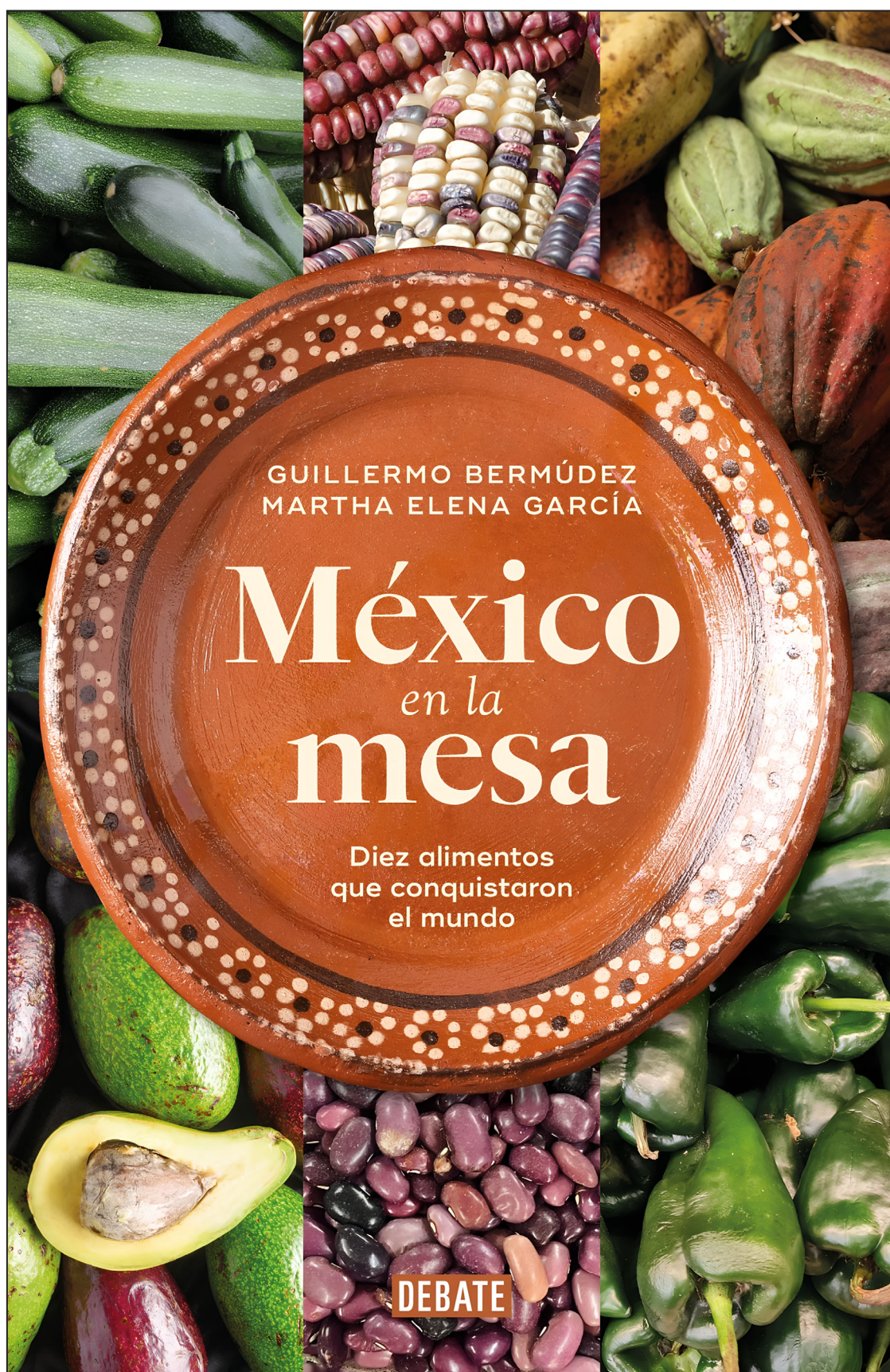
Las precisiones históricas, lingüísticas, de producción y consumo son una fortaleza para argumentar la herencia alimentaria del pueblo mexicano.

El libro hace una crítica atinada sobre la reducción en la variedad, no sólo de la dieta, sino de las variedades de un mismo alimento. Además, integra al análisis el “racismo y clasismo” en la alimentación para reconstruir la soberanía alimentaria sin renunciar al placer de comer. Y catapulta la confianza para reducir la dependencia de la industria agroalimentaria y reflexionar sobre nuestra forma de consumir en casa.

Considero pertinente leerlo en el contexto del análisis geopolítico, el cambio climático y la posibilidad de colocar la alimentación originaria como medicina preventiva. Encuentro aquí una fuerte denuncia social, pero llena de esperanza. Sobre todo, se agradece el llamado a actuar de forma inmediata para volver a poner en la mesa variedades originarias, y a formular nuevas y frescas políticas públicas.

Recomiendo este libro a comensales, amantes de la construcción de sabores, especialistas en alimentación, nutrición y cocina; a colectivos y activistas del derecho a la alimentación para animar las luchas colectivas por la soberanía. Debería tener una difusión masiva e integrarlo como base en la hechura de las políticas públicas agroalimentarias, así como en universidades e investigaciones futuras.

Esta obra es un argumento para el rescate de lo nuestro, apropiarnos de la herencia y ponerla de nuevo en la mesa, por estas y las generaciones venideras. •







Caminando sobre cenizas. Ana Belén Castillo Pérez

# Entre bosques y cenizas. Incendios forestales en Tlaxcala

Ana Belén Castillo Pérez Licenciatura Antropología Universidad Autónoma de Tlaxcala



Donde el bosque ardió. Ana Belén Castillo Pérez

La lógica del capital rompe el metabolismo entre ser humano y la naturaleza. John Bellamy Foster, *La ecología de Marx* (2000)

El 15 de abril de 2025, Tlaxcala sufrió devastadores incendios forestales en diversos puntos de su territorio. Fueron originados principalmente por quemaduras agrícolas descontroladas y la ausencia de regulación efectiva. Brigadistas voluntarios, habitantes del municipio de Atltzayanca y autoridades locales vieron frente a sí la destrucción de más de 700 hectáreas de bosque que provocó no solo pérdidas ecológicas, sino también culturales y sociales. Frente a la crisis y la preocupación comunitaria, emergieron la solidaridad y la autogestión, destacando la importancia del bosque como reservorio natural y como territorio ancestral. Parte de la respuesta social fue la articulación de los esfuerzos de las comunidades y voluntarios, mostrando la necesidad urgente de fortalecer la organización local, así como la capacitación para la prevención y el combate de incendios.

Además, los incendios revelaron la tensión entre la explotación de recursos, la tala y clandestina, y la defensa del territorio, mostrando que los incendios no son fenómenos naturales aislados, sino expresiones concretas de las contradicciones del capitalismo sobre los bienes comunes. También implicaron una afectación directa debido a la contaminación de aire, pérdida de hábitat y de biodiversidad. Los incendios arrasaron ecosistemas en los que habitan especies endémicas y emblemáticas como el teporingo (*Romerolagus diazi*), un conejo en peligro de extinción adaptado a zonas de alta montaña; aves como el colibrí tlaxcalteca (*Calothorax lucifer*) y el zorzal mexicano (*Turdus rufopalliatu*), así como plantas nativas de alto valor ecológico y cultural, como el oyamel (*Abies religiosa*), el pino ayacahuite (*Pinus ayacahuite*) y el encino negro (*Quercus rugosa*).

Las comunidades afectadas, principalmente de origen indígena nahua y otomí, mantienen una profunda relación espiritual y económica con estos bosques, considerándolos territorios ancestrales y espacios de vida.

Frente a esta situación crítica, surgieron respuestas solidarias por parte de brigadistas, habitantes de las comunidades afectadas, médicos veterinarios y voluntarios independientes, quienes se organizaron para combatir el fuego, proteger el ecosistema y atender a los animales silvestres heridos.

En esta región, ejidatarios y pequeños propietarios de predios particulares tienen un aprovechamiento del bosque que se divide en maderable, no maderable y clandestino. Este último se considera minoría. El primero se destina a la carpintería, producción de papeles, artesanía, productor y herramientas. El segundo requiere permisos, supervisiones puesto que son amplias variedades de bienes del bosque. Los brigadistas entrevistados dan cuenta de la quemazón que llegó a los más de 90 mil árboles que habían plantado en grupos el año anterior, por lo cual se evidencia la necesidad de capacitación local para prevención forestal y quizás sumar también a los niños por medio de las escuelas de la localidad. Se señala la necesidad de una coordinación transversal entre comunidades y brigadas comunitarias.

Al inicio no hubo una respuesta inmediata por parte del municipio, ya que el incendio comenzó cerca de los límites con Libres, Puebla, y no se asumió como una responsabilidad directa del Ayuntamiento. Fueron los habitantes quienes primero se organizaron para enfrentar el fuego, y más tarde el municipio buscó apoyo entre sus comunidades y el gobierno estatal.

Además de que se perdió una gran parte del bosque del municipio, también se afectaron zonas de cultivo de piñón y algunas viviendas. El incendio mostró la falta de comunicación y organización entre autoridades ejidales, municipales y estatales. Desde su mirada, si la respuesta del gobierno hubiera sido inmediata, el incendio podría haberse contenido con menos daños.

Finalmente, mencionó que la tala clandestina es un problema constante en la zona, con camiones cargando troncos a plena luz del día. Se dice que algunos permisos son legítimos, pero no hay control ni protección clara para el bosque, lo que ha generado desconfianza entre la población.

La devastación del bosque representa la ruptura del metabolismo socio ecológico y la emergencia de las adversidades demandan reconsiderar modelos de desarrollo y de gobernanza. Frente a estos conflictos, la autogestión de las comunidades y el papel activo de las distintas instancias y voluntarios demuestran que la crisis del territorio frente a desastres siconaturales exigen repensar los modelos de gestión territorial. Frente a estos conflictos, la autogestión de las comunidades y el papel activo de brigadistas y voluntarios demuestran que la defensa del territorio puede articularse como un proyecto colectivo en defensa de la vida. •

Frente a la crisis y la preocupación comunitaria, emergieron la solidaridad y la autogestión.



# Pedro Páramo y el cine



El largometraje *Pedro Páramo* marca el debut como director de Rodrigo Prieto, uno de los directores de fotografía más reconocidos a nivel mundial. Netflix

Julio Moguel

Juan Rulfo, el mejor escritor mexicano de todos los tiempos, referente de la literatura universal de la mayor altura, falleció el 7 de enero de 1986: 39 años atrás.

Su sostenido y permanente renacer –en nuevas traducciones, ensayos, libros, películas– emana simple y llanamente de su propia obra, pues a lo largo de su historia literaria (iniciada con una significativa fuerza volcánica entre 1953 –con *El Llano en llamas*– y 1955 –con *Pedro Páramo*–, no ha necesitado las muletas de apoyos estatales que, en conocido contrapunto, utilizaron algunos escritores mexicanos para encumbrarse en el espacio literario nacional y mundial.

Para recordarlo ahora, en sus 39 años de ausencia, sólo quisiera referirme a un aspecto o trayecto de su ya mencionado eterno renacer expansivo, referido a la reciente puesta en cine de su novela de mayor altura (aunque no pocos méritos deben darse a su novela posterior, *El gallo de oro*), *Pedro Páramo*.

Pedro Páramo había sido considerada por diversos escritores –críticos literarios y de cine– como una obra “imposible” para una buena adaptación a la “pantalla grande”. Y acaso confirmaron en

parte su opinión o su sospecha cuando vieron la versión de Carlos Velo, obra estrenada en 1966 y armada con la participación de grandes personalidades (en la actuación, fotografía, producción cinematográfica o en la pluma) como las de Carlos Fuentes, Barbachano Ponce, Pilar Pellicer, John Gavin, Ignacio López Tarso, Gabriel Figueroa, Claudia Millán o García Döring.

Las limitaciones del film fueron identificadas en un momento dado en varios de sus ángulos por el mismo Carlos Velo, quien, palabras más, palabras menos, señaló que su propio guión, armado durante tres años, habría sido “considerado” muy largo por algunos de los participantes del equipo generador, por lo que lo tuvo que “recortar” con consecuencias negativas en la armazón de la obra. Pero no fueron pocas las voces y las plumas que, sin dejar de reconocer que el “producto” era “bueno”, y “excelente” incluso en no pocos de sus plásticos y refinados fragmentos, tenía serios “problemas” para ser considerada –como se esperaba– una obra maestra.

Acaso valga, como muestra de botón, señalar un simple y llano error de ingrata significación: John Gavin, actor estadounidense de perfil holywoodiano, NO podía

–como no lo hizo– representar “en buenos forma” a figura-eje de la historia: la del dueño y amo de la Media Luna y de Comala.

No nos detendremos en otros aspectos relativos a esta primera experiencia de traslación de la letra a la imagen de cine dirigida por Velo, dada la dictadura del espacio y la enorme lista de “peros” y sinsabores de los que habría que ocuparse en el “cotejo”.

Tampoco visitaremos en este espacio la versión al cine de la novela en cuestión realizada por José Bolaños (1976; 1978), en variantes que, en mi opinión (recojo, creo, una opinión bastante generalizada), no estuvieron por encima de la malograda película de Velo.

III

*Pedro Páramo*, la película dirigida por Rodrigo Prieto (Netflix, 2024), sin ser ajena sin duda a algunos aportes artísticos de las películas anteriores ya mencionadas, debe ser considerada en definitiva como harina de otro costal.

Digamos primero, para el lector que desconozca el hecho, que Prieto tiene ya una larga trayectoria en el mundo cinematográfico, con nominaciones al Oscar y méritos destacables en su participación en películas de Martin Scorsese, Angel Lee y Alejandro González Iñárritu (acompañando a este último en la puesta en pantalla de *Amores Perros* (2000).

El reto autoimpuesto de transferir la gran novela de Rulfo al campo cinematográfico partió, en Prieto, de una buena lectura y relecturas de la(s) obra(s) del escritor jalisciense, tanto como de lecturas –y entrevistas– de crítica literaria labradas por importantes conocedores profundos del conjunto de la obra de Rulfo.

Tal conocimiento se refleja con distinguida notoriedad en el tejido textual de la película –voces en off, ruidos y murmullos o diálogos diversos–, así como en la espléndida escenografía de un espacio-tiempo que sólo un ojo maestro es capaz de captar y “realizar”. Se suma a ello la talentosa participación de los actores, quienes –no cabe duda– juegan su papel en representaciones que hacen llegar al espectador directamente y sin respiro al mundo o submundo mágico de Comala dibujado por Rulfo.

La actuación de Manuel García-Rulfo como el gran mandamás de La Media Luna –y de Comala– se despliega con suficiencia y naturalidad, sumándose a las excelentes actuaciones de Tenoch Huerta como Juan Preciado, Héctor Kotsifakis como Fulgor Sedano, Roberto Sosa como el padre Rentería o Ilse Salas como Susana San Juan.

En suma, la película *Pedro Páramo* dirigida por Rodrigo Prieto logra llegar a la altura de excelsitud que pocos creyeron durante años que era posible alcanzar, mostrando por lo demás que Rulfo puede ser leído y releído en letra o en ima-

gen por la gran calidad artística de su obra, eterna en sus posibilidades expresivas tanto en México como en cualquier otro lugar.

IV (incluye spoilers)

En una especie de colofón, y de manera en extremo abreviada, sin pretender quitar mérito a la película, sólo quisiéramos señalar algunos puntos que, creemos, hubieran podido hacer una migración más feliz del libro de Rulfo a su expresión cinematográfica, dentro del cuadro de dimensiones artísticas logradas por Rodrigo Prieto. Como apunte:

1. Acaso faltó explotar un poco más el hecho de que Rulfo armó su novela en no pocas partes desde una visión justamente cinematográfica. Algunas escenas que en la letra tienen claramente ese sello no están incorporadas al film.
2. No se registra con suficiencia, en el film de Prieto, el papel que juegan los pájaros (los cuervos, por ejemplo, en especial) en al menos dos escenas. Una de ellas central: cuando el cuar, cuar de los cuervos se burla de la prepotencia de Fulgor Sedano cuando llueve y da de beber a las magníficas siembras a venir. (El tema, en breve, remite a la manera en que Rulfo “liga” en varias de las escenas “naturaleza” y “hombre”).
3. No es posible en este espacio extenderse en el punto, pero el tartamudo que informa a Páramo de la muerte de su hijo no puede desaparecer del mapa: la tartamudez en este caso es un recurso literario decisivo para quitarle “densidad formal-retórica” al anuncio de la muerte de Miguel (Páramo).
4. Y, acaso más importante aún: Pedro Páramo NO muere acuchillado por Abundio. Se derrumba por su propia historia y por su propio peso, “como un montón de piedras”. •

\* Texto publicado originalmente en <https://www.parpado.mx/post/pedro-p%C3%A1ramo-y-el-cine> y con autorización del autor.

**Pedro Páramo, la película dirigida por Rodrigo Prieto (Netflix, 2024), sin ser ajena sin duda a algunos aportes artísticos de las películas anteriores ya mencionadas, debe ser considerada en definitiva como harina de otro costal. Digamos primero, para el lector que desconozca el hecho, que Prieto tiene ya una larga trayectoria en el mundo cinematográfico, con nominaciones al Oscar y méritos destacables en su participación en películas de Martin Scorsese, Angel Lee y Alejandro González Iñárritu (acompañando a este último en la puesta en pantalla de *Amores Perros* (2000).**