

Estudios Sociales

Revista de Alimentación Contemporánea y Desarrollo Regional

Volumen 36, Número 67. Enero – Junio de 2026
Revista Electrónica. ISSN: 2395-9169

Artículo

Transformación del paladar: cambios en las preferencias alimentarias en los pueblos náhuatl

Palate transformation: Shifts in dietary preferences among náhuatl communities

<https://doi.org/10.24836/es.v36i67.1691>
e261691

Ana Bertha García-Bravo*

<https://orcid.org/0000-0003-3794-9773>
garcia.bertha@colpos.mx

Javier Ramírez-Juárez*

<https://orcid.org/0000-0002-4993-6139>
rjavier@colpos.mx

Fecha de recepción: 01 de agosto de 2025.

Fecha de aceptación: 08 de diciembre de 2025.

*Colegio de Postgraduados, *Campus* Puebla, México.
Autora para correspondencia: Ana Bertha García-Bravo.

Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo, A. C.
Hermosillo, Sonora, México.



Transformación del paladar: cambios en las preferencias alimentarias en los pueblos náhuatl

García-Bravo, Ramírez-Juárez

Resumen

Objetivo: analizar las tendencias actuales de la dieta de San José Miahuatlán, comunidad indígena náhuatl, mediante la identificación de los cambios, las permanencias y las transformaciones de la dieta local. **Metodología:** observación participante y entrevistas etnográficas con mujeres entre 2023 y 2024. **Resultados:** se describen los cambios y permanencias en la cocina local desde la década de 1960, cuando predominaba el autoconsumo de ingredientes como maíz, frijol y chile criollo. Se identifican tres factores que han impulsado los cambios: la desvinculación de la producción agrícola local del consumo, la estigmatización de la comida local y la exaltación de la gastronomía moderna, promovidas por los medios de comunicación y las redes sociales, así como por los procesos migratorios. Estos factores están redefiniendo las dinámicas familiares y comunitarias en torno a los alimentos. **Limitaciones:** realizar estudios comparativos en otros contextos indígenas y con otras voces relevantes de la localidad, como las de productores locales, migrantes y jóvenes. **Conclusiones:** el estudio destaca la importancia de promover procesos de “reexistencia” creativa que reivindican la cocina tradicional como expresión de identidad cultural y de resistencia frente al poder dominante de los consorcios agroalimentarios.

Palabras clave: alimentación contemporánea, diversidad biocultural, cocina festiva, consumo, homogeneización cultural, náhuatl.

Abstract

Objective: This study analyzes current dietary trends in San José Miahuatlán, a Nahuatl Indigenous community, by identifying changes, continuities, and transformations in the local diet. **Methodology:** Participant observation and ethnographic interviews with women were conducted between 2023 and 2024. **Results:** The study documents changes and continuities in the local cuisine since the 1960s, when the diet was primarily based on self-consumption of ingredients such as maize, beans, and native chili peppers. Three key factors driving dietary change were identified: the disconnect between local agricultural production and consumption; the stigmatization of traditional foods; and the valorization of modern cuisine, both influenced by media, social networks, and migration processes. These factors are reshaping the dynamics of family and community around food. **Limitations:** Further research is needed in other indigenous contexts and should include additional relevant voices from the community, such as local producers, migrants, and young people. **Conclusions:** The findings highlight the need to promote creative processes of “re-existence” that reclaim traditional cuisine as a form of cultural identity and as a means of resistance to the dominant influence of agro-industrial corporations.

Keywords: contemporary food, biocultural diversity, festive cuisine, consumption, cultural homogenization, náhuatl.

Introducción

En las últimas tres décadas, la dieta de la población mexicana se ha homogeneizado progresivamente hacia una dieta alta en azúcares adicionados, grasas saturadas, carnes rojas y procesadas y productos ultraprocesados, en especial bebidas azucaradas (Rivera-Dommarco et al., 2023). La homogeneización, en parte, se debe a la transición de ecosistemas diversificados a hiperespecializados e integrados en sistemas de producción agroalimentaria (Contreras, 2019), cuyo objetivo es generar la renta que proveen los mercados internacionales. Los procesos de globalización no solo están homogeneizando la dieta y deteriorando la salud humana, sino que también se hallan reduciendo la diversidad genética en la agricultura y en la vida silvestre, y erosionando la vida social al desestabilizar sistemas socioculturales alternativos y complejos (Ehrenfeld, 2003), como la vida de los pueblos indígenas.

La diversidad cultural se relaciona estrechamente con la biodiversidad (Toledo et al., 2001). Los pueblos indígenas han desarrollado una estrecha relación con su entorno y poseen una profunda comprensión de su medio ambiente y de su territorio (Challenger, 1998). Su fuerte relación con el entorno les ha permitido conformar, en el paisaje, un mosaico de espacios diferenciados para satisfacer las necesidades de la comunidad (George, 1985), lo cual se refleja en las cocinas locales.

Los sabores que una cultura acopia en su cocina expresan una manera particular de conocer “paladeando” y de configurar la representación de la realidad (Cárdenas-Carrión, 2014). Estos sabores en la cultura son el resultado de un proceso histórico de la relación del hombre con su territorio y sus sistemas de producción, que van configurando los productos que se consumen, los platillos, la forma de cocinarlos, las maneras de consumirlos y su nutrición; por ello, los sistemas alimentarios pueden considerarse una manifestación de la identidad cultural (Contreras, 2019), al evidenciar contrastes y particularidades.

La producción industrializada de alimentos y la estandarización de los mercados de consumo son dos procesos que han propiciado la homogeneización del paladar, de los sabores, la estandarización de los ingredientes, los saberes, las herramientas de cocina, las recomendaciones nutricionales, el contenido de los platos y la forma de prepararlos. Así, la alimentación se restringe a una reducida cantidad de especies y variedades de ingredientes; la oferta y la demanda de alimentos están dirigidas, cada vez más, por las exigencias de los ciclos económicos del mercado (Conabio, 2013). Sin embargo, los procesos de homogeneización alimentaria tienden a encontrar "resistencias": movimientos que buscan recuperar los alimentos locales y los platillos tradicionales con "sabores específicos". De esta forma, aparece "la conciencia de la tradición culinaria" (Contreras y Gracia-Arnaiz, 2005), este concepto lo entendemos como un proceso en el que, 1) se identifican los ingredientes locales, los platillos tradicionales, las prácticas culturales en torno a la alimentación local y los sabores específicos; 2) se reconoce que la tradición culinaria refleja la historia y los valores de la localidad y 3) se comprenden los cambios y las permanencias de la cocina local, logrando así identificar los intereses propios y ajenos en las transformaciones y sus implicaciones. La conciencia de la tradición culinaria posibilitaría la reivindicación de los sabores tradicionales y el fomento de la cocina local, que debe preservarse como herencia cultural y estrategia de supervivencia de dicha población.

En los contextos rurales, encontramos una diversidad de pueblos indígenas, entendidos como grupos sociales que guardan una continuidad histórica con las sociedades anteriores a la colonia y se caracterizan por un vínculo estrecho con su territorio, así como por sistemas lingüísticos, culturales y organizativos diferentes a los de la sociedad dominante (Cerdeña-Shiguango et al., 2011). Esta diversidad biocultural se expresa, entre otros ámbitos, en la pluralidad de cocinas de México. Diversos estudios han descrito estas cocinas recurriendo a grupos indígenas específicos, como las cocinas mazahua, otomí, nahua, matlatzinca y tlahuica (Cano-Garduño y Gómez-Sánchez, 2017).

En el caso particular de los pueblos nahuas, se han realizado investigaciones en distintas localidades que han documentado prácticas, ingredientes locales y significados culturales asociados a la alimentación (Cano Garduño y Gómez Sánchez, 2017; Velázquez-Galindo, 2011). Sin embargo, el análisis que articule las prácticas de los pueblos náhuatl con los

procesos contemporáneos de transformación alimentaria sigue siendo limitado. Por ello, surgen las preguntas: ¿Cuáles son las características de la cocina local en los pueblos indígenas nahuas? ¿Qué factores están impulsando la transición de una dieta basada en productos locales a una dieta con alimentos procesados? ¿Se identifican “la conciencia de la tradición culinaria” y la reivindicación de la cocina tradicional en los pueblos indígenas?

Debido a la diversidad cultural y a la biodiversidad, daremos respuesta a las interrogantes a partir del caso de un pueblo indígena náhuatl en México. San José Miahuatlán, Puebla, se encuentra ubicado en el Valle de Tehuacán. El 58.04 % del clima es seco, muy cálido y cálido, y el resto es semiseco. De la vegetación, el 51.75 % corresponde a matorral, 14.09 % a selva, 10.29 % a pastizal y 21.67 % a la agricultura; se reporta que más del 80 % de la tierra no es apta para la producción agrícola (INEGI, 2010). La población total de San José Miahuatlán en 2020 fue de 14,018 habitantes, de los cuales el 52.1 % son mujeres y 47.9 % son hombres. De la población de más de tres años, 75,5 % es hablante de lengua indígena, predominantemente el náhuatl. En 2020, el 58.1 % de la población se encontraba en situación de pobreza moderada y 27.3 % en situación de pobreza extrema (Gobierno de México, 2024).

Los objetivos de este trabajo son: describir la tendencia de la dieta alimentaria y analizar los cambios, las permanencias y las transformaciones de la dieta local en una localidad indígena náhuatl. Lo anterior permitirá generar conciencia sobre la problemática en las comunidades con población indígena en relación con los procesos de producción-consumo y proponer acciones para atenderla en comunidades con alta marginación.

Metodología

No existe homogeneidad entre las cocinas locales de México, ya que estas se ven influidas por el ecosistema, la cosmovisión y el devenir histórico de la localidad. Por ello, recurrimos a un estudio etnográfico con un enfoque cualitativo. En el período 2023-2024 se examinaron las prácticas alimentarias actuales y los cambios percibidos en las dos localidades más grandes del municipio de San José Miahuatlán, Puebla: la cabecera municipal, San José Miahuatlán, y la localidad de San Jerónimo Axoxitlán. En esta investigación, al referirnos a San José Miahuatlán, nos referimos al municipio en su conjunto, lo que incluye a ambas localidades de

manera indistinta. No hay manipulación ni intervención de variables, por tratarse de un estudio inductivo; sin embargo, están definidos los ejes temáticos analíticos: cambios, permanencia y transformación en la dieta local.

Se eligieron estas localidades porque son pueblos indígenas náhuatl, con un clima propicio para la producción agrícola y, por tanto, con una biodiversidad propia de un medio seco. Además, mediante la observación participante se identificó que las personas denominan los platillos locales en náhuatl. Estas comidas son claramente identificables en la vida cotidiana y se preparan con ingredientes locales. Sin embargo, no hay establecimientos de comida tradicional; solo algunos de estos alimentos se comercializan en el mercado de la zona.

Métodos de Investigación

Para recabar la información, se utilizaron dos métodos de investigación: la observación participante y las entrevistas etnográficas (Beaud, 2018), con el objetivo de comprender los cambios en los patrones alimenticios. En el período comprendido entre noviembre de 2022 y mayo de 2023 se estuvo en la localidad de manera continua, participando en las actividades de la vida cotidiana. Se registraron los patrones y las tendencias de los hábitos alimentarios, así como la relación entre la dieta y el contexto ambiental y sociocultural.

En abril de 2024, se realizaron diez entrevistas etnográficas con un grupo específico de informantes clave: mujeres que han cocinado desde temprana edad y han observado cambios en los patrones alimenticios a lo largo del tiempo. Las entrevistas se realizaron de manera individual, con el apoyo de una traductora local. Para su desarrollo se utilizó un guion de preguntas semiestructuradas, los temas fueron: la comida cotidiana y de fiesta que se consumía en la niñez, el origen y las estructuras de la comida, los hábitos en torno al consumo, las bebidas, los cambios en los patrones alimenticios y los posibles factores que lo propiciaron.

Diez entrevistas se realizaron con mujeres dedicadas a la preparación de alimentos, con edades entre 41 y 72 años, seleccionadas por contar con experiencia en la cocina local de San José Miahuatlán. De manera complementaria, participaron cuatro hombres: tres de ellos estuvieron presentes durante las entrevistas junto con las cocineras —en calidad de esposos o familiares cercanos—, y uno más colaboró en la redacción y traducción escritas, con la finalidad de precisar los conceptos en náhuatl. Las entrevistas se realizaron en sus domicilios

y, previo a su realización, se explicó de manera clara el propósito y los objetivos de la investigación; todos los participantes otorgaron su consentimiento informado para participar de forma voluntaria.

Es posible la presencia de sesgos relacionados con la memoria de las participantes, con la interpretación del equipo de investigación y con la mediación lingüística durante la traducción del náhuatl al español. Sin embargo, para mitigar posibles sesgos, la cantidad de entrevistas se determinó en función de la saturación de los datos, hasta que las respuestas se repitieron de manera constante y se consideraron consistentes y representativas. Se trianguló la información obtenida con la observación participante.

La información recopilada se sistematizó en una primera etapa con el propósito de identificar los platillos que cada entrevistada cocina y consume habitualmente. Posteriormente, con el apoyo de la traductora, se definieron los platillos que se presentan en el apartado de resultados, así como la redacción en náhuatl de dichos platillos y de sus ingredientes. Para la clasificación de la información se tomaron en cuenta tanto los relatos de las personas entrevistadas como las referencias bibliográficas pertinentes (Ramírez-Vidal, 2024). Se organizaron y clasificaron los datos en tres apartados: la cocina cotidiana, la cocina en días especiales y los cambios en los patrones alimenticios.

Resultados

Cocina cotidiana en San José Miahuatlán, Puebla

El señor GMG mencionó que en los años sesenta del siglo pasado, los alimentos de la dieta provenían principalmente del autoconsumo; calcula que representaban aproximadamente el 80 % de la ingesta cotidiana. Los alimentos se cultivaban, en particular, en la localidad. Muchos de los platillos que se consumían conservan su nombre en náhuatl hasta la fecha, lo que refleja la herencia cultural y culinaria de la región. A continuación, se describen los platillos de la región junto con sus principales ingredientes (tabla 1).

Transformación del paladar:
cambios en las preferencias alimentarias en los pueblos náhuatl

García-Bravo, Ramírez-Juárez

Tabla 1.

Cocina cotidiana en San José Miahuatlán

Platillo en náhuatl	Ingredientes
<i>Etlsoyonke</i>	Frijol frito con cebolla y manteca.
<i>Etlchilo</i>	Frijol, epazote, ajo, chile canario, tempesquistle con manteca.
<i>Etepayá</i>	Frijol quebrado, cebolla, hoja de aguacate, cilantro con manteca.
<i>Etlxoxouikchilo</i>	Frijol frito con manteca, chile canario o guachinanguito ¹ , epazote, ajo y tempesquistle.
<i>Etlposonke</i>	Frijol hervido, guachinanguito y sal.
<i>Serranoetl</i>	Frijol de la sierra, ajo, epazote, tempesquistle, manteca o carne.
<i>Chiltomayo</i>	Salsa de tomate rojo, chile y ajo.
<i>Chilajakile</i>	Tortilla bañada en salsa de chile costeño (chile serrano).
<i>Memelamatso</i>	Tortilla gruesa (memela) despedazada, frita en manteca, chile costeño y tomate (tomate rojo o jitomate).
<i>Melakakilitl</i>	Quelite <i>melakakilitl</i> , guachinanguito, sal.
<i>Chilkilitl</i>	Rama del chile <i>xoxouikchile</i> , sal y agua. (Comentan que este tipo de chile ya no se encuentra en la localidad).
<i>Tomatlakuale</i>	Tomate, guachinanguito, cebolla, ajo tempesquistle, sal.
<i>Ayokposonke</i>	Calabaza hervida, chile, cebolla, ajo, cilantro.
<i>Mikenojpale</i>	Nopal grueso que se rellenaba con charales, epazote, chile <i>xoxouikchile</i> , ajo y cebolla, se asaba y solo se consumía el relleno.
<i>Teksismole</i>	Papas hervidas con salsa de chile <i>chiltepek</i> .
<i>Michime posonke</i>	Huevo con salsa de tomate rojo.
<i>Toromitl</i>	Pescado, agua, epazote y chile.
<i>Pitsonakamole</i>	Carne de res en caldo con <i>exolamej</i> (frijol ayocote).
	Carne de puerco acompañado en salsa de chile costeño, ajo y tomate.

Fuente: elaboración propia con datos de campo. Las palabras en cursiva están escritas en náhuatl.

Estos platillos (tabla 1) aún forman parte de la ingesta diaria en la localidad. Se observa un consumo significativo de maíz, frijol, chile y tomate rojo criollo (chino criollo) (Canul-Ku, González-Pérez, Barrios-Gómez, Pons-Hernández, y Rangel-Estrada, 2022), lo que indica la fuerte dependencia que se guardaba con la producción local y su estrecha relación con los recursos disponibles en el entorno cercano. Las personas recuerdan que los alimentos, generalmente, se consumían en torno al fogón o al metate, donde se molía la masa para las tortillas. El consumo de los alimentos se realizaba en grupo y, casi siempre, en torno a los horarios de ir al campo: a las siete de la mañana, a la una del mediodía y a las cinco de la tarde.

Los platillos mencionados se pueden agrupar por el ingrediente principal en: 1) platillos a base de frijoles (*eltsoyonke*, *chilajakile*, *etlchilo*, *etlxoxouikchilo*, *etlposonkej*, *serranoetl*),

¹ En la San José Miahuatlán se denomina al chile serrano: chile guachinanguito o chile costeño, utilizaremos el nombre que las personas digan.

2) Platillos con tomate (*tomatlakuale*, *chiltomayo*, *memelamatso*, *teksismole*), 3) platillos con otros vegetales como son el tempesquistle, los quelites, la calabaza, los nopales, el *xoxouikchile*, 4) platillos con tortilla, en donde la tortilla se fríe y se agregan otros ingredientes, 5) platillos con proteína animal, como lo es con huevo, con carne de toro, cerdo, borrego o chivo. Cabe señalar que los platillos con carne solo se consumían en días de mercado y de fiesta, y que el mercado se instalaba una vez a la semana. Además, en el territorio de San José Miahuatlán, existen manantiales, en donde se reporta que hubo una diversidad de animales acuáticos para el consumo humano: doradilla (*petska*), charales (*xalmichimej*), ranas de río comestibles (*karsomej*), camarón negro (*chakalimej*). Esos productos se comercializaban en el mercado local, o los pescadores los ofrecían de casa en casa después de capturarlos.

La cocina en días especiales en San José Miahuatlán

Los alimentos no solo cumplen la función básica de proporcionar nutrientes, sino que también son una expresión de la cultura, evidente en días importantes para la comunidad, reflejada en el nombre de los platillos y en el calendario ritual y festivo. Así, los alimentos proporcionan un sentido de pertenencia e identidad. En San José, Miahuatlán, se ofrecen platillos especiales en los días rituales y de fiesta, lo que evidencia la herencia mesoamericana de los pueblos indígenas y el sincretismo con la religión católica (tabla 2).

Transformación del paladar:
cambios en las preferencias alimentarias en los pueblos náhuatl

García-Bravo, Ramírez-Juárez

Tabla 2.
Comida de días especiales en San José Miahuatlán, Puebla

Fecha	Comida	Ingredientes
Semana Santa Entre abril y marzo	<i>Tomatlakuale ika teksistli uan michi</i>	Pescado de río con huevo, tempesquistle, jitomate, ajo y cebolla
	<i>Ayojuaxmole</i>	Semilla de calabaza, masa, frijol blanco, hierba santa, chile guachinanguito, sal
	<i>Xokoatole</i>	Atole agrio rojo
	<i>Tesiuatole</i>	Atole con maíz blanco quebrado
	<i>Camarón</i>	Tortas de camarón seco con huevo y tempesquistle en mole
Fiesta de la Santa Cruz 3 de mayo	Mole con carne de guajolote	Chile, almendras, canela, pasas, plátano macho, tortilla, ajo, clavo, tomillo, anís, semilla de cilantro, ajonjolí, hoja de aguacate, manteca
Siembra Abril y marzo	<i>Etlchilo</i> y arroz	Frijol, epazote, ajo, chile canario, tempesquistle con manteca
	<i>Lapo</i>	Pulque con jugo de caña
Cosecha Octubre	<i>Ojpachile, chilajakile y ayojuachtle</i>	Pico de gallo, tortilla bañada con salsa de chile costeño y semillas de calabaza
Día de muertos 30 de octubre	<i>Xokotamale</i>	Tamales de frijol horneados en hoyo en la tierra
31 de octubre	<i>Nakatamale</i>	Tamal con salsa de tomate, puede o no llevar carne
	<i>Pinolatole</i>	Atole de pinole (maíz tostado)
1 de noviembre	<i>Pistamale</i> y mole con guajolote	Tamal de la semilla del <i>tlilyapomej</i> (<i>tempesquistle maduro</i>) y mole con carne de guajolote
Funerales	<i>Chilajakile o etepaya</i>	Tortilla bañada en salsa de chile costeño Frijol hervido o con manteca
	Fermento de mezcal	Preparado con: mezcal (alcohol de caña), agua y hierbas reposadas

Fuente: elaboración propia con datos de campo. Nota: las palabras en cursiva están escritas en náhuatl.

También se identificó que, estos platillos de días especiales se encuentran preparados con diversos vegetales que son herencia de la diversidad biológica y culinaria; por ejemplo, los consumidos en Semana Santa: el *ayajuachmole*, pipián elaborado con semilla de calabaza.

La característica del pipián es que la semilla tostada sirve para espesar la salsa (Ambigú, 2021). En San José Miahuatlán también se utiliza la semilla de guaje (*uaxmole*) y la semilla de algodón (*ichkayole*) para elaborar pipianes. Otro producto muy utilizado en la localidad es el tempesquistle, el cual se consume en estado verde y maduro (*tlilyapo*); y la semilla del *tlilyapo* se consume en tamales.

Otro elemento destacado en las festividades, son las bebidas. Se reportaron tres bebidas principales: el lapo, mezcal con hierbas y atoles. El lapo es una mezcla de pulque y jugo de caña (*nekuatl*). El fermento de mezcal con diversas hierbas, consiste en un litro de mezcal, con dos litros de agua y hierbas como hierba de muestra, *zacadechichi*, calanca, anís, o más recientemente, tejocote o manzana. Los atoles para las festividades son: el atole agrio (*xokoatole*), fermento de maíz rojo y el atole de granillo (*tesiuatole*), hecho con maíz quebrado. La elaboración de dichas bebidas resulta beneficiosa para la nutrición y la salud de quienes las consumen y ha sido el resultado de una interacción compleja de elementos biológicos y culturales como lo son: los sustratos, los microorganismos que causan la fermentación y los grupos culturales que desarrollaron, mantuvieron, producen y consumen el producto (Ojeda-Linares et al., 2021).

Cambios en el paladar y sus implicaciones

Aunque los platillos anotados y descritos se siguen consumiendo, las características de ese consumo se han modificado drásticamente. La mayoría de las entrevistadas mencionan que ya no producen lo que comen, lo compran en el mercado local. En San José, tanto hombres como mujeres se dedicaban a las actividades agrícolas, sin embargo, actualmente, la cantidad de productores ha disminuido. De quienes se dedican a la agricultura mencionan que, con lo que siembran abastecen menos del 20 % de la dieta, principalmente consumen el maíz. En la comunidad se percibe que las tierras para cultivo se encuentran abandonadas, en arrendamiento o con cultivos destinados al mercado.

La tabla 3 muestra que, de manera general, el área destinada a sembrar ha disminuido considerablemente, solo en el último período se ve un incremento en el área destinada a maíz y frijol. El maíz de temporal muestra un rendimiento promedio de 0.70 toneladas por hectárea, en comparación con el maíz sembrado en riego en el mismo período, que registra un

Transformación del paladar:
cambios en las preferencias alimentarias en los pueblos náhuatl

García-Bravo, Ramírez-Juárez

rendimiento promedio de 2.86 toneladas por hectárea (SIAP, 2022). En cuanto a los cultivos, en 2005 se reportaron 198 hectáreas cultivadas con maíz, frijol y tomate, además de caña de azúcar. Para 2022, además del maíz, el frijol y el tomate, se reportó la siembra de avena forrajera en verde (17 hectáreas), chile seco (6 hectáreas), chile verde (en promedio, 21 hectáreas), elote (en promedio, 34 hectáreas), sorgo grano (12 hectáreas), zempoalxochitl (6 hectáreas), alfalfa verde (263 hectáreas), pitahaya (4 hectáreas) y pitaya (2.7 hectáreas) (SIAP, 2022). Los cambios en el área destinada a la siembra y los productos muestran la transición paulatina de la producción; identificamos una menor área destinada a la agricultura y una mayor diversificación de la producción con fines comerciales.

Tabla 3.
Producción de frijol, maíz, tomate rojo en San José Miahuatlán, Puebla

Año	Nombre del cultivo	Sembrada (ha)	Cosechada (ha)	Volumen de producción (t)	Rendimiento (t/ha)	Precio por tonelada	Valor de la producción
2003	Maíz grano	1,650.0	1,585.0	364.55	0.23	2,200.00	802,010.00
2005	Maíz grano	350.0	290.0	174.00	0.60	2,500.00	435,000.00
2010	Maíz grano	350.0	350.0	224.70	0.64	3,600.00	808,920.00
2015	Maíz grano	779.0	779.0	350.55	0.45	3,479.20	1,219,633.56
2020	Maíz grano	430.0	430.0	563.30	1.31	4,800.89	2,704,341.34
2022	Maíz grano	1,450.0	1,450.0	1,377.50	0.95	4,770.00	6,570,675.00
2003	Frijol	220.0	198.0	35.64	0.18	8,000.00	285,120.00
2005	Frijol	40.0	40.0	12.00	0.30	8,000.00	96,000.00
2010	Frijol	40.0	40.0	10.00	0.25	11,500.00	115,000.00
2015	Frijol	43.0	43.0	14.19	0.33	11,283.65	160,114.99
2020	Frijol	27.0	27.0	14.85	0.55	13,610.00	202,108.50
2022	Frijol	88.0	88.0	84.48	0.96	13,300.00	1,123,584.00
2003	Tomate rojo (jitomate)	45.0	45.0	441.00	9.80	8,500.00	3,748,500.00
2005	Tomate rojo	10.0	10.0	80.00	8.00	11,250.00	900,000.00
2010	Tomate rojo	10.0	10.0	125.25	12.53	12,500.00	1,565,625.00
2015	Tomate rojo	5.0	5.0	45.00	9.00	4,057.78	182,600.10
2020	Tomate rojo	13.0	13.0	462.00	35.54	5,510.83	2,546,001.60
2022	Tomate rojo	3.5	3.5	390.50	111.57	7,973.66	3,113,714.23

Fuente: datos del municipio de San José Miahuatlán, Puebla. Servicio de Información Agropecuaria y Pesquera (SIAP, 2022). Nota: el frijol y el maíz reportados son de temporal. El tomate es de riego y son variedades comerciales.

Los cambios en los productos cultivados se reflejan en las preferencias del paladar y, por tanto, en los platillos. Se observó, por ejemplo, que cuando a los pequeños los llevan al jardín de niños, sus mamás les *compran*, de almuerzo, un jugo comercial y un yogurt. Además,

en las entrevistas mencionaron: “Del *pistamale*, creo, solo se consume el 20 % de lo que se consumía antes”.² “Yo (mujer de 46 años) solo como unas tres veces a la semana lo que comía de niña y mi hija (menor de 20 años) una vez al mes”.² “Los niños ya no quieren comer eso (la comida tradicional)”.² Así, no solo la producción de alimentos, sino el consumo está más ligado a la adquisición de alimentos, lo que conlleva a la pérdida de la soberanía alimentaria que se tuvo en algún tiempo y al aumento del consumo de productos externos a la región y de productos procesados.

También se reportaron otros productos que son cada vez más escasos en San José: alimentos tales como el *nojpalnochtle* (tuna roja del nopal), la jiotilla, el garambullo, el xoconoxtle de diferentes colores, el chupandillo, la cuapetla (pitayo), la tetetsa (botón floral de cactácea) y la *kajkaya* (flor del maguey). Hay otros alimentos que ya no se utilizan en la localidad, incluso personas jóvenes no reconocen que esos productos sean comestibles, como es el caso del *ichkayole*, (semilla de algodón), el *karsomej* (ranas de río comestibles), el camarón negro (*chakalimej*), el pez doradilla (*petska*) y el lapo (preparado de pulque). La escasez se atribuye a que ya casi no los recolectan, porque no hay muchas personas que vayan al monte a buscarlos. La pérdida del conocimiento y el uso puede provocar que ya no se puedan identificar ni utilizar estos elementos, no habría interés en cuidarlos ni en reproducirlos, poniendo en peligro la biodiversidad misma.

En consecuencia, se está deteriorando el conocimiento sobre la preparación de alimentos y las herramientas de cocina. CJGJ³ menciona que, si ella quisiera hacer *pistamale*, *xokotamale* o mole, no lo haría sola, iría con su mamá, su suegra o hermanas mayores para hacerlo junto con ellas, por no tener los conocimientos, las herramientas y dudar de la receta.

Discusión

En San José Miahuatlán, existe, y persiste una cocina tradicional (Good, 2021) que aún se refleja tanto en la cocina cotidiana como en los platillos de días especiales o de fiesta, caracterizada por alimentos del ecosistema regional. No obstante, se observa una transición

² Entrevista realizada a GLRM, 46 años, el día 18 de marzo del 2024.

³ Entrevista realizada a CJGJ, 41 años, el día 15 de abril del 2024.

acelerada hacia la disminución del autoconsumo y una creciente dependencia de la compra de alimentos industrializados y ultraprocesados. El cambio responde, al menos, a tres factores: 1) la desvinculación entre la producción agrícola local y el consumo local, 2) la estigmatización de la comida tradicional frente a la exaltación de la gastronomía moderna, promovida por medios de comunicación y redes sociales y 3) los procesos migratorios que debilitan la fuerza del trabajo agrícola al mismo tiempo que permiten mayor acceso a ingresos monetarios. Finalmente, no se identificó una conciencia explícita de la tradición culinaria, más bien, se evidenció la estigmatización de la cocina local.

Factores que impulsan la transición de la cocina local

Desarticulación de la producción agrícola con el consumo local

Antes de 1980, la dieta era predominantemente de autoconsumo, basada en maíz, frijol y chile, además de elementos locales como el tempesquistle, algunos quelites locales, el tomate chino criollo y animales acuáticos. Al igual que en otras culturas, los náhuatl de esta región se han adaptado al ecosistema para la reproducción de la vida (Restrepo, 2016), lo que ha permitido no solo satisfacer sus requerimientos nutrimentales (Pedroza-Ortega, 2023), sino también reflejar su herencia cultural.

Un elemento que resalta la herencia cultural en la dieta local, son los platillos que se consumen en días importantes para la comunidad. Por ejemplo, la comida en torno al 3 de mayo, aunque es una festividad católica, la comida refleja la permanencia de los ritos de la siembra, la lluvia y los cerros, que se celebraban en las ceremonias prehispánicas (Broda, 2016; Broda y Montúfar-López, 2013; Martínez-Ruiz, 2016). También, es clara la influencia del Viejo Mundo, mostrando el sincretismo y la influencia en el calendario festivo, en los ingredientes de los alimentos y su preparación, al igual que en otras culturas (Katz, 2018). Por tanto, las dietas locales no son estáticas, tienen un dinamismo que ha enriquecido la cocina local y que está fuertemente arraigada a la identidad local, que no solo es ritual sino que nutre de manera importante (Alavez, Vega, Cedillo, Pacheco y Wegier, 2023; Peralta-Juárez, Gómez-Campos, Romero-Castillo, y Reyes-Dorantes, 2017; Roa-Condori y Bolívar-Viza, 2020) y son propios de la región.

A partir de la década de los setenta, y con mayor intensidad tras la entrada en vigor del Tratado de Libre Comercio de América del Norte en 1994, se pasó de producir para el consumo interno a satisfacer las demandas del mercado internacional (Ramírez Juárez, 2022). En San José Miahuatlán la transición significó pasar del 80 al 20 % de la producción para autoconsumo y una mayor diversificación de la producción con fines comerciales. Los alimentos regionales perdieron protagonismo en la dieta cotidiana. La desarticulación de la agricultura con fines de autoconsumo y el uso de la producción como alimento de las familias han afectado negativamente la calidad de la dieta, disminuyendo la variedad y la cantidad de productos locales para la cocina tradicional, lo que también ha afectado las relaciones en torno a la alimentación (Contreras, 2019).

Estigmatización de la comida local y exaltación de la gastronomía moderna

El estudio reveló que algunos alimentos, como la manteca, han adquirido una carga simbólica asociada al estatus económico. “La manteca era cara; comprábamos una onza de manteca para dos semanas y ahora medio kilo o más para dos semanas”⁴. “Antes, el mole se preparaba con 1 kilo de chile y medio kilo de manteca; ahora, para un kilo de chile, usamos cuatro kilos de manteca”⁵. En San José se observa un alto consumo de manteca. Los comentarios permitieron identificar que más manteca implica una mejor situación económica, una mejor comida y, por tanto, un mejor estatus. Ahora se observa una situación similar con los alimentos procesados: da más prestigio llevar jugo o yogurt a la escuela que tortillas, se asocia con altos ingresos.

Por otra parte, la comida tradicional se asocia con la pobreza. “Si se come solo la comida local, la de antes, es porque no tienen nada (dinero)”². Para reemplazar a la cocina local por códigos gastronómicos importados, se emplean principalmente dos estrategias en la manera de percibir los alimentos: una es estigmatizar a la comida local de retrasada, limitada y asociarla con la pobreza; y la otra, es dar el estatus de civilizada y científica a la comida industrializada y los productos que generan mayor rentabilidad en el mercado de alimentos. Tales percepciones de la comida moderna permiten ver como deseable el cambio en los patrones de consumo y reforzar la idea de que la comida moderna es superior y, por tanto,

⁴ Entrevista realizada a CJGJ, 72 años, el día 15 de abril del 2024.

⁵ Entrevista realizada a AHM, 62 años, el día 15 de abril del 2024.

permitir la imposición de una gastronomía ajena (Albán, 2010; Amaya-Castellanos, Gamboa-Delgado, Santacruz-Chasoy y Pelcastre-Villafuerte, 2022; Janer, 2022).

El estatus está presente en la cocina; es una de sus características. En San José, se observa que hay comida para los días especiales y para los días cotidianos; desde los ingredientes hasta la forma de preparar denotan prestigio. Sin embargo, la colonialidad está estigmatizando toda la cocina local con el fin de suplantar los sistemas alimentarios en su beneficio. “La idea de colonialidad del gusto se encuentra directamente relacionada con un proceso ideológico y naturalizado, [que implica:] hacer sentir vergüenza y desdén por los alimentos propios, [lo cual] ha sido una constante casi desde los comienzos del encuentro colombino” (Ramírez-Vidal, 2024, p. 29).

Janner (2022) apunta que las experiencias gustativas se han audiovisualizado, cada vez más, los medios y las redes sociales evocan a través de la percepción visual y auditiva. La televisión y el Internet, en particular aplicaciones como Instagram, proponen guiar el consumo de alimentos y la experiencia del gusto, pero no lo hacen mediante el saboreo, sino mediante el disfrute de la comida a través de los ojos y los oídos (Janer, 2022). Por lo anterior, es crucial recuperar el sabor y las sensaciones táctiles asociadas a la comida en lugares como en San José Miahuatlán, en donde existe una cocina local con sus sabores y sensaciones ligados a memorias más o menos concretas de lo propio, “saber saborear”; frente a la insipidez de lo anónimo y ajeno, del estándar propuestos por los conocedores o por los costosos anuncios que son ajenos al devenir de lo local (Contreras, 2019; Janer, 2022). Como se ha expuesto, comer no solo nutre, sino que también establece relaciones sociales, expresa la identidad cultural, protege y cuida la biodiversidad.

Migración

El prestigio de consumir alimentos industrializados tiene un costo: la alta migración en el municipio. En la pirámide poblacional se observa una disminución en la población entre las edades de 20 a 34 años (Gobierno de México, 2024), así la fuerza de trabajo más importante necesita salir para poder obtener ingresos para adquirir, en este caso, los alimentos; deteriorando las relaciones familiares y sociales que permitían la transmisión de las prácticas en torno a la cocina, además de las implicaciones que conlleva la migración para los

individuos que migran, en la mayoría de los casos de manera ilegal. Asimismo, la migración de varones en edad de mayor productividad está dejando el campo abandonado (Díaz-Garay y Juárez-Gutiérrez, 2008).

La literatura documenta que la migración, tanto interna como internacional, modifica los patrones de consumo tanto en las personas que experimentan movilidad como en los lugares de origen de los migrantes. Los cambios están vinculados a que la migración puede aumentar la diversidad alimentaria en hogares que reciben remesas, también tiende a incrementar el consumo de alimentos industrializados; esto contribuye a una preferencia por sabores asociados con estilos de vida urbanos y globalizados, desplazando sabores tradicionales y prácticas de consumo locales (Varre, Dustin y Van Vliet, 2025).

Ausencia de conciencia explícita

En San José Miahuatlán no encontramos indicios de una “conciencia de la tradición culinaria” explícita. Por el contrario, observamos una proliferación de restaurantes con menús de hamburguesas, tacos, sushi y otras gastronomías importadas. La comida local sí se consume, pero cada vez en menor proporción; hay poca comercialización de estos alimentos; encontramos algunos elementos en los mercados del jueves y el domingo. Sin embargo, el pueblo de San José Miahuatlán ha resistido al poder dominante y, al igual que otros pueblos, ha desarrollado formas creativas para seguir inventándose la existencia. Los pueblos indígenas siguen manteniendo y desarrollando formas de producción de su existencia cotidiana, de reexistencia (Albán, 2010).

Para continuar reelaborando la existencia y resistir los procesos de homogeneización cultural y alimentaria, es necesaria, entre otras cosas, la conciencia de la tradición culinaria. Este trabajo permitió identificar los ingredientes locales, los platillos tradicionales, las prácticas culturales en torno a la alimentación local; también, se logró reconocer que la tradición culinaria refleja la historia y los valores de la localidad; y se comprendieron los cambios y las permanencias de la cocina local, logrando identificar los intereses propios y ajenos en las transformaciones y sus implicaciones.

Si la comunidad en su conjunto desarrollara conciencia de la tradición culinaria que posee, se podría aspirar a concretar la conservación y recuperación de la diversidad biológica

y culinaria, así como de los platos propios con "sabores específicos" (Contreras y Gracia-Arnaiz, 2005). Hace falta que desde los actores locales se reconozca la tradición culinaria y puedan reflexionar la historia y los valores que se expresan en la comida local. Además, es necesario que haya un intercambio intergeneracional para identificar los intereses propios y ajenos en las transformaciones y en el devenir de la cocina en San José Miahuatlán.

Reivindicar los sabores locales constituye una estrategia de supervivencia. Los consumidores de sabores locales incentivarán la producción de esos alimentos, y son los cultivos tradicionales quienes se verán menos afectados por el cambio climático, debido a que el ecosistema local alberga una mayor diversidad agrogenética (Arias-Montevechio et al., 2023). Asimismo, eventos como la pandemia de Covid-19 dejaron en claro la fragilidad de las cadenas de suministro, y fueron los productores locales quienes lograron proporcionar alimentos a importantes segmentos de la población (Díaz, 2021).

No se pretende ni romantizar ni negar las carencias de los pueblos indígenas, quienes han sido relegados a tierras de baja productividad y afrontan restricciones que limitan su calidad de vida. Tampoco se pretende aislarlos de los intercambios culturales que enriquecen la vida de los pueblos. Sin embargo, es evidente que quienes impulsan la tendencia de la cocina local son los consorcios agroalimentarios, que no tienen interés en el bienestar de la población local. Las comunidades han desarrollado procesos de reexistencia creativos que les han permitido resistir al poder dominante y preservar su herencia biocultural. Se espera que este estudio contribuya a fortalecer la conciencia sobre la cultura culinaria y a reivindicar los sabores de la cocina de San José Miahuatlán.

Limitaciones

El trabajo se realizó en el municipio de San José Miahuatlán, tomando en cuenta dos de sus principales localidades, sin embargo, es necesario ampliar el área de estudio a otros municipios de la región para poder generalizar resultados o determinar si es necesario hacer propuestas solo a nivel local. Otro punto es que, en las entrevistas, solo se tomó en cuenta a mujeres que cocinan; es necesario ampliar el rango a jóvenes, hombres y migrantes en retorno, quienes también forman parte de la dinámica alimentaria local y, desde la perspectiva de

género, comprender el rol de la mujer en los procesos de transformación. Además, el trabajo tomó en cuenta narrativas de la memoria oral; es necesario realizar trabajos de índole histórica y antropológica con el fin de definir el sabor de la cocina tradicional desde la perspectiva de sus actores, así como realizar trabajos etnobotánicos para identificar y registrar las especies, sus usos y sus propiedades, no solo nutrimentales y medicinales, sino también en consonancia con los intereses locales. Aunque el estudio se realizó en un ámbito local, ha permitido destacar la necesidad de profundizar en la vida cotidiana y en los sabores locales para elaborar respuestas a los grandes problemas actuales: la pérdida de biodiversidad, la homogeneización cultural y la promoción de círculos cortos de comercialización, así como propuestas de soberanía alimentaria.

Conclusiones

En este trabajo se identificaron la cocina tradicional, los ingredientes y las prácticas en torno a la alimentación de los días cotidianos y especiales en San José Miahuatlán. También se identificaron tres factores que impulsan la transición alimentaria: la desarticulación entre producción y consumo; la estigmatización de la comida local, aunada a la exaltación de la comida moderna; y los procesos migratorios. No se identificó una conciencia explícita de la tradición culinaria local, pero sí se identificaron prácticas de reexistencia. Es necesario generar, desde las comunidades, una conciencia explícita de los múltiples valores de la cocina tradicional, de modo que sean ellas mismas quienes definan su rumbo alimentario con base en sus propios intereses y no se subordinen a presiones externas.

Agradecimientos

Agradecemos a los hombres y mujeres de San José Miahuatlán que participaron en esta investigación por su colaboración y ayuda. Agradecemos a los traductores María Barahona y Juan Sandoval por sus contribuciones a la traducción y por la precisión en los conceptos y sus propiedades.

Referencias bibliográficas

- Alavez, V., Vega, M., Cedillo, A. G., Pacheco, R. H. y Wegier, A. (2023). *Gossypium aridum* (Rose y Standley ex Rose) Skovsted *Gossypium armourianum* Kearney *Gossypium barbadense* Linnaeus *Gossypium davidsonii* Kellogg *Gossypium gossypoides* (Ulbrich) Standley *Gossypium harknessii* Brandegee *Gossypium hirsutum* Linnaeus *Gossypium laxum* Phillips *Gossypium lobatum* Gentry *Gossypium schwendimannii* Fryxell y S. Koch *Gossypium thurberi* Todaro *Gossypium trilobum* Skovsted *Gossypium turneri* Fryxell Malvaceae. En A. Casas y J. J. Blancas Vázquez (Eds.), *Ethnobotany of the Mountain Regions of Mexico. Ethnobotany of Mountain Regions* (pp. 1273-1303). Springer Cham, doi: https://doi.org/10.1007/978-3-319-77089-5_38-1
- Albán, A. (2010). Comida y colonialidad. Tensiones entre el proyecto hegemónico moderno y las memorias del paladar. *Calle14: revista de investigación en el campo del arte*, 4(5), 10-23. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=279021514002>
- Amaya-Castellanos, C., Gamboa-Delgado, E. M., Santacruz-Chasoy, E. y Pelcastre-Villafuerte, B. E. (2022). Loss of ancestral food practices and perception of its effect on children's health among Inga indigenous grandmothers, Nariño, Colombia. *BMC Public Health*, 22(1), 1452. doi: <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13828-z>
- Ambigú (2021). Pipián, comida de reyes, con uso de semillas de calabaza. *Ambigú*. Recuperado de <https://revistaambigu.com/pipian-comida-de-reyes-con-uso-de-semillas-de-calabaza/>
- Arias-Montevechio, E., Crispin-Cunya, M., Fernández-Jorquera, F., Rendon, E., Vásquez-Lavin, F., Stehr, A. y Ponce-Oliva, R. D. (2023). Traditional crops and climate change adaptation: Insights from the Andean agricultural sector. *Climate and Development*, 15(9), 723-737. doi: <https://doi.org/10.1080/17565529.2022.2151307>
- Beaud, S. (2018). El uso de la entrevista en las ciencias sociales. En defensa de la entrevista etnográfica. *Revista Colombiana de Antropología*, 54(1), 175-218. doi: <https://doi.org/10.22380/2539472X.388>
- Broda, J. (2016). El agua en la cosmovisión de Mesoamérica. *Agua en la Cosmovisión de los Pueblos Indígenas en México*. (pp. 13-28). México: Comisión Nacional del Agua.
- Broda, J. y Montúfar-López, A. (2013). *Figuritas de amaranto en ofrendas mesoamericanas de petición de lluvias en Temalacatzingo, Guerrero. Identidad a través de la cultura alimentaria* (pp. 131-153). México: Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad.
- Cano-Garduño, L. y Gómez-Sánchez, David. (2017). *Cinco sabores tradicionales mexiquenses. Cocina mazahua, otomí, nahua, matlatzinca y tlahuica*. México: Consejo Estatal para el Desarrollo Integral de los Pueblos Indígenas del Estado de México-Universidad Intercultural del Estado de México.
- Canul-Ku, J., González-Pérez, E., Barrios-Gómez, E. J., Pons-Hernández, J. L. y Rangel-Estrada, S. E. (2022). Caracterización morfológica y agronómica de germoplasma de tomate nativo del sur de México. *Revista Fitotecnica Mexicana*, 45(1), 23. doi: <https://doi.org/10.35196/rfm.2022.1.23>
- Cárdenas-Carrión, B. M. (2014). Construcciones culturales del sabor: comida rarámuri. *Anales de Antropología*, 48(1), 33-57. doi: [https://doi.org/10.1016/S0185-1225\(14\)70488-6](https://doi.org/10.1016/S0185-1225(14)70488-6)
- Cerda Shiguango, J. H., De Carvalho, J. B., Degawan, H., Hlawching, F., Ibrahim, H. O., Kaptoyo, E., Lewis, J. M., Pyagbara, S., Rubis, J. y Tugendhat, H. (2011). *Documento de exposición de problemas sobre pueblos indígenas preparado por el grupo de estudio del FMAM sobre pueblos indígenas*. 76393 (Vol. 1). Banco Mundial. Recuperado de <https://documentos.bancomundial.org/es/publication/documents-reports/documentdetail/121921468331819707>
- Challenger, A. (1998). La zona ecológica templada húmeda (bosque mesófilo de montaña). En A. Challenger (Ed.), *Utilización y conservación de los ecosistemas terrestres de México*. (pp. 443-518). Conabio-Instituto de Biología, Sierra Madre.
- Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad (Conabio, 2013). *Identidad a través de la cultura alimentaria*. Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad. Recuperado de <https://bioteca.biodiversidad.gob.mx/janium/Documentos/6822.pdf>

Transformación del paladar:
cambios en las preferencias alimentarias en los pueblos náhuatl

García-Bravo, Ramírez-Juárez

- Contreras, J. (2019). La alimentación contemporánea entre la globalización y la patrimonialización. *Boletín de Antropología*, 34(58), 30-55. doi: <https://doi.org/10.17533/udea.boan.v34n58a01>
- Contreras, J. y Gracia-Arnaiz, M. (2005). *Alimentación y cultura. Perspectivas antropológicas*. España: Editorial Ariel.
- Comité de Seguridad Alimentaria (CSA, 2021). *Los efectos de la Covid-19 en la seguridad alimentaria y la nutrición: elaboración de respuestas eficaces en materia de políticas para abordar la pandemia del hambre y la malnutrición (Tercera)*. Comité de Seguridad Alimentaria Mundial (CSA), Grupo de alto nivel de expertos en seguridad alimentaria y nutrición. Recuperado de <https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/230d7b94-76e9-4a96-8b26-bcf12a4acd67/content>
- Díaz-Garay, A. y Juárez-Gutiérrez, M. del C. (2008). Migración internacional y remesas: impacto socioeconómico en Guerrero. *Papeles de población*, 14(56), 102-121. Recuperado de https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S1405-74252008000200007&script=sci_arttext
- Ehrenfeld, D. (2003). *Globalisation: Effects on Biodiversity, Environment and Society. Conservation and Society*. 1(1). Recuperado de https://journals.lww.com/coas/fulltext/2003/01010/globalisation_effects_on_biodiversity_10.aspx
- George, P. (1985). *La acción del hombre y el medio geográfico (Tercera)*. País: Ediciones Península.
- Gobierno de México. (2024). *San José Miahuatlán. Data México*. Recuperado de <https://www.economia.gob.mx/datamexico/es/profile/geo/san-jose-miahuatlan#economy>
- Good, C. (2021). Prácticas alimentarias en México y el papel estratégico de los mercados y ferias campesinos. *Mirada Antropológica*, 14(17), 119-142. Recuperada de <https://rd.buap.mx/ojs-mirant/index.php/mirant/article/view/311>
- Instituto Nacional de Estadística, Geografía (INEGI, 2010). *Compendio de información geográfica municipal*. San José Miahuatlán, Puebla: INEGI.
- Janer, Z. (2022). The Coloniality of Modern Taste. Routledge. doi: <https://doi.org/10.4324/9781003331834>
- Katz, E. (2018). La influencia del contacto en la comida campesina mixteca. En J. Long (Ed.), *Conquista y comida: consecuencias del encuentro de dos mundos* (Tercera, pp. 339-364). México: Universidad Nacional Autónoma de México-Instituto de Investigaciones Históricas .
- Martínez-Ruiz, J. L. (2016). Zitlala: La Santa Cruz, los tlacololeros maiceros y los jaguares de la lluvia y del monte. *Agua en la Cosmovisión de los Pueblos Indígenas en México*. México: Comisión Nacional del Agua.
- Ojeda-Linares, C., Álvarez-Ríos, G. D., Figueredo-Urbina, C. J., Islas, L. A., Lappe-Oliveras, P., Nabhan, G. P., Torres-García, I., Vallejo, M. y Casas, A. (2021). Traditional Fermented Beverages of Mexico: A Biocultural Unseen Foodscape. *Foods*, 10(10), 2390. doi: <https://doi.org/10.3390/foods10102390>
- Pedroza-Ortega, L. O. (2023). Alimento ancestral y de subsistencia: discurso y control del cultivo y consumo de maíz en México, 1937-1961. *Historia Y Memoria*, 27, 135-175. doi: <https://doi.org/10.19053/20275137.n27.2023.14812>
- Peralta-Juárez, I., Gómez-Campos, A., Romero-Castillo, P. A. y Reyes-Dorantes, A. (2017). Uso antropocéntrico del guaje *Leucaena esculenta* (Moc. y Sessé Ex. DC.) Benth, en dos comunidades de la mixteca baja oaxaqueña. *Polibotánica*, 0(43). doi: <https://doi.org/10.18387/polibotanica.43.15>
- Ramírez Juárez, J. (2022). Seguridad alimentaria y la agricultura familiar en México. *Revista Mexicana de Ciencias Agrícolas*, 13(3), 553-565. <https://doi.org/10.29312/remexca.v13i3.2854>
- Ramírez Vidal, L. A. (2024). *Manual de etnografía culinaria. Un enfoque antropológico*. doi: <https://doi.org/10.22209/9786289585292>
- Restrepo, E. (2016). *Escuelas clásicas del pensamiento antropológico*. Perú: Impresiones Gráficas.
- Rivera-Dommarco, J. A., Sánchez Pimienta, T. G., García Guerra, A., Ávila, M. A., Cuevas Nasu, L., Barquera, S. y Shamah Levy, T. (2023). *Situación nutricional de la población en México durante los últimos 120 años*. México: Instituto Nacional de Salud Pública.
- Roa-Condori, B. P. y Bolívar-Viza, M. S. (2020). *Evaluación de la variabilidad de la capacidad antioxidante y contenido fenólico de fruto maduro de Prunus pterotina (cerezo), fruto liofilizado y mermelada*. Perú: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa.
- Servicio de Información Agroalimentaria y Pesquera (SIAP, 2022). *Datos Abiertos. Estadística de Producción Agrícola*. Recuperado de http://infosiap.siap.gob.mx/gobmx/datosAbiertos_a.php

Transformación del paladar:
cambios en las preferencias alimentarias en los pueblos náhuatl

García-Bravo, Ramírez-Juárez

- Toledo, V. M., Alarcón-Chaires, P., Moguel, P., Olivo, M., Cabrera, A., Rodríguez-Aldabe, Leyequien, E. y Rodríguez-Aldabe, A. (2001). El Atlas Etnoecológico de México y Centroamérica: Fundamentos, Métodos y Resultados. *Etnoecológica*, 6(8), 7-41.
- Varre, J. V., Dustin, M. y Van Vliet, S. (2025). Dietary transformations and health implications in migrant populations: a global perspective. *Frontiers in Nutrition*, 12. doi: <https://doi.org/10.3389/fnut.2025.1623556>
- Velázquez-Galindo, Y. (2011). Comida y significado entre los nahuas de la Sierra Norte de Puebla. En C. Good y L. E. Corona de la Peña (Coords.), *Comida, cultura y modernidad en México. Perspectivas Antropológicas e Históricas*. México: Instituto Nacional de Antropología e Historia.