



Artículo

Antropología y seguridad alimentaria en Ocozocoautla, Chiapas: análisis cultural, político y social a través de las prácticas alimentarias

Food Security in Ocozocoautla, Chiapas: Cultural, Political and Social Analysis through Food Practices

Jorge Alberto Esponda Pérez*

Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas Ciudad Universitaria, Libramiento Norte Poniente núm. 1150, colonia Lajas Maciel, C.P. 29039, Tuxtla Gutiérrez, Chiapas, México.

Sergio Mario Galindo Ramírez**

Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas Ciudad Universitaria, Libramiento Norte Poniente núm. 1150, colonia Lajas Maciel, C.P. 29039, Tuxtla Gutiérrez, Chiapas, México. Investigador independiente. Ciudad de México.

Recibido el 13 de noviembre de 2022; aceptado el 4 de junio de 2024; puesto en línea el 28 de junio de 2024.

Resumen

La cultura alimentaria desempeña un papel crucial en la nutrición, la sostenibilidad y la identidad de las comunidades. La identidad se construye a través de las relaciones sociales, los conocimientos, los arraigos ancestrales y el patrimonio gastronómico. En este contexto, el objetivo es identificar los ingredientes y preparaciones culinarias zoques, tomando como muestra a los habitantes del municipio de Ocozocoautla. Estos habitantes han logrado preservar su cultura alimentaria a pesar de diversas adversidades económicas, pandemias y problemas políticos, manteniendo vivas sus tradiciones, como el Carnaval Zoque Coiteco. Este artículo presenta un análisis basado en un estudio etnográfico sobre alimentación y prácticas culinarias, explorando la relación entre tradiciones y conocimientos sociales, y su convergencia con temas de política y seguridad alimentaria.

Palabras claves: sociedad zoque, identidad, carnaval, técnicas ancestrales, cocineras tradicionales

Keywords: Zoque society, identity, Carnival, ancestral techniques, traditional cooks

Abstract

Food culture plays a crucial role in the nutrition, sustainability, and identity of communities. Identity is constructed through social relationships, knowledge, ancestral roots, and gastronomic heritage. In this context, the objective is to identify the ingredients and culinary preparations of the Zoque people, focusing on the inhabitants of the municipality of Ocozocoautla. These inhabitants have managed to preserve their food culture despite various economic adversities, pandemics, and political issues, keeping their traditions alive, such as the Zoque Coiteco Carnival. This article presents an analysis based on an ethnographic study of food and culinary practices, exploring the relationship between traditions and social knowledge, and their convergence with political and food security issues.

*jorge.esponda@unicach.mx ORCID <https://orcid.org/0000-0002-6821-5361>

**sergio.galindo@unicach.mx ORCID <https://orcid.org/0000-0001-8099-011X>

DOI: 10.22201/iiia.24486221e.2024.58.1.83934

ISSN: 0185-1225/ Universidad Nacional Autónoma de México, Instituto de Investigaciones Antropológicas. Éste es un artículo Open Access bajo la licencia CC-BY-NC 4.0 DEED (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

Antropología de alimentación

La antropología demuestra que nuestras prácticas alimentarias son culturalmente específicas. Una extensa literatura ha enfatizado que muchos grupos tienen diferentes percepciones sobre la etiología del hambre o la desnutrición, más allá de la simple escasez de alimentos. No es suficiente proporcionar alimentos únicamente en términos de calorías y macronutrientes determinados por estudios empíricos que abordan la desnutrición desde una perspectiva universal (Conde-Caballero *et al.* 2021).

Para Licona Valencia *et al.* (2019) la antropología de la alimentación considera que un sistema alimentario se conforma de la recolección, la producción, el intercambio y el comercio, la transportación, la transformación, y la preparación de alimentos; así como del uso de técnicas de almacenamiento, conservación y fuentes de energía.

La antropología de la alimentación se dedica a recuperar e interpretar la gastronomía de los pueblos como una expresión cultural y en sus diversas modalidades. Analiza el fenómeno culinario conceptualizando la alimentación como un sistema, denominado gastro-sistema, con la idea de que “la obtención, depuración, almacenamiento, procesamiento y consumo de alimentos expresan necesariamente rasgos de la cultura, albergando una riqueza cultural fundamental en términos de la invención de lo cotidiano”. De esta manera, los alimentos no solo representan un acto de consumo, sino también portadores de significativos bagajes culturales con un profundo significado (Cervera Obregón y Llanes Castro 2023, p. 228).

La ciencia tiende cada vez más a influir y dirigir las conductas alimentarias. Tradicionalmente, la palabra receta se ha utilizado para referirse a preparaciones culinarias. En la actualidad, existe un creciente interés por la alimentación desde una perspectiva dietética y económica, en una sociedad que no solo se preocupa por cómo se come, sino también por las razones detrás de las elecciones alimentarias. Este interés abarca aspectos como qué se come, cuándo, dónde, con quién y, fundamentalmente, por qué. Además, se explora el porqué de los alimentos que se eligen y aquellos que se evitan, aunque sean comestibles (Contreras 1992).

Las creencias acerca de los alimentos representan una interpretación del valor de los alimentos y sirven como elementos cognitivos de actitudes. Busdiecker *et al.* (2000) indican en su estudio que las mujeres de estratos socioeconómicos bajos creen que los alimentos comerciales no son tan saludables como los preparados.

Una sociedad se rige por costumbres familiares, en donde incluyen fiestas, ritos y ceremonias. Al hablar de cultura alimentaria se abarcan todos los aspectos relacionados con las festividades, desde la producción de alimentos hasta su consumo y el simbolismo que tienen para los habitantes de una comunidad. La alimentación y las fiestas son componentes clave del desarrollo socioeconómico, pues a menudo son eventos públicos que también atraen el turismo.

A través de los alimentos podemos aproximarnos a la experiencia de la humanidad como especie, al tiempo que la diversidad de culturas. Que se come en cada lugar está relacionado con su entorno ecológico y con los procesos de producción, distribución y consumo; pero también con factores ideáticos (Good y Corona 2011).

La alimentación satisface una necesidad biológica fundamental del ser humano. Es una actividad crucial que puede analizarse desde tres perspectivas principales: biológica, antropológica y psicológica. La antropología de la alimentación se encuentra en auge debido al creciente reconocimiento de la interconexión entre la alimentación y diversos aspectos culturales, sociales y económicos. Este creciente interés se refleja en un aumento significativo de estudios e investigaciones que buscan recuperar y valorizar las culturas alimentarias locales. La moda actual por la antropología de la alimentación se manifiesta en un enfoque más amplio y multidisciplinario, integrando perspectivas históricas, culturales, políticas y económicas para ofrecer una comprensión holística de los hábitos alimentarios (De Garine y De Garine 1998).

La alimentación inicia desde los conocimientos prácticos heredados, de generación en generación, técnicas, hábitos y significados, siendo una pieza clave en temas sociales, políticos y personales. La comunicación existe desde el momento que nos preguntamos: ¿por qué lo comemos?, ¿cómo lo comemos?, ¿cuándo lo comemos?, ¿qué beneficios adquirimos al comerlo?, y es, en ese momento donde inician las prácticas alimentarias, a través de los hábitos alimentarios.

La alimentación excede lo puramente nutricional y biológico, ya que alimentarse es también un acto cultural donde influye de manera decisiva las culturas, cocinas y reglas culinarias determinadas por aspectos muy variados como el tipo de estrategia de adaptación al medio, el estatus social, las posibilidades económicas, el sexo, la edad, los valores, las festividades o actos sociales y las creencias dietéticas, religiosas, filosóficas y morales en cuanto a grupo social. En este sentido, desde una perspectiva cultural, también se puede afirmar, como mencionan Hernández Garre y De Maya Sánchez (2022) “comemos lo que somos”.

La construcción de un modelo alimentario-nutricional que articule la modernidad y las tradiciones culturales es un puente que puede integrar a los humanos con sus raíces generacionales, en su entorno natural y en el contexto socioeconómico en que se ubica una población (Crocker Sagastume *et al.* 2004).

Lo que debe contrarrestarse son las nuevas tendencias originadas por la multiculturalidad, las cuales no se deben desestimar y subestimar la alimentación cultura-tradicional, por lo que, a través de la seguridad alimentaria y proyectos de investigación, se refuerza la pertinencia e identidad de la cultura alimentaria sustentable.

La multiculturalidad es una realidad contemporánea destacada por la globalización, a menudo referida como la esfera de lo glocal. En la actualidad, su aspecto más dramático se manifiesta en genocidios, depuraciones

étnicas, desplazamientos y refugiados, motines y matanzas, y una intolerancia recíproca. Estas situaciones reflejan la coexistencia de diversos pueblos y culturas, una realidad ineludible de las sociedades humanas. Al abordar la problemática asociada a la multiculturalidad, es crucial reconocer tanto sus desafíos como sus potencialidades para enriquecer nuestras prácticas alimentarias y promover una convivencia más armoniosa y respetuosa (Maldonado Ledezma 2010).

Por ello este proyecto busca la articulación colectiva entre la comunidad zoque de Ocozocoautla de Espinosa Chiapas e investigadores, en la búsqueda de las prácticas alimentarias-nutricionales, a través de las tradiciones culturales y su entorno desde una cosmovisión, al rescatar las tradiciones de los pueblos.

Identidad cultural

La identidad cultural constituye un valor totalizador, que emerge como sinergia del sistema de valores de la personalidad, que lo identifica como ser social y sus representaciones del contexto sociocultural. La identidad cultural no puede verse como un concepto abstracto, sin una correspondencia clara con la realidad social (Quiala Martínez y González Pérez 2023).

El concepto de identidad se refiere a cómo nos representamos a nosotros mismos en relación con los demás, lo cual implica comparaciones entre personas para identificar semejanzas y diferencias. La identidad puede definirse como la percepción colectiva (tanto auto como hetero) de un “nosotros” relativamente homogéneo y estable a lo largo del tiempo, en contraste con los “otros”, basada en el reconocimiento compartido de características, marcas y rasgos, así como en una memoria colectiva común. Aunque no son sinónimos, la cultura y la identidad étnica están estrechamente interrelacionadas y, en ocasiones, han sido estudiadas de manera conjunta en diversas investigaciones sobre los zoques (Sánchez-Cortés y Lazos Chavero 2009).

Conceptualizar la identidad cultural de una comunidad histórica y territorialmente situada implica comprenderla a partir de tres aspectos fundamentales como lo menciona Masilla Torres (2006):

- a) Una razón ontológica, que percibe a la comunidad como una entidad sustancial y esencial, con su propia dinámica.
- b) Una voluntad de preservar su “carácter de identidad sustancial” a lo largo del tiempo, donde ciertas formas de ser, pensar y sentir son valoradas por los miembros de la comunidad (al menos por algunos de ellos) y merecen ser preservadas y defendidas si es necesario.
- c) Una necesidad de mantener lo específico y propio, evitando la confusión con otras identidades y previniendo su absorción por la otredad, vista a menudo como una amenaza externa.

Molano (2007) refiere a que el tema cultural es tratado desde varios aspectos: económico, donde la cultura se vincula al mercado y el consumo se manifiesta en las llamadas industrias culturales —empresas editoras, casas de música, televisión, cine entre otros; el humano, donde la cultura juega un papel de cohesión social, de autoestima, creatividad, memoria histórica, entre otras—; el patrimonial donde se encuentran las actividades y políticas públicas, orientadas a la conservación restauración, puesta en valor, uso social de los bienes patrimoniales, etcétera.

Los hábitos alimentarios están relacionados con la identidad cultural y son influenciados por la formación cultural y social. Las tradiciones religiosas, clases sociales, el ingreso, las restricciones y prohibiciones alimenticias son elementos característicos de cada cultura (Nunez de Santos 2007).

Los zoques de Chiapas se caracterizan por su riqueza gastronómica, sus profundas raíces históricas y culturales, que son parte integral de la sociedad en municipios con tradiciones como las de Ocozocoautla de Espinosa. Cabe mencionar que en esta región se tiene un fuerte arraigo por el cultivo del maíz, piña, café, chile, frijol y calabaza, así como por la caza y otras actividades que fortalecen la economía del municipio (Caballero Chanona, Sponda Pérez y Vela Gutiérrez 2022).

En la cultura zoque se comparten ideas, tradiciones y costumbres, así como también estilos de vida, relacionados con la salud, existen estudios históricos que relacionan sus antecedentes; sin embargo, este análisis propició a preservar la alimentación cultural de esta sociedad, el cual tiene un nivel económico alto por sus costumbres culturales y alimentarias. Las amas de casa y los señores nativos en municipio son la parte medular de esta investigación, ya que cuentan con conocimientos sostenibles, a través de los usos y costumbres de la cultura alimentaria de Ocozocoautla de Espinosa.

El Carnaval Zoque comienza el sábado anterior al Miércoles de Ceniza y se extiende hasta el jueves para las personas de los seis cohuina que constituyen el carnaval, mientras que para el público visitante termina el miércoles. Los seis cohuina corresponden a los primeros barrios del pueblo y hoy son representados por seis personajes emparejados entre sí, como polos opuestos o elementos irreducibles de una mitología.

El carnaval consiste principalmente en dos ciclos de actividades rituales: el ciclo de los días del carnaval, donde cada día tiene un objetivo específico, y el ciclo de las dinámicas creadas por los opuestos emparejados que interactúan ritualmente cada día según el ciclo principal del carnaval, lo cual genera una actividad e interacción continuas (Newell 2021).

Actualmente los habitantes continúan preservando sus tradiciones, su cultura y todo lo que rodea la festividad del Carnaval Zoque Coiteco, entre ellas su alimentación la cual no han permitido que pase a ser parte de la transculturalidad alimentaria, por el contrario, mediante esta celebración los habitantes indican que es una lucha

entre el bien y el mal, la cual se lleva a cabo el séptimo viernes antes del Miércoles de Ceniza, emparejado con la Semana Santa.

Prácticas alimentarias

Hablar de prácticas, procesos, pautas y formas alimentarias en la actualidad implica la intersección de diversas dimensiones estructurales de la vida sociocultural de pueblos, comunidades, estados y países en América Latina, entre las que encontramos la dimensión agroecológica, la económica, la política y la cultural; las relaciones que establecen y cómo intervienen en la articulación de las prácticas alimentarias contemporáneas son esenciales para poder interpretar, describir e incluso diagnosticar las problemáticas alimentarias (Urizar Pastor 2023).

Las prácticas alimentarias culturales son las costumbres y tradiciones relacionadas con la producción, preparación y consumo de alimentos dentro de una determinada comunidad o grupo cultural. Estas prácticas no solo satisfacen necesidades nutricionales, sino que también reflejan valores, creencias y modos de vida específicos de una comunidad.

En ellas se ven inmersos los siguientes aspectos: ingredientes, productos locales, métodos de preparación, rituales, estructuras de las comidas, significados simbólicos, normas y cambios de adaptación.

La construcción de un patrimonio alimentario implica una selección de elementos de la biodiversidad alimentaria, conocimientos, prácticas culinarias y de comensalidad específicas, catalogadas de preferencia como tradicionales, arraigadas a un territorio o autóctonas, en el contexto de sus procesos de legitimación (Matta 2015).

López García *et al.* (2016) indican que existen estudios sobre la disciplina de los valores culturales y sociales de la comida, la antropología de la alimentación nació de la reflexión fuerte en torno al estatus individual/social de la comida. En este sentido Angarita Ossa *et al.* (2022) mencionan que comer es un hecho cultural, más allá de la necesidad biológica de alimentarnos, nuestros gustos, hábitos y prácticas alimentarias están determinadas por toda una serie de significados que hemos construido alrededor de los alimentos.

Los gustos, percepciones y significados asociados a las prácticas alimentarias están intrincadamente estructurados y, a su vez, actúan como elementos configuradores en el sistema de suposiciones que internalizamos en nuestras vidas. Las prácticas alimentarias en diversas poblaciones han experimentado transformaciones, adaptando los patrones alimentarios al contexto y a la disponibilidad de alimentos en su entorno. En este sentido, la educación alimentaria surge como una herramienta indispensable para recuperar prácticas olvidadas y promover hábitos saludables (Esponda Pérez *et al.* 2024).

Ferrat Machado (2024) enfatiza en que las prácticas alimentarias están influenciadas por factores sociales, económicos y culturales que rodean al individuo y a su familia.

Cada grupo humano o sociedad posee un patrón alimentario propio, resultado de una compleja red de usos, costumbres y tradiciones que se transmiten de generación en generación y se modifican a lo largo del tiempo.

Seguridad y política alimentaria

Chiapas ha ocupado, por décadas, uno de los últimos lugares en desarrollo social manifestándose en: pobreza, inseguridad alimentaria y educación. Los estudios regionales son de gran importancia en la generación de conocimientos, en el ámbito político, económico y social, las políticas públicas son uno de esos factores que deben estudiarse desde este ámbito, en beneficio de la sociedad (Grajales Castillejos *et al.* 2014).

La alimentación de cualquier grupo humano involucra todas las instituciones sociales, ya que abarca la producción, distribución y consumo de bienes y símbolos que determinan qué y por qué se puede comer. La alimentación está en crisis no por problemas aislados, sino porque estos se manifiestan simultáneamente en todas sus áreas. En la producción, enfrentamos una crisis de sustentabilidad; en la distribución, una crisis de equidad; y en el consumo, una crisis silenciosa de comensalidad (Aguirre 2022).

En 2014, el municipio de Ocozocoautla tuvo una superficie cosechada de maíz de 17 105.5 hectáreas, revelando una reducción de 15 479.5 hectáreas en comparación con el periodo 2005-2014, lo que representa una tasa de crecimiento de -19.8%. Esta disminución se debe al alto costo de la tierra dentro de la estructura de costos de producción, lo cual es un argumento convincente sobre por qué los productores están decidiendo abandonar esta actividad productiva

El grano de maíz tiene un carácter multifuncional, ya que contribuye de manera significativa a la seguridad alimentaria en Chiapas. Su producción es crucial para las unidades de producción, especialmente en las zonas rurales, donde es un alimento básico para el autoconsumo y una fuente de ingresos para satisfacer las necesidades familiares. Por lo tanto, es esencial que los responsables de la política agrícola desarrollen estrategias para evitar el abandono de las tierras dedicadas al cultivo de maíz (Ramírez *et al.* 2018).

La soberanía alimentaria trata temas de vulnerabilidad que enfrentan las familias para lograr una disposición, acceso y utilización de alimentos de manera estable a lo largo del tiempo y sobre sus capacidades para responder a las crisis de diversa índole. Cuando todas las personas tienen en todo momento acceso físico, social y económico a suficientes alimentos inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades alimenticias y sus preferencias en cuanto a los alimentos con el fin de llevar una vida activa y sana (Pasquier Merino 2017).

Las madres-abuelas zoques juegan un papel muy importante en la seguridad alimentaria, tal como lo demuestran en estudio Clemente Pérez *et al.* (2022) en un municipio zoque rural llamado Nuevo Carmen Tonapak,

denominado comida de montañas, por los alimentos de recolección o casa silvestre, como: la chapaya, el chuti, puntas de chayote, jabalí, la Najkpásun y hierba mora, los cuales continúan cosechando o consumiendo. Los campesinos zoques de este municipio insisten en la necesidad de controlar y cuidar sus parcelas, trabajando con herramientas que consideran tradicionales, de tal suerte que comer sus maíces, sea en forma de tortilla o pozol, fortalece su cuerpo a diferencia de aquellos que consumen maíces híbridos (Alonso Bolaños *et al.* 2020).

En la alimentación se expresan actos, objetos y lenguajes significativos, pero también temas políticos. Hoy los pueblos del mundo discuten los asuntos sociales, ambientales y culturales en el ámbito de las políticas públicas, repensando el futuro de la humanidad y del planeta mismo. Todo lo alimentario emerge con perspectivas generalizante para proponer alternativas igualitarias y redistributivas al desarrollo. Entre ellas destacan las ideas de soberanía, autonomía y seguridad alimentaria nutricional (Castillo Melgarejo 2022).

La Seguridad Alimentaria Comunitaria amplía el enfoque del análisis, pasando de los individuos a las comunidades, lo que permite adoptar perspectivas más estructurales sobre la necesidad y el valor de sistemas alimentarios alternativos. Además, integra el discurso alimentario local con un enfoque contra el hambre, argumentando que todas las comunidades deben tener acceso a dietas seguras, culturalmente aceptables, nutricionalmente adecuadas y producidas de manera sostenible (Mares y Alkon 2011).

La seguridad alimentaria no se refiere, en última instancia, a un asunto de orden nacional y que supone un acceso a los alimentos en el hogar, la familia y los individuos, por encima de la disponibilidad presente, donde el estado nutricional del mismo será ciertamente un indicador clave del éxito de dicha acción social (Castillo Melgarejo 2022).

La seguridad alimentaria debe analizarse desde un entorno socioeconómico y político, ya que varía según el nivel de organización humana. A escala regional o nacional, se asocia con la suficiencia de alimentos para cubrir las necesidades de la población y el acceso equitativo entre regiones y clases sociales. A nivel familiar, se refiere a la capacidad de obtener suficientes alimentos para cubrir las necesidades nutricionales, influenciada por factores como precios, almacenamiento e impactos ambientales. A escala individual, implica la ingesta y absorción adecuadas de nutrientes necesarios para la salud, el crecimiento y el desarrollo (Figuroa Padreza 2005).

Existen diferentes estudios, en todo el mundo, que tratan la seguridad alimentaria desde diferentes perspectivas, entendida como derecho a todas las personas a una alimentación cultural y nutricionalmente adecuada, con criterio de largo plazo y tomando en cuenta toda la cadena; es decir, se deberían plantear procesos ecológicos, tecnológicos, económicos, nutricionales, sociales, culturales y, porque no, también políticos. La distribución analizando las relaciones sociales que producen y

justifiquen el acceso diferencial a los alimentos, al mismo tiempo el consumo con los procesos culturales, legitimando que corresponde comer a cada clase, género y edad (Aguirre 2022).

Caballero Roque *et al.* (2009) realizaron una investigación en Tuxtla Gutiérrez, en un municipio zoque, sobre las principales preparaciones culinarias elaboradas con la flor cuchunuc, un recurso natural silvestre, el cual ha sido incorporado en la dieta diaria, para fortalecer la seguridad alimentaria y nutricional con la disponibilidad, accesibilidad y consumo por este tipo de alimentos.

En Francisco León, un municipio zoque, se realizó otro estudio que reveló como esta comunidad estaba cayendo económica y culturalmente debido a la política gubernamental, a pesar de la riqueza del entorno en el que habitan. Afectados por la erupción del volcán Chichonal, en 1982, los habitantes enfrentan pobreza alimentaria. Un proceso de reconstrucción mal planeado ha generado disputas agrarias y políticas dentro de los ejidos. El estudio demuestra que producen una variedad de alimentos para autoconsumo, que incluye granos básicos –maíz y frijol principalmente–, hortalizas –jitomate, calabaza, cebolla, chile–, frutas –naranja, limón, sandía, café, aguacate, pimienta–; árboles maderables –cedro, caoba, pino, encino, canela–, hierbas medicinales, ganado mayor –vacas–, ganado menor y de traspatio –cerdos, ovejas, chivos, aves de corral–, bestias de carga –caballos, burros, mulas–, e incluso peces de los abundantes ríos. Sin embargo, tienen escasa o nula experiencia en la comercialización de estos productos (Jiménez-Acevedo y Gómez-Martínez 2015).

La seguridad alimentaria es una de las principales amenazas y carencias en muchos países en la actualidad debido al constante y desmesurado crecimiento de la población mundial en los últimos años. Esta situación se agrava por la desigualdad social y la concentración de la riqueza en ciertos sectores de la sociedad, lo que dificulta el acceso de las personas con menos recursos a una cantidad adecuada de alimentos para mantener una vida saludable y activa. Por lo tanto, es esencial que los gobiernos implementen medidas para garantizar la seguridad alimentaria de sus habitantes (Mercado-Afanador 2013).

Metodología

Se llevó a cabo un estudio cualitativo de tipo exploratorio a través de entrevistas semiestructuradas con cocineras tradicionales y priostes, ambos organizadores del Carnaval Zoque de Coiteco, con edades entre 40 y 50 años y amplios conocimientos sobre la alimentación cultural del municipio. Este estudio se centró en analizar la relación entre la seguridad y las prácticas alimentarias, basándose en las expresiones, creencias y actitudes de los entrevistados. El objetivo fue explorar la realidad tal como es experimentada por las personas, sin prejuicios ni interpretaciones externas.

Las sesiones se guiaron por la investigación-acción participativa, a través de entrevistas y grupos focales con miembros del comité organizador de la Fiesta del Carnaval Zoque Coiteco en Ocozocoautla de Espinosa. El objetivo fue obtener información sobre: 1) temas nutricionales sustentables de los habitantes; 2) ingredientes, técnicas de cocción y preparaciones culinarias en su alimentación tradicional y cotidiana; 3) la relación entre la cultura y los procesos alimentarios tradicionales, e 4) identificar las prácticas alimentarias de los habitantes.

Se planificaron entre cinco y siete encuentros con los siguientes objetivos:

a) Explorar las prácticas previas a la fecha del carnaval zoque coiteco, b) investigar las prácticas alimentarias antes y durante la festividad, incluyendo la compra, preparación de las comidas, dietas, hábitos alimentarios y los conocimientos de la alimentación zoque, c) documentar e identificar los procesos alimentarios y la alimentación tradicional a través de técnicas y procesos de elaboración de recetas, d) recopilar experiencias relacionadas con la alimentación zoque.

Resultados de la investigación

La mayoría de los participantes enfatizaron la importancia de preservar la alimentación cultural mediante el consumo de alimentos frescos adquiridos en mercados locales y el uso de procesos naturales aceptables. Señalaron la necesidad de contrarrestar el incremento y la permisividad del gobierno municipal en los últimos cinco años, que ha facilitado la entrada de nuevas cadenas de supermercados. Este fenómeno no solo afecta la economía local, sino también los hábitos alimentarios tradicionales. Además, el acceso a alimentos básicos se ha visto comprometido por la inflación, afectando productos como carnes, verduras y legumbres, cuyo precio ha aumentado de manera desmesurada en los últimos años, una situación que los participantes relacionaron con cuestiones políticas a nivel mundial.

En las entrevistas realizadas a las cocineras tradicionales se observó la importancia vital del maíz en su dieta, especialmente en la elaboración de tamales como los *picetes* –tamal dulce–, preparado con masa y manteca de cerdo, adicionándole en su elaboración canela molida y azúcar, así como el uso de sus hojas, ya sean frescas o secas, como parte de la envoltura de los tamales.

Otro tipo de tamales zoques son el de bola, hecho con carne de cerdo, el *sok ané* (tamal de frijol) envuelto con la hoja de *totomoxtle*, *jakuané* (tamal de hierba santa), el de *chipilín* con queso o pollo, todos son preparados con frecuencia por las cocineras o las conocidas *tamaleras*, para fiestas tradicionales, rezos patronales, consumo propio o comercialización. Indicando que todas las noches se acostumbra a consumir el tamal, sea dulce o salado acompañado por una taza de café.

Las cocineras tradicionales señalaron que, para la elaboración de tamales, continúan utilizando la cocción al

vapor en grandes ollas, empleando leña y fuego intenso durante aproximadamente una hora, hasta que estén cocidos por completo. Mencionaron que la mezcla de la masa debe estar perfectamente firme y la envoltura bien amarrada para evitar que el relleno se salga y afecte el proceso de cocción.

Uno de los sacerdotes entrevistados señaló que aún se dedica al cultivo del maíz, aunque ha disminuido tanto en importancia como en interés. Asimismo, mencionó que el trabajo de los agricultores ha sido subvalorado, a pesar de ser una labor ardua, continúa realizando esta actividad debido a su conocimiento y como fuente económica. Sin embargo, destacó que su producción de maíz es comprada únicamente por los habitantes del municipio.

Para la elaboración de los tamales las cocineras tradicionales indican que siguen llevando a cabo la *nixtamalización* del maíz de forma tradicional: selección, limpieza, agua, cocción, reposo, lavado molienda y su uso. Sin embargo, destacan que, en el municipio, solo existen dos molinos, pues esta actividad ha disminuido con el pasar del tiempo. Esta práctica sobresale por el valor nutricional como por su importancia cultural, recalcando la *sabiduría* ancestral en la preparación de alimentos básicos como el maíz.

El maíz desempeña un papel fundamental en la reproducción de la vida tanto espiritual como material, por lo que lo convierte en un alimento sagrado. Hay un vasto conocimiento relacionado con las prácticas culturales en torno al maíz; sin maíz, no hay vida, y sin vida, no hay sociedad. De este modo, el maíz simboliza una entidad sagrada que legitima todo un sistema de conocimientos transmitidos de generación en generación (Bastani Gómez 2008).

En este sentido Damián Huato y Toledo (2016) refieren que el maíz es la base de la seguridad alimentaria, sobre todo porque la mayor parte de siembra temporal (*secano*) y bajo las técnicas, visiones y concepciones tradicionales a través del *policultivo* conocido como *milpa*.

Para los *wixariatiri* según Crocker Sagastume *et al.* (2004) el maíz es un alimento representativo en diferentes etnias y culturas, para ellos es considerado como *deidad* de la *trilogía sagrada* maíz-venado-peyote constituye una razón para que el grano reciba el tratamiento correspondiente y una parte de la cosecha que no se consume como alimento sea almacenado en la casa de dios, utilizada para guardar maíz en grano y *avíos* ceremoniales.

La seguridad alimentaria se enfoca en garantizar que se satisfagan las necesidades nutricionales a través de la producción sostenida de alimentos. Tanto la producción como el consumo de estos alimentos han variado a lo largo del tiempo y entre diferentes culturas. Es crucial reconocer a los actores involucrados, como agricultores, cocineras tradicionales y organizaciones comunitarias, y sus acciones para garantizar la seguridad alimentaria. Sin embargo, esta lucha constante se ve desafiada por las empresas agroindustriales, prácticas alimentarias no sostenibles, desigualdad económica, degradación ambiental

y la falta de apoyo a la agricultura local, factores que contribuyen a la inseguridad alimentaria.

Al interactuar con las entrevistadas, se identificó que otra práctica alimentaria tradicional preservada en la elaboración de las recetas tradicionales es la compra y el consumo de alimentos en el mercado público del municipio. Es aquí donde pueden encontrar y acceder a productos más económicos, frescos y nutritivos, muchos de ellos cultivados en los patios de las colonias cercanas a la cabecera municipal. Entre estos productos se encuentran hierbabuena, gallinas, guajolotes, epazote, tortillas hechas a mano y diversas hierbas.

Para las cocineras, es de suma importancia adquirir sus alimentos tradicionales en los mercados públicos, pues estos suelen ofrecer productos específicos de la región con un valor cultural significativo, principalmente los ingredientes centrales en la conformación de los platillos tradicionales. Los mercados públicos son fundamentales para la sostenibilidad y estabilidad en la producción de sus recetas. Estos mercados permiten adquirir ingredientes en pequeñas cantidades y a granel, lo que facilita la reproducción de recetas en el hogar. Al hacerlo, no solo preservan la alimentación tradicional, sino que también transmiten estos conocimientos culinarios a sus familiares, asegurando la continuidad de sus prácticas alimentarias ancestrales.

Uno de los sacerdotes comentó que cada cowuiná recibe una aportación económica anual por parte del gobierno municipal. Este dinero se utiliza para comprar insumos en abundancia, como canales de carne, verduras, azúcar, costales de maíz, cacao, pepita, frijol, hierbas, café, pan, tortillas, panela (también conocido como piloncillo), entre otros. El objetivo es alimentar a los ayudantes y visitantes durante los días del carnaval. Además, los mismos habitantes también contribuyen con ofrendas, acercándose a las cowuinas con canastos, cajas y enramadas que contienen alimentos. Estos aportes se utilizan en las diversas y abundantes preparaciones culinarias.

Durante las entrevistas a los involucrados, usando técnicas participativas durante la preparación de recetas zoques en los cuatro días que dura el carnaval, nos percatamos que utilizan plantas comestibles no convencionales y herbáceas como la hierba mora integrándola en diferentes caldos, el bledo como verdura integrándolo en huevos o capeados, la verdolaga cocida, indicando que contribuye a una alimentación nutricional, ya que estas hojas son cosechadas en casa.

El proceso de la alimentación nutrición es interdisciplinario y en las comunidades rurales es directo el papel que juega la cultura en su estrecho vínculo con las variaciones de la naturaleza y por ende con el estado nutricional. Ya que el conocimiento tradicional trabaja en la transmisión oral entre los pueblos indígenas y sobre el rescate de plantas comestibles no convencionales, las cuales ya son muy poco vendidas en los mercados (Chávez Quiñones *et al.* 2009).

Otros alimentos que aún continúan conservándose en la dieta de los habitantes de Ocozocoautla de Espinosa,

son el chayote y chipilín, el primero hervido y aprovechado para su consumo en caldos, revuelto con huevos y cocido de forma natural sin cascara; y el chipilín que-lite ampliamente usado en la gastronomía chiapaneca, el cual no requiere de mucho trabajo de sembradío, ya que es una planta fuerte y se puede dar casi en todo el terreno del país, dándose en traspatios, no requiriendo mucho cuidado en su producción, pues su cosecha es rápida (De la Cruz Torres 2020).

El chipilín es un alimento con alto contenido nutricional, especialmente rico en hierro. A la preparación caldosa, las cocineras le llaman en zoque Tzopo (chipilín con bolita) y tradicionalmente lo preparan con bolitas de masa, acompañados de queso chiapaneco, crema, granos de elote, chile y cebolla picada mezclada con jugo de limón. Estas cocineras mencionan que este platillo sigue siendo elaborado en sus hogares para la comida, al ser una preparación accesible, económica y de gran valor cultural por los ingredientes que lo integran.

Por otro lado, existe un platillo típico denominado barbacoa, y que incluso es comercializado en Ocozocoautla, a base de carne de res, ramitas de tomillo, hojas de laurel, cebolla, chile ancho, chile guajillo, un diente de ajo y tomates; todo licuado, mezclado y listo para ser cocinado en horno de barro, cocción por la cual se caracteriza, este platillo, se acostumbra a servir en diferentes festividades, hacen referencia a la festividad de santo Domingo, santa Marta, san Bernabé y san Miguel, santos venerados durante el carnaval.

A las 06:00 de la mañana, las cocineras se encontraban preparando el desayuno. Al acercarme a una de ellas, le pregunté el nombre de lo que cocinaba en una enorme paila a fuego alto con leña. Me mencionó que estaba preparando un caldo llamado zispolá en zoque, cuyos ingredientes principales son trozos de carne de res, zanahoria, jitomate, cebolla, cilantro y garbanzo, saborizado con sal.

La entrevistada mencionó que este caldo se prepara en abundancia durante la festividad del carnaval zoque coiteco, ya que se utiliza para alimentar a todos los ayudantes que participan en la organización y desarrollo de la fiesta, así como a los visitantes que llegan desde muy temprano a saludar al santo en la cowuina. El caldo se sirve caliente en un plato hondo, lo cual permite que se concentren todos sus componentes. En ocasiones, se acompaña con chile blanco picado y jugo de limón.

Paralelamente, mencionan otro caldo que los identifica como coitecos, denominado como cocido de carnaval. A diferencia del anterior, este se prepara con costilla y maciza de res, junto con tomate picado, cebolla troceada, elotes tiernos partidos en cuatro, chayote, repollo y sal, todo hervido en agua. Una de las cocineras nos comentó que los ingredientes que integran este cocido son conocimientos heredados de antaño. Su abuela y su madre le enseñaron a cocinar los platillos tradicionales del carnaval zoque, y también le inculcaron la importancia de apoyar de forma voluntaria, durante los cuatro días de festividad en la preparación y el servicio de alimentos



Ilustración 1. Zispolá cocinado en pailas

para todas las personas que participan, desde las 5:00 a.m. hasta las 5:00 p.m. Mientras cocinaba, nos mencionó que este cocido es “una comida suculenta” que no falta en su hogar y trata de prepararlo al menos una vez al mes.

El frijol es un componente esencial de la sustentabilidad alimentaria para los habitantes, quienes lo consideran un alimento económico y altamente nutritivo, a menudo denominado “comida de pobre”. Esta leguminosa, emblemática de la cocina mexicana se utiliza en diversas preparaciones tradicionales zoques, como sot tsopojing (frijol con chipilín), sok tuscinu jing (frijol con chicharrón) y sok sisjing (frijol con carne).

Dicho por las cocineras, el frijol tiene una relación con la economía y con la vigilia en los viernes de cuaresma, específicamente con el miércoles de ceniza, último día del carnaval, prohibiéndose el consumo de carne de res, haciendo que estas preparaciones sean especialmente relevantes. Los platillos relacionados con esta leguminosa suelen incluir cebolla, manteca de cerdo, sal y trozos de chicharrón con carne o costilla de res, cocidos en agua. La cocción es preferentemente a la leña y olla de barro, ya que, según las cocineras, conserva mejor el sabor y acelera el proceso de cocción.

El frijol en conjunto con el maíz ha sido la base de la alimentación desde tiempo prehispánicos, utilizado en múltiples platillos en diferentes etnias, este alimento es complementario agronómica y ecológicamente y consumido en la mayoría de los hogares mexicanos (Gómez-Varela y Tun Garrido 2016).

Yaguazok pucjing patashete con pepita, haciendo referencia al patashete, es una variedad de frijol tradicional de Chiapas, en forma de vaina grande, utilizados en platillos zoques y consumido en fiestas tradicionales. Caballero Chanona, Esponda Pérez y Vela Gutiérrez (2022) comentan que acostumbran a licuar los patashetes cocidos, con cebolla y tomate, esto se mezcla con la pepita frita y cilantro picado y, por último, se integra un huevo, sin moverlo hasta que este cueza.

La chanfaina es una comida especial elaborada en la festividad del carnaval zoque, se sirve a la hora de comida del lunes de carnaval, sin embargo, también lo sirven en diferentes festividades de este municipio, elaborado a partir de vísceras de res (panza, hígado y corazón), cebolla, pimienta gorda, dientes de ajo, laurel, tomillo, orégano, tomates tatemados y sal. Las cocineras mencionan que puede ser no apetitoso e incluso muy poco elaborado, derivado a los ingredientes que componen este platillo y la mezcla de estos.

Ninhujuti, es una comida popular servida en las fiestas patronales, a base de: pulpa de carne, tomate, pimienta gorda molida, diente de ajo, maza de maíz para darle espesor, manteca de cerdo, chile morita y sal, se fríen los cubos de carne con manteca de cerdo, chiles desvenados, cocidos y licuados con los tomates, agregándole la masa y sal.

Una de las cocineras nos mencionó que uno de los platillos que más se consumen y comercializan en Ocozocoautla, en diferentes fiestas y en la cotidianidad, es el tradicional cochito (carne con recado), reconocido y recomendado por su preparación en cazuelas y horno de barro, “no cualquiera sabe cocinar un buen cochito” para esta preparación se corta la carne en trozos y se sazona, se le agrega la mezcla licuada de chiles anchos y guajillo desvenados y remojados en agua caliente, clavos de olor, pimienta gorda, ramas de tomillo, pizca de orégano,



Ilustración 2. Puxinú, Ponzoyqui y Cacapote



Ilustración 3. Proceso de elaboración del Puxinu.

dientes de ajo, raja de canela, tomates y vinagre, a esto le llaman recado. La cocinera nos indicó que la clave del sabor tradicional de esta preparación está en la mezcla y el tiempo reposado, suele acompañarse de tortillas hechas a mano por las mismas cocineras, frijol refrito, arroz blanco, aros de cebolla y/o lechuga cortada en tiras.

Eran las 07:00 a.m. del domingo de carnaval, se escuchaba los tambores y la marimba en la cowuiná, al acercarnos a un prioste nos sirvió pan artesanal, un vaso de cacapote, acompañado de puczinú y pon zoqui, con ellos venía una bolsa de plástico, él nos indicó que se sirve todas las mañanas a los visitantes durante los cuatro días del carnaval.

Indicándonos que estas tres preparaciones son las que no deben de faltar y se realizan en grandes cantidades, el pan es completamente artesanal hecho en horno de barro, para el caso del puxinú, consiste en un dulce elaborado con semillas de calabaza y el ponzoqui es una mezcla de masa con panela (piloncillo), en forma de diferentes figuras realizado a mano y horneado.

Al conversar con una de las señoras, nos explicó el proceso para preparar el dulce de pepita. Primero, se cuece

la panela con agua en una tina grande a fuego alto, utilizando leña para asegurar que rinda bien. Cuando la mezcla alcanza su primer hervor, se añade inmediatamente la semilla de pepita, sin dejar de moverla con una pala de madera larga y gruesa para soportar la temperatura. Luego, se retira del fuego y se extiende sobre una mesa de madera previamente humedecida para evitar que la mezcla se pegue y permitir que se compacte como una palanqueta. Posteriormente y al enfriarse la mezcla, se empiezan a cortar las piezas del mismo y se colocan en cajas para irse sirviendo durante los días del carnaval.

Para preparar el ponzoqui, se mezcla la masa con la panela y luego se moldean manualmente las figuras más representativas del carnaval. Estas figuras se hornean hasta que estén listas. Al consumirlo, el ponzoqui resulta duro, por lo que las cocineras recomiendan remojarlo en cacapote para suavizarlo y facilitar su masticación.

Se observa una estrecha relación entre las bebidas y los temas culturales y religiosos en la comunidad. En el caso del cacapote, el prioste comentó que esta bebida es utilizada durante el carnaval zoque o en rezos. El cacapote, hecho a base de maíz dorado, canela y cacao, se



Ilustración 4. Proceso de elaboración del Ponzoqui.

elabora desde muy temprano todos los días del carnaval. El proceso implica la cocción de estos ingredientes en agua, moviéndolos constantemente hasta alcanzar el primer hervor tomando una textura espesa como de atole y, finalmente, se endulza con azúcar para darle sabor.

A mediodía, se observa a una de las cocineras preparando pozol de cacao en una tina grande con agua. Utilizando sus manos, mezclaba la masa de pozol con el agua y posteriormente añadía azúcar y hielo. Luego, servía la bebida en vasos a todos los ayudantes que estaban apoyando en la cocina y otras actividades. Nos explicó que el objetivo de esta bebida es disminuir el calor y satisfacer el hambre de las personas.

El pozol de cacao se elabora tanto en espacios socioculturales como espiritualmente por las costumbres particulares al carnaval y la experiencia étnica-histórica zoque que caracteriza la región (Newell et al. 2021).

Existe una variante del pozo, denominada hujcuy en zoque, conocido como pozol blanco. Aunque su origen y preparación son similares al pozol tradicional, el hujcuy se consume frío a medio día y se acompaña tradicionalmente con chile en polvo mezclado con sal para “compensar los sabores”. Su preparación consiste en nixtamal cocido y molido, que se mezcla con cacao dependiendo del tipo de pozol. Estas bebidas se caracterizan por la necesidad de agitarlas constantemente mientras se beben para evitar que la masa se asiente y no se desperdicie (Fermán Romero, 2006).

Por último, se observa otra bebida al momento de servir la comida llamada tascalate. Esta bebida, también comercializada en los mercados, se distingue por su color característico, que proviene del achiote, y su proceso de elaboración artesanal. El tascalate se compone de achiote, maíz tostado, canela en rajas, cacao sin cascara y tortilla dorada. Las cocineras explican que el proceso de preparación incluye tostar los granos de maíz, cacao de forma uniforme para poder quitarles la cáscara. Luego, el cacao se muele con el maíz y se mezcla con la tortilla pulverizada, canela y achiote. El tascalate es una herencia ancestral de los pueblos indígenas de Chiapas, reconocida como una bebida sabrosa y nutritiva. Se consume licuado o mezclado con agua y endulzado con azúcar y hielo.

Conclusión

Las prácticas y la identidad alimentaria se construyen por influencias individuales, culturales, históricas, sociales, económicas y políticas. Las elecciones alimentarias se basan en las prácticas alimentarias, las cuales revelan la identidad social. Los temas políticos-sociales han generado un incremento en los cambios de las preferencias alimentarias dejando atrás temas relacionados con las prácticas culturales.

La alimentación, desde una perspectiva nutricional, puede ser fundamental para contrarrestar problemas de salud, aunque su impacto depende de qué, cómo, cuándo y cuánto se consuma. Además de su papel en la salud,

la comida es un componente clave de nuestra cultura y un elemento central de nuestra identidad. Aunque las identidades no son meras construcciones sociales, pueden ser construidas y reconstruidas dentro de una misma sociedad para preservar y dar continuidad a su cultura. Esto se logra a través de conocimientos, experiencias de vida y herencias familiares compartidas.

Temas políticos, pandémicos y de globalización, han introducido posibilidades de cambios en nuevos hábitos, de los cuales nos podemos percatar que los pobladores se han resistido a nuevos comportamientos y experiencias culturales, tomando en cuenta que estos patrones podrían tener repercusiones en su salud física y mental y su relación con las y los otros.

La seguridad alimentaria incluye la disponibilidad de alimentos en todo momento y la accesibilidad de estos, garantizando los derechos básicos de la ciudadanía. Generando políticas de igualdad y de conocimientos, relevantes para la seguridad alimentaria de los municipios.

La seguridad alimentaria y la antropología de la alimentación tienen como objetivo promover el bienestar y la accesibilidad a los alimentos nutritivos y de calidad. Esto incluye garantizar el acceso a productos de primera necesidad y el cuidado de la salud pública, y de esta forma contribuir al bienestar de la sociedad moderna. Sin embargo, es importante reconocer que no todas las prácticas alimentarias promovidas históricamente han generado beneficios y la antropología también ha apoyado enfoques que no necesariamente favorecen el bienestar general.

La identidad y la seguridad alimentaria no se limitan a tener un acceso a una alimentación tradicionalmente suficiente, sino que debe ser culturalmente apropiada. La alimentación cotidiana está presente en los temas políticos, en la práctica y simbolismo. La política de la seguridad alimentaria es un tema relacionado con la igualdad, reconocimiento y gusto.

Referencias

- Aguirre, P. (09 de noviembre de 2022). Seguridad alimentaria. Una visión desde la antropología. <http://www.suteba.org.ar/download/trabajo-de-investigacion-sobre-seguridad-alimentaria-13648.pdf>
- Alonso Bolaños, M., J. Gutiérrez Sánchez, F. Ledesma Domínguez, y R. Tadeo Castro (2020). Etnografía de los procesos alimentarios y el poder en regiones indígenas de Chiapas. *Estudios de cultura maya*, 56, 261-291. <https://doi.org/https://doi.org/10.19130/iifl.ecm.2020.56.2.0010>
- Angarita Ossa, J. J., J. C. Escobar Rivera, R. E. Castellanos Peñalosa y L. A. Aguirre Santafé (2022). Arraigo y desarraigo de las prácticas alimentarias en la población afrodescendiente de Santiago de Cali, Colombia. *Revista Interamericana de Investigación Educación y Pedagogía RIIEP*, 15(2), 179-204. <https://doi.org/https://doi.org/10.15332/25005421.5954>

- Bastiani Gómez, J. (2008). El maíz símbolo de identidad cultural en los ch'oles: una aproximación pedagógica. *Ra Ximhai: Revista Científica de Sociedad, Cultura y Desarrollo Sostenible*, 4(2), 235-246. <https://www.redalyc.org/pdf/461/46140212.pdf>
- Busdiecker B., S., C. Castillo D. y I. Salas A., I. (2000). Cambios en los hábitos de alimentación durante la infancia: una visión antropológica. *Andes Pediátrica. Revista Chilena de Pediatría*, 71(1). <https://www.revistachilena.depediatria.cl/index.php/rchped/article/view/1603/1463>
- Caballero Chanona, A. L., J. A. Esponda Pérez y G. Vela Gutiérrez (Coords.) (2022). Alimentación y costumbres zoques de los municipios de Berriozábal, Tuxtla Gutiérrez, San Fernando y Ocozocoautla, Chiapas. Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas. <http://bdjc.iaa.unam.mx/items/show/511#lg=1&slide=0>
- Caballero Roque, A., E. J. López Zúñiga y E. Medina Vázquez, E. (2009). La flor de cuchunuc (*gliricidia sepium*) en la alimentación de la población zoque de Tuxtla, Gutiérrez, Chiapas, México. *Avances en Seguridad Alimentaria y Nutricional*, 4(1), 9-13. <https://www.kerwa.ucr.ac.cr/items/4817a038-20ff-481a-9285-58f90f485dde>
- Cadena-Iñiguez, P. y F. R. De la Cruz-Morales (2012). Comidas y bebidas: Mezcla de saberes y sabores zoques en Chiapas. *Agro Productividad*, 5(4), 18-25. <https://revista-agroproductividad.org/index.php/agroproductividad/article/view/409/292>
- Castillo Melgarejo, D. E. (2022). Análisis interpretativo de la formulación de la política pública intercultural de Seguridad Alimentaria y Nutricional para los pueblos Jiw y Nukak de San José del Guaviare. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia. <https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/82362>
- Cervera Obregón, M. A. y J. R. Llanes Castro, (2023). Maíz, frijol y chile. La alimentación del ejército mexicana durante las campañas militares. Cuicuilco. *Revista de ciencias antropológicas*, 30(86), 223-246. <https://www.revistas.inah.gob.mx/index.php/cuicuilco/article/view/19403>
- Clemente Pérez, A. G., H. B. Fletes Ocón y G. Ocampo Guzmán (2022). Las Abuelas zoques como agentes de cambio en las prácticas alimentarias. *Especialidades*, 11(2), 4-28. <https://doi.org/10.24275/uam/cua/dcsh/esp/v11n2/Clemente>
- Conde-Caballero, D., M. Á. García-Arias y L. Mariano-Juárez, (2021). Hambre, política (s) y cooperación al desarrollo en la Guatemala del siglo XXI. Una mirada crítica desde la antropología. *Revista de Antropología Social*, 30(2), 109-117. <https://doi.org/https://doi.org/10.5209/ra.77893>
- Contreras, J. (1992). Alimentación y cultura: reflexiones desde la antropología. *Revista Chilena de Antropología* (11), 95-111. <https://revistadeantropologia.uchile.cl/index.php/RCA/article/view/17643>
- Crocker Sagastume, R., A. Cosío González, M. López López, L. Ruiz Domínguez, D. Andrade Ureña y Y. Gutiérrez Gómez (2004). Interculturalidad alimentario-nutricional en la etnia Wixarika de México. *Revista española de salud pública*, 78(6), 678-700. <https://acortar.link/BSYqYx>
- Cruz Torres, L. A., de la (2020). Productos a base de chipilín "Crotalaria longirostrata". Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas.
- Damián Huato, M. Á. y V. Toledo (2016). Utopística agroecológica innovaciones campesinas y seguridad alimentaria en maíz. Puebla: Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.
- Esponda Pérez, J. A., L. Álvarez Rateike y S. M. Galindo Ramírez (2024). Aculturación dietética: Explorando el impacto de las creencias culturales en los hábitos alimentarios a través de una revisión sistemática. *International Journal of Professional Business Review*, 9(3), 1-23. <https://doi.org/https://doi.org/10.26668/businessreview/2024.v9i3.4514>
- Fermán Romero, A. J. (2006). Estudios de las características sensoriales del pozol elaborado con leche HTST y UHT. Zamorano: Escuela Agrícola Panamericana. <https://bdigital.zamorano.edu/server/api/core/bitstreams/78519c38-4b4a-47dd-b2bf-bf7439ca452b/content>
- Ferrat Machado, S. (2024). Prácticas alimentarias y su relación con las actividades turísticas, en el municipio de Zinacantán, Chiapas. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 5(1), 196-210. <https://doi.org/https://doi.org/10.56712/latam.v5i1.1581>
- Figuroa Pedraza, D. (2005). Medición de la seguridad alimentaria y nutricional. *Revista Salud Pública y Nutrición*, 6(2), 1-30. <https://respyn.uanl.mx/index.php/respyn/article/view/147>
- Garine, I. de y V. de Garine (1998). Antropología de la alimentación: entre naturaleza y cultura. *Alimentación y cultura. Actas del Congreso Internacional*, 1, 13-34. <https://mapi.uy/docs/alimentacion/archivo-18.pdf>
- Gómez Varela, C. S. y J. Tun Garrido (2016). El frijol en el año internacional de las legumbres. *Bioagrociencias*, 9(2), 8-10. <http://redi.uady.mx:8080/bitstream/handle/123456789/1831/BC%209.2%20El%20Frijol%20FL.pdf?sequence=1>
- Good, C. y L. E. Corona (Coords.) (2011). Comida, Cultura y Modernidad en México. México: Instituto Nacional de Antropología e Historia. <http://bdjc.iaa.unam.mx/items/show/283#lg=1&slide=0>
- Grajales Castillejos, O., I. Barboza Carrasco y Á. Gutiérrez Zavala (2014). Políticas Públicas en Seguridad Alimentaria en Municipios con menor índice de Desarrollo Humano. Palibrio.
- Hernández Garre, J. M. y B. de Maya Sánchez (2022). Antropología la alimentación Gastronomía, Sociedad y Cultura. Universidad de Murcia. <https://doi.org/10.618/editum/2>
- Jiménez-Acevedo, H. M. y E. Gómez-Martínez (2015). La pobreza y el bien-estar entre los pueblos Zoques y Tsotiles de Chiapas: Un acercamiento a su representación social. En J. L. Sulvarán-López, A. Ávila-Romero y R.

- P. Escobar-Sandoval, Frontera, migración e interculturalidad. Visiones interculturales Multidisciplinarias (pp. 78-106). San Cristobal de las Casas: Universidad Intercultural de Chiapas. <https://www.academica.org/emanuel.gomez/53.pdf>
- Licona Valencia, E., I. C. García López y A. Cortés Patiño (2019). El espacio culinario. Una propuesta de análisis desde la Antropología de la Alimentación. *Antropología Experimental*, 19, 165-172. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.17561/rae.v19.15>
- López García, J., L. Mariano Juárez y F. X. Medina (2016). Usos y significados contemporáneos de la comida desde la antropología de la alimentación en América Latina y España. *Revista de Dialectología y Tradiciones Populares*, 71(2), 327-370. <https://doi.org/10.3989/rdtp.2016.02.001>
- Maldonado Ledezma, I. (2010). De la multiculturalidad a la interculturalidad: la reforma del Estado y los pueblos indígenas en México. *Andamios*, 7(14), 287-319. <https://doi.org/10.29092/uacm.v7i14.109>
- Mansilla Torres, S. (2006). Literatura e identidad cultural. *Estudios Filológicos* (41), 131-143. <http://dx.doi.org/10.4067/S0071-17132006000100010>
- Mares, T. M. y A. H. Alkon (2011). Mapping the food movement: Addressing inequality and neoliberalism. *Environment and Society*, 2(1), 68-86. <https://doi.org/10.3167/ares.2011.020105>
- Matta, R. (2015). Conocimiento y poder: prácticas alimentarias y patrimonialización cultural. En R. Ávila, M. Álvarez y F. X. Medina, *Alimentos, cocinas e intercambios culinarios Confrontaciones culturales, identidades, resignificaciones* (pp. 205-220). Guadalajara: Universidad de Guadalajara.
- Medina, F. X. (2017). Reflexiones sobre el patrimonio y la alimentación desde la perspectiva cultural y turística. *Anales de Antropología* (51), 106-113. <https://www.revistas.unam.mx/index.php/antropologia/article/view/61978>
- Mercado-Afanador, P. (2013). La innovación social y seguridad alimentaria como base del desarrollo del producto gastronómico. *Revista Adelante-Ahead*, 4(1), 89-94. <http://ies.unicolombo.edu.co/index.php/adelante-ahead/article/view/68>
- Molano, O. L. (2007). Identidad cultural un concepto que evoluciona. *Revista Opera* (7), 69-84. <https://www.redalyc.org/pdf/675/67500705.pdf>
- Newell, G. E. (2021). El estudio y la documentación de cuatro carnavales zoques en Chiapas, México: posibles respuestas ante los contextos de complejidad entre el ser patrimonio y el realizar antropología. *Diálogos de Campo*, 3(6), 7-45. <https://doi.org/https://doi.org/10.22201/enesmorelia.26832763e.2021.6.68>
- Newell, G. E., F. Reyes-Escutia, S. D. Bolom-Martínez y E. U. Gutiérrez-Gallegos (2021). La bebida pozol de cacao en su presencia en el carnaval zoque de San Fernando Chiapas: un análisis biocultural con reflexión para la sociedad contemporánea. *Estudios Social. Revista de Alimentación Contemporánea y Desarrollo Regional*, 31(57), 1-32. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2395-91692021000100108
- Nunes dos Santos, C. (2007). Somos lo que comemos: identidad cultural, hábitos alimenticios y turismo. *Estudios y perspectivas en turismo*, 16(2), 234-242. http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1851-17322007000200006
- Pasquier Merino, A. G. (2017). La "seguridad alimentaria" desde un enfoque etnográfico. Estudio de caso en una comunidad de refugiados guatemaltecos en el estado de Chiapas. *Cultura y Representaciones Sociales*, 11(22), 131-157. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-81102017000100131
- Quiala Martínez, L. R. y E. González Pérez (2023). El valor identidad cultural. Consideraciones metodológicas para su formación, a través de las esculturas. *Revista Boletín Redipe*, 19(9), 116-134. <https://doi.org/https://doi.org/10.36260/rbr.v12i9.2004>
- Ramírez, O., E. Espinoza, M. González y J. Hernández (2018). Situación económica del maíz en la región II Valles Zoque, Chiapas: Jiquipilas y Ocozocoautla. *Revista Mexicana de Agronegocios*, 43, 31-42. <https://doi.org/10.22004/ag.econ.281295>
- Sánchez-Cortés, M. S. y E. Lazos Chavero (2009). Desde dónde y cómo se construye la identidad zoque: la visión presente en dos comunidades de Chiapas. *Península*, 4(2), 55-79. <https://www.revistas.unam.mx/index.php/peninsula/article/view/44395>
- Urizar Pastor, L. P. (2023). Los estudios socioculturales de la alimentación; acercamientos diversos a las realidades alimentarias contemporáneas. *Mirada Antropológica*, 18(25), 3-5. <https://rd.buap.mx/ojs-dm/index.php/mirant/article/view/1108>