

**CAMBIO
ALIMENTARIO
E IDENTIDAD
DE LOS INDÍGENAS
MEXICANOS**

MIRIAM BERTRAN VILÁ



CAMBIO ALIMENTARIO E IDENTIDAD DE LOS INDÍGENAS MEXICANOS

Miriam Bertrán Vilá



Universidad Nacional Autónoma de México
México 2013

Introducción

Casi como un estereotipo, cuando pensamos en la alimentación de los indígenas se nos vienen a la mente imágenes de que tienen una dieta muy monótona, basada únicamente en maíz, frijol y chile, que están todos desnutridos y que viven en zonas aisladas e insalubres, muy apegados a sus tradiciones y sin ganas de cambiar. Estas ideas tienen algo de cierto, o quizá lo tuvieron, pero la realidad se nos presenta actualmente de manera más compleja. La alimentación de los grupos indígenas es mucho más variada, lo cual resulta evidente con tan sólo mirar los mercados indígenas. La desnutrición, si bien sigue estando presente en muchos grupos, y los indígenas son los que presentan con mayor incidencia el retraso en el crecimiento, ya no es el único problema de la población: también han aparecido la obesidad y

las enfermedades relacionadas. Por otra parte, con el desarrollo de las vías de comunicación y la migración, la población indígena ha dejado de concentrarse en zonas alejadas de las ciudades para estar presente en todo el país, y los estudios sobre migración indígena muestran su amplia capacidad para el cambio y la adaptación a nuevos ambientes.

Es difícil determinar el número de indígenas que viven en México ya que hay muchas características que los identifican como tales y no siempre se pueden contabilizar de manera ágil. El rasgo más evidente es la lengua y es el que se suele usar en los censos. Así, según el XII Censo General de Población y Vivienda (INEGI, 2000) existen 8.7 millones de indígenas en el país. Esta cifra resulta de sumar 6.3 millones de hablantes de alguna lengua indígena, 1.3 millones de niños de 0 a 4 años en hogares cuyo jefe de familia o su cónyuge habla una lengua indígena, y 1.1 millones de personas que se declararon indígenas aun sin ser parlantes de una lengua autóctona. En

los últimos años se ha avanzado significativamente en el diseño de nuevas formas de registro de la población indígena. El Consejo Nacional de Población (CONAPO), al hacer un análisis de la composición de los hogares detectados en el censo, calculó en más de 12 millones la cifra real de indígenas en el país, cantidad que equivale a poco más de 10 por ciento de la población total. Estas cifras ubican a México como el país con la población indígena más numerosa y diversa de América (Secretaría de Salud, 2001).

La población indígena está distribuida en todo el territorio nacional, como se puede ver en el cuadro (página siguiente). Los estados que tradicionalmente han tenido población indígena originaria, siguen agrupando al mayor porcentaje: Oaxaca, Chiapas, Veracruz, Puebla y Yucatán. Sin embargo, se observa que los estados del norte y el Distrito Federal tienen una presencia indígena importante como resultado de la migración.

Una consecuencia de la distribución territorial de la población indígena ha sido la modificación de su alimentación como una forma de irse adaptando a las nuevas condiciones: los estudios sobre migrantes muestran que los indígenas parecen tener una gran voluntad de dejar de hablar la lengua, comer cosas nuevas, vestirse de modo diferente, etcétera. Así pues, la alimentación de los grupos indígenas se nos presenta como un fenómeno complejo, resultado de las características culturales propias y de las condiciones socioeconómicas en las que están inmersos tanto en su lugar de origen como en el resto del país.

POBLACIÓN HABLANTE DE LENGUA INDÍGENA DE 5 AÑOS Y MÁS POR ENTIDAD FEDERATIVA, 2000

ESTADO	POBLACIÓN	PORCENTAJE
Aguascalientes	1 244	0.02
Baja California	37 685	0.62
Baja California Sur	5 353	0.09
Campeche	93 765	1.55
Coahuila de Zaragoza	3 032	0.05
Colima	2 932	0.05
Chiapas	809 592	13.39
Chihuahua	84 086	1.39
Distrito Federal	141 710	2.34
Durango	24 934	0.41
Guanajuato	10 689	0.18
Guerrero	367 110	6.07
Hidalgo	33 866	5.62
Jalisco	39 259	0.65
México	361 972	5.99
Michoacán de Ocampo	121 849	2.02
Morelos	30 896	0.51
Nayarit	37 206	0.62
Nuevo León	15 446	0.26
Oaxaca	1 120 312	18.53
Puebla	565 509	9.36
Querétaro de Arteaga	25 269	0.42
Quintana Roo	173 592	2.87
San Luis Potosí	235 253	3.89
Sinaloa	49 744	0.82
Sonora	55 694	0.92
Tabasco	62 027	1.03
Tamaulipas	17 118	0.28
Tlaxcala	26 662	0.44
Veracruz de Ignacio de la Llave	633 372	10.48
Yucatán	546 532	9.09
Zacatecas	1 837	0.03
TOTAL	6 044 547	100

FUENTE: INEGI, XII Censo General de Población y Vivienda, 2000. Tabulados básicos.

Aguascalientes, 2001.

La alimentación de los pueblos indígenas de México reviste particular interés por varios aspectos; por una parte, es punto central de sus condiciones de vida dada la relación entre la nutrición, la salud y el desarrollo adecuado de los individuos. Hace tiempo que se demostró que la desnutrición afecta las capacidades cognoscitivas y laborales. En este sentido la alimentación indígena se ha señalado como aspecto importante para el desarrollo, tal como lo hicieran los intelectuales de finales del siglo XIX y principios del XX.

A través de la alimentación el organismo obtiene los nutrimentos necesarios para llevar a cabo las funciones vitales. Los hidratos de carbono, proteínas, lípidos, vitaminas, nutrimentos inorgánicos (minerales) y el agua proveen lo que se requiere para mantener al organismo vivo, realizar las actividades cotidianas, generar tejido nuevo durante las

etapas de crecimiento y participar en la restauración de la salud cuando hay una enfermedad. El estado nutricional de un sujeto es resultado de la ingesta de alimentos y el gasto de nutrientes, lo que se conoce como balance energético. Cuando existe deficiencia en uno o más nutrientes se presenta algún tipo de desnutrición que puede conducir a problemas de salud como mayor susceptibilidad a infecciones, disminución de la capacidad reproductiva de las mujeres o retraso en el crecimiento y desarrollo. Cuando la ingesta de alimentos es mayor de la que el organismo consume, ésta se almacena en el organismo en forma de grasa y se puede presentar sobrepeso, obesidad, dislipidemias, desórdenes metabólicos como la diabetes mellitus o enfermedades cardiovasculares. Así, la estrecha relación entre el estado de nutrición y los riesgos a la salud hace que el análisis de la alimentación de un grupo humano sea de interés como un acercamiento a sus condiciones de bienestar y capacidad de desarrollo.

Por otra parte, la alimentación es una manifestación cultural, que se interrelaciona con todos los aspectos de la vida de un grupo humano, por lo que el análisis de las formas de comer y sus determinantes nos ayudan a acercarnos al conocimiento del comportamiento humano. En este sentido se han realizado desde la antropología social varias investigaciones que dan cuenta de la estrecha relación que existe entre cultura y alimentación. En el caso concreto que nos ocupa, creemos que describir la alimentación de los grupos indígenas nos puede servir para entender, aunque sea en parte, los procesos en los que están inmersos.

En este texto presentamos las formas de alimentación de los grupos indígenas de México, mostrando algunas de sus particularidades en relación con sus características culturales, ambientales y socioeconómicas, así como con los procesos sociales en los que se han ido desarrollando. Debemos aclarar que este texto no pretende ser una monografía de la alimentación

de cada grupo indígena ni una descripción de su estado nutricional, punto que además difícilmente se puede hacer dada la escasez de datos. Más bien hemos buscado describir los procesos en los que se encuentra el fenómeno alimentario, apoyándonos en información particular sobre diferentes grupos.

Las fuentes para elaborar este texto han sido variadas; por una parte hemos hecho una revisión bibliográfica sobre trabajos específicos que den cuenta de la alimentación indígena. Así, revisamos libros, tesis, artículos de libros y revistas. Sobre este tema, en comparación con otros aspectos estudiados de la población indígena, hay poca información. Acaso unas tres o cuatro tesis sobre alimentación indígena desde la perspectiva antropológica y unos cuantos libros que tratan más sobre cuestiones históricas que sobre la alimentación indígena actual. Algunos trabajos monográficos sobre los pueblos indígenas nos han dado información pero hemos tenido que entresacar los datos sobre comida de

toda la descripción etnográfica ya que no suele haber un capítulo destinado a la alimentación. Lo mismo sucede con las monografías sobre los indígenas publicadas por la Comisión Nacional para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas (CNDPI) y con el Diagnóstico de los Pueblos Indígenas elaborado por el Instituto Lingüístico de Verano (SIL por sus siglas en inglés), que aportan muy poca información, básicamente la típica descripción de maíz, frijol y chile. La conversación que sostuve con algunos especialistas que se dedican al estudio de las poblaciones indígenas tanto en términos antropológicos como de la nutrición me ha brindado datos de manera informal que han servido para ejemplificar ciertas ideas, ratificarlas o bien rectificarlas, motivo por el que estoy muy agradecida con Pilar Torre, Silvia Díez-Urdanivia, Jeannette Pardío, Victoria Fernández, Pedro Arroyo y Sergio Lerín. Finalmente, mis propias observaciones de los mixtéeos y otras zonas indígenas del país me han

sido de utilidad para poder presentar las diferencias y similitudes de la alimentación indígena. En este sentido considero que este libro puede ser una buena aportación ya que de alguna manera recoge información de varias partes y trata de presentarla en forma sistemática para ofrecer un panorama general de la situación alimentaria de los indígenas de México. Asimismo agradezco a Alvar Loria que, con su amplia experiencia como editor, no sólo revisó a conciencia la primera versión del manuscrito sino que además lo hizo con una rapidez vertiginosa.

El libro está organizado de la siguiente manera: primero se presenta una revisión de los elementos socioculturales que han mostrado tener relación con la alimentación de los grupos humanos para entenderla como un fenómeno cultural y no sólo como forma de satisfacer las necesidades biológicas del organismo. Posteriormente se presenta el sistema alimentario indígena actual, retomando algunos elementos de sus antecedentes prehispánicos y sus agregaciones

a través de la historia. En este apartado se incluye la dieta en las fiestas y las concepciones ideológicas de los indígenas respecto a la alimentación. El capítulo tercero es un ejercicio sobre las posibles explicaciones teóricas de las características de la alimentación indígena y su tendencia al cambio. Finalmente presentamos la situación nutricional de la población indígena.

Con este libro esperamos contribuir al conocimiento de un aspecto más de la población indígena de México, con la intención de ofrecer un panorama de su situación alimentaria y, al mismo tiempo, interesar al lector hacia el estudio de un tema pocas veces explorado pero que tiene serias implicaciones sociales y biológicas en el desarrollo de los indígenas.