

## Maíz: Alimento fundamental en las tradiciones y costumbres mexicanas

José de Jesús Cuevas Mejía\*

Universidad Autónoma del Estado de México (México)

**Resumen:** El siguiente trabajo busca recalcar la importancia del maíz para el pueblo mexicano, que con el paso de los años ha logrado mantener su identidad no en vano por la fuerza y majestuosidad de sus tradiciones y costumbres. Es cierto que hoy en día es la base de la alimentación de muchas familias a lo largo del territorio de México, en cada hogar a la hora del almuerzo, la comida e incluso la merienda, el maíz está presente en una gran variedad de formas, texturas y colores. Esto nos hace pensar ¿Qué sería de las fiestas en México sin la presencia del maíz, que año con año se llevan a cabo por todo el territorio?

**Palabras clave:** Maíz, Alimento, Prehispánico, México, cultura.

### Corn: Basic food on Mexican traditions and customs

**Abstract:** The following paper seeks to stress the importance of the corn to the Mexican people, which over the years has managed to maintain their identity not in vain by force and majesty of their traditions and customs. It is true that today is the staple food for many families throughout the territory of Mexico, in every home at the time of lunch, dinner and even afternoon snack, corn is present in a variety of ways, textures and colors. This makes us think what would become of the holidays in Mexico without the presence of corn, year after year are carried out all over the territory?

**Keywords:** Corn, Meal, Pre-Hispanic, Mexico, Culture.

### 1. Introducción

Al hablar de Maíz es necesario abarcar gran cantidad de temas como son: Naturales (Tipos de maíz, textura, color, sabor) Geográficos (Lugar y clima en que se cosecha) Culturales (Tradiciones, costumbres, fiestas donde está presente) Antropológicos (Orígenes y usos) sociales (significado para diversas civilizaciones); además hay que tener en cuenta que no es lo único que se cosecha, también el trigo y el arroz son muy consumidos en varias partes del mundo y su uso es muy variado. Prácticamente en todo el territorio Mexicano se cultiva el maíz, en diferentes proporciones claro, algunos de los estados que cosechan más esta planta son: Durango, Chiapas, Yucatán, Tamaulipas, Tlaxcala, El estado de México, entre otros. Pero es preciso mencionar que su uso es diferente dependiendo la

forma en que sea preparado e incluso su color que puede ser azul, blanco y rojo.

Los descendientes del maíz son: la tortilla, enfrijoladas, enchiladas, quesadillas, totopos, sopes, esquites, panuchos, tacos, tostadas, garnachas, memelas, chilaquiles, pozole, tamales, esquites y dulces como pilone o incluso bebidas en la gran cantidad de atoles, solo por mencionar algunos.

Varios de esto platillos son muy usadas en todos los festejos, desde una reunión familiar hasta una celebración grande como es el caso del “Día de Muertos” donde es muy común el “pan de muerto”, sus franjas representan huesos y el pequeño círculo en la parte de encima el alma del individuo, de igual forma la flor de cempasúchil es muy usada. En la Fiesta de la Candelaria en Tlacotalpan, Veracruz se finaliza con una tamalada. El día 2 de Febrero la fiesta comienza con las clásicas “Mañanitas” a

\* Estudiante del 8to. Semestre de la Licenciatura en Turismo de la Universidad Autónoma del Estado de México, Plantel Texcoco. E-mail: j.j.youuu@gmail.com

la virgen de la Candelaria, y por la tarde se efectúa la procesión de la imagen de la Virgen por el río Papaloapan (Verti, 2000: 65).

En fechas importantes las familias suelen reunirse para convivir, un ejemplo es en las fiestas decembrinas. La noche del 24 de Diciembre y la del 31 del mismo mes, después de la llamadas “posadas”, todas las personas suelen reunirse con amigos y familiares para agradecer una año más en compañía de los seres queridos, celebrando con una cena donde es muy común el pozole blanco, rojo, verde, o vegetariano, siendo más comunes los dos primeros en la parte centro del país, acompañado de tostadas de pata, tinga, crema y queso, aunque también se sirve romeros, bacalao, ponche, entre otros tipos de platillos.

## 2. Orígenes

Los granos de maíz están constituidos principalmente de tres partes: la cascarrilla, el endospermo y el germen. La cascarrilla o pericarpio es la piel externa o cubierta del grano, que sirve como elemento protector. El endospermo, es la reserva energética del grano y ocupa hasta el 80% del peso del grano. Contiene aproximadamente el 90% de almidón y el 9% de proteína, y pequeñas cantidades de aceites, minerales y elementos traza. El germen contiene una pequeña planta en miniatura, además de grandes cantidades de energía en forma de aceite, que tiene la función de nutrir a la planta cuando comienza el período de crecimiento, así como otras muchas sustancias necesarias durante el proceso de germinación y desarrollo de la planta. (Asturias, 2004: 9).

La tortilla brinda una importante cantidad de energía al cuerpo, ya que está hecha a base de maíz y éste al ser usado en la nixtamalización (proceso por medio del cual se elabora la masa) adquiere propiedades peculiares:

“Al procesar el grano en nixtamal se le hace más digerible y se aumenta su valor proteínico: la concentración de calcio aumenta en un 20%, la de fósforo en 15% y la de hierro en 37%. Se ha calculado que antes de la llegada de los españoles, y con ellos de una gama de productos que modificaron la dieta prehispánica, el maíz proporcionaba cerca del 80% de las calorías y aún hoy ronda el 50%”. (Arqueología Mexicana, 2011: 72,76).

Es importante señalar que los mexicanos consumen mucho este alimento debido a que generalmente en fiestas, carnavales, tradiciones, cumpleaños, celebraciones, etc. se sirve uno o varios platillos que contengan maíz como pueden ser: gorditas, tlacoyos,

sopes, chalupas, tamales, peneques, y muchos más. También existen lugares destinados a crear tortilla en grandes cantidades, las llamadas “Tortillerías” es el nombre que llevan estos establecimientos, donde las personas van y compran una cierta cantidad para acompañar su alimento, el cual les brindará energía para realizar diversas actividades a lo largo del día. Si nos trasladamos a épocas prehispánicas encontraremos que el maíz ya jugaba un papel fundamental entre sus habitantes.

El maíz ha sido la base de la alimentación desde los pueblos prehispánicos, puesto que era muy usado, incluso tenían dioses relacionados con la panta y su cultivo. En el caso del imperio Mexica rendían tributo a Chicomecóatl diosa del maíz maduro y su dualidad Centéotl dios del maíz:

“Aunque Chicomecóatl es la diosa general de los mantenidos, cada una de las plantas importantes para los aztecas había sido convertida en un dios. Por su puesto el maíz la más importante de todas, tenía una serie de dioses que la representaban. Centéotl, que literalmente quiere decir: *centli*, maíz, *teotl*, dios, “dios del maíz”, es esta planta divinizada”. (Caso, 1971: 65).

De igual forma existían otras divinidades relacionadas como son: Xipetétec “Nuestro señor el desollado” y Xilonen diosa del maíz tierno o joven, esta última es diferenciada por su nariguera de concha nácar y orejeras de obsidiana (muy utilizada por personajes importantes) (Imagen 1.)

**Imagen 1. Xilonen, Diosa del maíz tierno o joven.**



**Fuente:** El pueblo del sol. Caso, Alfonso.

A pesar de las deidades de las que se tienen conocimiento es complicado saber cuándo y dónde se originó el maíz. Riveiro, (citado por Asturias, 2004: 10) menciona que “El maíz es un cereal nativo de América, cuyo centro original de domesticación fue Mesoamérica, desde donde se difundió hacia todo el continente. No hay un acuerdo sobre cuándo se empezó a domesticar el maíz, pero los indígenas mexicanos dicen que esta planta representa, para ellos, diez mil años de cultura.”

Otros mantienen el hecho de que se puede acuñar ese crédito a Sudamérica como Paraguay, Bolivia o Brasil. Se han descubierto algunos restos de maíz en Tehuacán, con una antigüedad de 4500 a 7000 años. Se han encontrado en la cueva de Guilá Naquitz en los valles centrales de Oaxaca restos con una antigüedad de 6200 años aproximadamente (Benz, 2001).

Wellhausen, (citado por: Hernández y Malanco, 2000: 11) firm “Toda la evidencia indica que el maíz fue domesticado primero en México y más específicamente, parece que las variedades antiguas de maíz primitivo evolucionaron con el antiguo desarrollo de la agricultura en el sur de Puebla y el norte de Oaxaca hace unos 5 6 mil años.”

Como podemos darnos cuenta no se tiene algo conciso de dónde se empezó a ocupar el maíz, muchos autores varían en sus opiniones, esto provoca que la intriga del surgimiento de este elemento en la historia sea cada vez más grande. Sin embargo existen algunas pruebas que refuerzan la teoría de que el maíz es originario de México.

Es preciso señalar que de acuerdo al libro sagrado *Popol vuh* escrito por lo Mayas, se creó la tierra, los animales y finalmente el hombre quien fue hecho primeramente de madera, seguido de barro y finalmente esculpido con maíz, de éste se crearon los primeros hombres y mujeres que engendraron las tribus pequeñas y grandes. Gracias a esto creían que el maíz era un regalo de los dioses y por esto su deber era cultivarlo y cuidarlo. Aunque quizá no se justifique científicamente este origen, es importante recalcarlo, ya que nos sólo los Mayas, todos y cada uno de los pueblos prehispánicos dependían increíblemente del maíz en su dieta diaria.

Ahora bien, los usos que en aquellos tiempos le daban al maíz no desaparecieron, incluso con la llegada de los españoles, fueron ellos quienes tuvieron que adaptarse a los alimentos que tenían en las tierras nuevas. A lo largo del siglo XVI, en la Nueva España varias fueron las fuentes de producción y abasto. En un principio, los españoles – raza del trigo, de vid y del olivo-se tuvieron que adaptar a los alimentos que constituían la dieta mesoamericana: maíz, jitomate, chile, frijol, y calabaza, insectos, aves y peces autóctonos y frutas tropicales (Puig y Stoop, 2010: 25).

### 3. Tipos de maíz

Además de existir maíz de diferentes colores (rojo, blanco y azul) se pueden clasificar por modos y usos distintos. Los que más comúnmente se encuentran son en base a sus características endospermicas (Tipo de semilla):

- Reventador: Cultivado usualmente en Jalisco. Consiste en un núcleo de almidón suave y una endosperma dura. La humedad que queda atrapada dentro se expande para calentarse reventando la costra dura y creando las ya conocidas palomitas de maíz.
- Duro: Es muy parecido al tipo de maíz que se mencionó anteriormente. Pero es de un grano mucho más grande, es probablemente una derivación, generación y/o evolución del tipo de maíz reventador. Esto fue para obtener un mayor grano y rendimiento de la planta. Este tipo se produce en zonas donde es necesario que logre soportar el frío y cuando las condiciones de almacenamiento y germinación son escasas o deterioradas. Es del tipo pozolero.
- Blando: En México se encuentra en estados como Sonora, Sinaloa y Nayarit. La selección de éste fue el resultado del desarrollo de varios alimentos básicos que utilizaban, ya que es fácil de moler. Es utilizado para la elaboración de las tortillas, tamales o bebidas, como es el caso de la chicha una bebida alcohólica que se da en Centroamérica, atoles de tipo comercial y cultural como el atole de Mixquic, puesto que en este sitio se lleva a cabo cada año una gran tradición, el día de muertos, donde además de ir a acompañar a sus fallecidos durante toda la noche, también puedes degustar: Atole, quesadillas, tacos, esquites, elotes preparados, entre otros.
- Dulce: La producción comercial de este maíz es poco apreciable (Menos de 1%) aunque las mazorcas logran excelentes precios como vegetales procesados para las economías industrializadas, lo que conocemos como maíz enlatado. Se cultiva en Jalisco y el Bajío.

### 4. Maíz en todas partes

En todo el territorio mexicano, cuando una persona organiza un fiesta lo primero que piensa es en los invitados y qué se va a servir de comer, aunque no importa la ocasión puede ser una boda, bautizo, cumpleaños, una tradición o incluso una reunión familiar. Lo importante es tener en cuenta que siempre exista un ambiente alegre y de fiesta, que permita el intercambio de vivencias y experiencias. Una manera de lograr esa unión es mediante la gastronomía y en México se cuenta

con una increíble cantidad de recetas de platillos típicos donde se destaca el maíz.

Mencionada anteriormente la Fiesta de la Candelaria, con raíces católicas por su puesto, pero es una tradición llevada a cabo en Tlacotalpan, Veracruz del 31 de Enero al 6 de Febrero y es dedicada a la patrona de la ciudad (La Virgen de la Candelaria). Esta celebración abre con un desfile de mujeres cabalgando, portando trajes típicos y su cierre es un festejo con tamales que pueden ser de rajitas, verdes, de mole, con queso y carne de puerco, acompañados siempre de un bien recibido atole.

Es de saberse que el origen de esta celebración es marcada con la "rosca de reyes" que contiene pequeños muñecos (niños Dios) y de acuerdo a la tradición, al partir uno por uno la porción que le corresponde se van descubriendo los niños Dios, quien encuentre uno de éstos en la rebanada de rosca que eligió tendrá como tarea llevar a cabo la preparación de los tamales para el "Día de la Candelaria" celebrada el 2 de Febrero en México. El origen de colocar niños Dios dentro de la "rosca de reyes" surge de las creencias cristianas en los tiempos de Jesús, las mujeres que dieran a luz, debían purificarse a través de oraciones durante treinta y tres días, cumplido el tiempo la mujer y su esposo presentaban a su primogénito ante Dios.

Según narra San Lucas, María y José quisieron cumplir con este precepto llevando al Niño, y quisieron hacerlo en Jerusalén. Como eran pobres llevaron por ofrendas dos palomas blancas. Fue ahí donde el justo y piadoso Simeón, movido por el Espíritu Santo, al entrar María y José con el Niño tomo en sus brazos a Jesús y lo bendijo con la oración: *Et nunc dimitte servum tuum* (Ahora te puedes llevar a tu siervo de la tierra) (Verti, 2000: 34).

Ahora en estos días, muchas personas católicas visten a sus niños Dios y los llevan a bendecir a las iglesias, para después celebrar en compañía de los seres queridos y con los tradicionales tamales.

Alrededor del mundo es muy conocido el maíz como alimento importante en la gastronomía Mexicana, y ahora que fue declarada en Noviembre de 2010 Patrimonio inmaterial de la Humanidad por la UNESCO, se pretende que atraiga una mayor cantidad de turistas al país que deseen conocer los festejos y la comida típica, sin embargo esto puede ser una arma de doble filo. Teniendo en cuenta este aumento de individuos, es importante pensar en los impactos buenos y/o malos que puede acarrear, por una lado, las ganancias económicas crecerían debido al capital que los extranjeros ocuparían en el país en transporte, alojamiento, comidas, etc., y por el otro, el exceso de personas en un determinado sitio turístico provocarían desgastes en el suelo y basamentos, según sea el caso, o bien por la

contaminación de desechos como basura y smog de automóviles. Como es de esperarse el aumento de personas se verá reflejado en celebraciones y fechas importantes.

El "Día de Muertos" es un festividad de origen indígena al igual que la gastronomía mexicana, fue declarada Patrimonio cultural inmaterial de la Humanidad por la UNESCO en 2003 y no es de extrañarse porque además de ser una tradición prehispánica, México es el único país que celebra la muerte. Siempre es fácil encontrar, durante las fechas del 1 y 2 de Noviembre, ofrendas dedicadas a los difuntos y contienen elementos muy característicos como son: la flor de campesúchil, calabaza, tejocote, jícama, naranja, tamales, pulque, velas, el copal, el famoso pan de muerto, entre muchos otros elementos, claro que dependiendo de la región es la estructura que la ofrenda va a tener para ayudar a que las almas lleguen con bien a su destino.

Háylugares donde el "Día de Muertos" se lleva a cabo con mucho significado y esfuerzo como es el caso del Panteón de San Miguel en Oaxaca, el Lago de Pátzcuaro en Michoacán sitio sagrado para los purépechas en la época prehispánica, o los festejos en San Andrés Mixquic en Tláhuac, Distrito Federal, éste último fue nombrado hace poco por el Gobierno Federal como Barrio Mágico, debido a que preserva su cultura. Las tradiciones no se pierden, siguen llegando personas con la fe de celebrar a sus muertos, decorando las tumbas con veladoras y arreglos, volviéndolas espectaculares por la noche.

Los días 1 y 2 de Noviembre de cada año, gran cantidad de individuos acuden a la celebración del "Día de Muertos" en Mixquic. Esta localidad cuenta con un territorio aproximado de 3 km<sup>2</sup> y una población de 13,310 habitantes (INEGI, 2010). Cada visitante requiere de un espacio mínimo para moverse libremente. Esto, relacionado con el espacio disponible en un tiempo determinado establece la capacidad de carga física de un sitio. (Cifuentes, 1992:10).

Tomando en cuenta la magnitud del territorio, el aumento de la población año con año y la llegada de turistas; la capacidad de carga física está en grave peligro llegando a un punto en que se puede afectar el deterioro de lápidas en el cementerio, del templo de San Andrés, de calles, casas e inclusive la acumulación de basura, estos factores resultan verdaderamente preocupantes. Sin embargo algunos habitantes se sienten contentos de que las personas se acuerden de ese pequeño pueblo:

«pues viene mucho extranjero, japonés, francés, me hablan pero no le entiendo, digo si hablan así como aquí sí ( ) antes venían más extranjeros, ahora más de por acá ellos respetan y a uno le da pues le da gusto vienen a acompañarnos( ) Acá

en casa de ustedes en las fiestas ponen la mesa así grande como de aquí a aquella lapita... y pues quien está en la fiesta, pus le dan taco valla ( ) soy de 1930, estoy solo mi mujer se fue hace 20 años pero pues seguimos acá visitando pero pues si una mujer me pregunta o se me presenta pues me da gusto ( ) fuimos nueve hermanos, solo queda vivo uno uno está enterrado acá, pero seguiremos en esto - Juan de Dios (2011. Entrevista. Habitante de San Andrés Mixquic)».

No sólo existe esta celebración, hay muchas otras donde se integran platillos relacionados con el maíz, ya sea o no el propósito principal de la festividad, por ejemplo: “La Feria del Elote” realizada en Agosto, en el municipio de Cocotitlán en el Estado de México donde pueden disfrutarse gelatinas, helados, esquites, pastel, pay, atole, pulque, todos y cada uno hechos de elote; en diciembre “La Feria del Maíz” en el municipio Vicente Guerrero en Durango; de igual forma en Agosto “La Feria del Elote y el Maíz” en Tláhuac, Distrito Federal, con stands que ofrecen chile atole, esquites, pozole, pastel de elote, quesadillas de huitlacoche, repostería. Existen otras, en Mayo: “Feria Regional de Mayo” (Manzanillo, Colima), “Feria Municipal de Macuspana” (Macuspana, Tabasco); en Julio: “Feria del Carmen” (Ciudad del Carmen, Campeche), “Fiesta Tradicional de Comitán” (Comitán, Chiapas), “Feria Exposición de Delicias” (Delicias, Chihuahua), “Feria Nacional del Carmen” (Caxuxi, Hidalgo); en Agosto: “Feria Nacional de Ixmiquilpan” (Ixmiquilpan, Hidalgo) y muchas más.

## 5. El maíz en otra cultura

El maíz es una fuente de alimento que lleva siglos dentro de varias culturas alrededor del planeta. Una de ellas es la finlandesa, cuyo año nuevo celta se celebra el 31 de octubre y es conocido como el *Samhain* (con el paso de los años fue popularizado para transformarse en la festividad comercial que hoy conocemos como *Halloween*).

En las antiguas culturas finlandesas la repartición de dulces era una sustitución por las tierras que se heredaban de generación en generación donde los más jóvenes tenían que escoger entre el cultivo del Frijol, Arroz, Maíz y Haba. Cada uno de estos cultivos se daba por las descendencias importantes en el linaje sanguíneo de la antigua cultura Finlandesa.

El Arroz, representaba la fertilidad para las futuras generaciones. Su cultivo era mixto ya que podía darse en cualquiera de las clases sociales que se regían por la mitología finlandesa. El frijol, representaba el incremento en la espiritualidad

de los dioses de la religión (Vammatar, Kivutar y Loviatar). En las generaciones que se regían por miembros de familias religiosas, las cuales estaban entre las clases altas y las clases medias, el haba representaba la integridad social de las generaciones más pobres.

El maíz, era el cultivo más importante y solo podía darse en las tierras de las familias ricas para no amedrentar con el orden de las clases sociales, su representación se daba por el cultivo, color y aroma al momento de llegar a su punto de cosecha. Se creía que entre más dorado era el maíz, mayores riquezas llegarían para este año, en cambio si maduraba con una tonalidad blanquecina, era indicio de un año financiero, social y familiar difícil. El maíz era el de mayor importancia, pero también el de mayores riesgos que podían existir, es por eso que solo en épocas de crisis se cultivaba.

## 6. La tortilla, producto comestible en América latina

Para la fabricación de la conocida tortilla de maíz, primero se tiene que hablar del nixtamal, aunque la gran mayoría de los estadounidenses están equivocados por creer que las tortillas estilo texmex son las tortillas de maíz correctas,

El nixtamal es el nombre que se le da al maíz cocido con cal, es usado principalmente para la elaboración de tortillas. La palabra proviene del náhuatl *nextli*, o cenizas de cal y *tamalli* (masa de maíz cocida). El nixtamal se prepara según una técnica mesoamericana donde se cuece el maíz en agua con una proporción fija de cal, comúnmente tres partes de agua por cada una de cal, aunque el contenido de cal puede aumentar si los granos son muy duros. Una vez cocido, el grano se deja reposar durante la noche, tiempo en que revienta y se separa la cáscara del maíz para que sea más fácil molerlo. Luego se enjuaga para eliminar el exceso de cal y se muele sobre el metate hasta formar la masa, este proceso se ha modernizado y actualmente la molienda se lleva a cabo mayormente con máquinas o molinos industriales, pero en las áreas rurales el uso del metate persiste.

Existen varias técnicas para la elaboración de las tortillas. El primero, es el método más antiguo y mejor conocido, nos referimos a la tortilla hecha a mano, aplastando la masa creada con el maíz y calentándola a fuego lento sobre planchas de metal. Otro de los métodos más importantes es el de aplasto, consiste en tomar una pequeña porción de la masa total (hecha previamente con el proceso de nixtamalización) y crear manualmente pequeñas esferas, una por una se colocan en un instrumento conocido

como “Tortillador” para ser “aplastadas” y crear discos de diferentes tamaños, según sea el caso; éste método se ha degradando y ahora solo es utilizado en la fabricación de sopas, gorditas y chalupas. Por último, surgieron las tortilladeras mecánicas inventadas originalmente en 1917, por Francisco Almedria en San Luis Potosí.

## Conclusión

En base a lo que se ha mencionado, se puede deducir que el maíz es trascendental no sólo en la cultura mexicana, también en otros sitios del mundo, sino fuera así, lo que hoy conocemos como América Latina sería muy diferente. Hay que tomar en cuenta que México produce y exporta una gran cantidad de Maíz a diferentes continentes, quienes lo ocupan para autoconsumo o para alimentar el ganado. Sus tipos y variedad permiten la globalización de este producto convirtiéndolo en una fuente muy grande de ingresos económicos. Para la poca fortuna mexicana Estados Unidos también es uno de los grandes productores en todo el planeta. Aunque México tenga competidores fuertes en producción de maíz, es importante mencionar que presenta un extenso bagaje cultural que no todos los países llegan a igualar.

Si nos pudiéramos a pensar las diversas formas en que se presenta el maíz en la mesa, tendríamos una lista infinita de platillos y muchos de ellos datan de épocas de varios miles de años, eso sin mencionar que no sólo es de uso gastronómico, también fue un elemento simbólico para los pueblos prehispánicos.

Como vimos anteriormente los Mexicas le daban un valor divino al maíz, sin embargo no era la única cultura, de igual forma lo hacían los Mayas, Zapotecos, Teotihuacanos y Olmecas. Además, se presume que su domesticación pudo haber comenzado en tierras Mexicanas, de ser cierto le brindaría bases para defender la hipótesis de que el maíz es originario de México, o por lo menos acreditarle el honor de ser el pionero en el uso y consumo de este producto. Sea cual fuese su procedencia, no podemos negar que en las fiestas y celebraciones importantes del país, siempre está presente este alimento.

Las tradiciones y creencias mexicanas no estarían completas sin la presencia del maíz, sea cual sea la ocasión no puede faltar en los hogares la tortilla para acompañar un mole, unos sopas con nopales, los famosos “tacos”, unas enchiladas, totopos, chilaquiles, quesadillas, y más aún, si hablamos de una festividad donde concurren gran cantidad de personas entre locales y visitantes,

siempre abra uno o varios alimentos para servir que provengan del maíz.

La tortilla es como un cubierto más en cualquier comida típica mexicana, está presente incluso en otros países como: Belice, Guatemala, Honduras, Panamá, Salvador, Nicaragua, Costa Rica y varios del Caribe, Antigua y Barbuda, Trinidad y Tobago, Puerto Rico y muchos más. Esto nos dice que no importa cómo sea preparado el maíz, no hay duda alguna que su presencia es, fue y será siempre trascendental en muchas culturas, sobre todo en la mexicana en sus tradiciones y costumbres.

Esta valoración por los alimentos no sólo se cierra a esas fronteras, con el paso de los años los mexicanos han aprendido a valorar más y más la cultura de su país, brindándoles una identidad muy reconocida a nivel mundial. Gran cantidad de ellos viven en otras partes como: Estados Unidos, Canadá, Rusia, China, Francia, Japón, Arabia, y muchos más países, pero siguen abrazados a sus raíces, fiestas y humor alegre que nunca llegan a perder, esto los impulsa a decir consecutivamente ¡Viva México! por cualquier logro destacado. De igual forma la identidad que van desarrollando y el amor por su tierra sigue en crecimiento, los abuelos y padres impulsan a los niños a valorar su país, les muestran la manera de disfrutar las bonitas experiencias que deja la vida con el paso de los años, pero sobre todo, les enseñan las formas de preservar las tradiciones y compartir sus costumbres con los seres queridos.

## Bibliografía

- Asturias, Miguel A.  
2004 “Maíz de alimento sagrado a negocio del hambre”. Ecuador – Quito: HIVOS. Benz, B. F.  
2001 “Archaeological evidence of teosinte domestication from Guilá Naquitz”. *PNAS*, 98 (4): 2104-2106.  
Calvo, Liliana y Barrera, Mariano,  
2007 “Atlas de México”. Uruguay: CIDEA.  
Caso, Alfonso.  
1971 “El pueblo del Sol”. México: Fondo de Cultura Económica.  
Cifuentes, Miguel  
1992 “Determinación de capacidad de carga turística en áreas protegidas”.  
Costa Rica: CATIE, Programa de Manejo Integrado de Recursos Naturales. Disponible en: <http://books.google.com.mx/books?hl=en&lr=&id=ICo-OAQAIAAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=Determinaci%C3%B3n+de+capacidad+de+carga+tur%C3%ADstica+en+%C3%A1reas+protegidas&ots=CeBE98p-fL&sig=kcp7tEl9oWmjIre9j4X69qmmwfe> (Consultado el 17/06/13).

González, Carlos.

2011 "Xipe Totéc. Guerra y Regeneración del Maíz en la religión mexicana". México: Fondo de Cultura Económica/Instituto Nacional de Antropología e Historia.

Hernández, Lucrecia y Malanco, Claudia.

2000 "Trascendencia Gastronómica del Maíz en la Ciudad de Toluca. Tesis para obtener el grado de Licenciado en Turismo". México. Instituto Nacional de Estadística y Geografía.

2010 "Censo de Población y Viviend ". Disponible en: <http://www.censo2010.org.mx/> (Consultado el 15/06/13)

Milera, María E.

2007 "Gran Enciclopedia Visual de México Tomo II". España: Ediciones Euroméxico.

Noriega, María y Vela, Enrique (Eds.)

2011, Mayo. "El Maíz. Catálogo Visual". *Arqueología Mexicana*. México: Editorial Raíces/Instituto Nacional de Antropología e Historia. Puig, Socorro y Stopen, María.

2010 "Especialidades regionales cocina mexicana". España: Editorial Everest.

2011 "San Andrés Mixquic es Barrio mágico". Disponible en: <http://www.youtube.com/watch?v=mwAeZRLjglU> (Consultado el 01/11/2011).

Secretaría de Gobernación

2010 "Enciclopedia de los Municipios y Delegaciones de México". Disponible en: [http://www.e-local.gob.mx/wb2/ELOCAL/EMM\\_df](http://www.e-local.gob.mx/wb2/ELOCAL/EMM_df) (Consultado el 15/06/13).

Verti, Sebastián.

2000 "Tradiciones Mexicanas". México: Editorial Diana.

## Agradecimientos

Esta investigación fue realizada para la unidad de aprendizaje Impactos Socioculturales del Turismo, impartida en el Centro Universitario UAEM Texcoco. Les doy las gracias a mis profesores, en especial a la M. P. E. Aguilar Cedillo Alma Patricia y a mi estimado amigo Flores Santiago Erick Jorge, a todos ellos por su apoyo, confianza y motivación.

*Recibido:* 08/02/2012

*Reenviado:* 21/06/2013

*Aceptado:* 05/11/2013

*Sometido a evaluación por pares anónimos*