



División de Ciencias Biológicas y de la Salud  
Departamento de Atención a la Salud

Licenciatura en Nutrición Humana

**La importancia del entorno natural dentro de la cultura alimentaria de  
comunidades indígenas del sureste de México**

Presenta:

Valeria de la Rosa Paredes 2163024175

Ciudad de México, México

Periodo de realización: 03 de mayo al 01 noviembre de 2021

Asesora Interno: Sara Elena Pérez Gil Romo

Asesora Externo: Silvia Díez Urdanivia Coria

## **I. Introducción**

La alimentación es un acto biológico, pero también social, y por ende político, económico y cultural. Estos componentes fluctúan entre uno y otro con mayor o menor relevancia sobre las elecciones y prácticas alimentarias de las personas. La parte cultural influye tan fuertemente que puede incluso ser más importante que la cuestión de disponibilidad y acceso económico especialmente en los grupos poblacionales con mayor apego a su cultura. Esto se debe a que los alimentos poseen significados, alrededor de los cuales se establecen restricciones o prohibiciones, gustos o preferencias, y se crea un sistema alimentario específico de un grupo. (Pérez y Romero, 2018; Bertrán, 2013 citado por Guzmán, 2013)

México es un país pluricultural, con 68 grupos étnicos, 7 millones 364, 645 de hablantes de una lengua indígena y 2 millones 576 mil 213 de población Afromexicana o Afrodescendiente. (INEGI, 2020) Estos grupos mantienen sus propias prácticas alimentarias, derivadas de todo un entramado de ideologías y representaciones alimentarias que forman parte de su cultura.

Hablar de la cultura alimentaria de un pueblo indígena es hablar de su cosmovisión y de los elementos que la conforman, destacando el entorno natural en el cual se han desarrollado como un aspecto en común en todas las cosmovisiones. Los pueblos indígenas tienen un estrecho vínculo con su territorio, que es parte de su identidad, tal como lo es su alimentación. (Nájera, 2009; Alessandro y González, 2017)

A partir de esto surgen dudas, ¿Cómo es exactamente esta relación?, ¿Cómo se conformó?, ¿Qué elementos involucra? ¿Qué importancia tiene al momento en que estas comunidades eligen sus alimentos, en sus prácticas o representaciones alimentarias? ¿Estos elementos han sido considerados en la planeación de programas nutricionales? Este estudio documental pretende dar respuesta a estos cuestionamientos.

## **II. Objetivo general:**

Conocer las ideologías que tienen las comunidades indígenas más representativas del sureste de México sobre su entorno natural y la relación que mantienen entre éste y su cultura alimentaria

### **Objetivos específicos:**

- Conocer a través de la revisión de material digital las ideologías que tienen comunidades indígenas del sureste de México sobre su entorno natural.
- Identificar a través de estudios aspectos en común entre las prácticas y representaciones alimentarias de las comunidades indígenas investigadas.
- Describir cómo influyen las ideologías del entorno natural en la cultura alimentaria de las poblaciones estudiadas mediante un análisis del material revisado.

- Analizar a través de diversos artículos, el impacto que han tenido algunos programas de nutrición para comunidades indígenas en su alimentación y la percepción que han tenido los habitantes de dichas comunidades sobre estos programas.

### **III. Metodología**

A pesar de considerar mucho más adecuado para el tema un estudio de carácter cualitativo presencial empleando como herramienta principal la entrevista, dada la situación de pandemia aún presente, nos limitamos a realizar un estudio documental. Para lo cual se realizó una revisión de artículos, libros y páginas web acerca de la cosmovisión, ideologías y creencias que mantienen algunos de los grupos indígenas más representativos de la región sur de México, las ideas que tienen sobre de su entorno natural, y publicaciones realizadas sobre su cultura alimentaria desde la disponibilidad de alimentos que tienen, elecciones, prácticas y representaciones en relación a su comida.

El trabajo se dividió en 3 elementos centrales: El primero son los datos publicados acerca de la cosmovisión de los pueblos indígenas. El segundo son aquellos que abordan todo lo relacionado a su cultura alimentaria, alimentos parte de su dieta actual, prácticas alimentarias y representaciones de los alimentos. (para esto se consultaron artículos de menos de 10 años de publicación). Finalmente, el tercero se centra en una recopilación de evaluaciones hechas a partir de análisis de los éxitos y fracasos de programas de alimentación para población indígena, además de presentar las opiniones de algunos miembros de las comunidades en que fueron aplicados, brindando un acercamiento de la percepción de estas poblaciones sobre dichos programas.

Cabe resaltar que al ser el objetivo conocer la importancia del entorno natural dentro del sistema alimentario de los pueblos indígenas, lo que se hará será un análisis de las cosmovisiones y la cultura alimentaria correspondiente a cada grupo étnico revisado, derivando así la forma en que entendemos cómo es para los pueblos esta relación. Si bien este no es un conocimiento objetivo y real, donde existe un gran sesgo al no dejar de ser una mera interpretación por la imposibilidad de ser capturado directamente de testimonios, puede al menos ser un acercamiento a este tema y visibilizar su importancia para generar más investigaciones que ayuden a crear programas de nutrición donde se aborde la alimentación desde todo el conjunto de elementos que lo conforman, considerándose especialmente la relación naturaleza-alimentación de cada población indígena.

### **IV. Actividades realizadas**

- Planteamiento y redacción de la problemática, objetivos y justificación
- Redacción del marco teórico.
- Búsqueda y selección de las comunidades indígenas más representativas por cada estado del Sureste de México.

- Revisión bibliográfica de cada una de las comunidades y su relación con la naturaleza a través de la cultura alimentaria (aspectos que abarcaron los temas de cosmovisión, lugares sagrados, rituales agrícolas, milpa e identidad a través de la comida)
- Revisión bibliográfica de las prácticas y elecciones alimentarias de cada una de las comunidades indígenas estudiadas (La búsqueda fue realizada mediante palabras claves: practicas alimentarias, alimentación diaria/cotidiana, cultura alimentaria, alimentación de festividades/rituales, dada escasez de información y la dificultad de encontrarla.)
- Revisión bibliográfica acerca de políticas públicas aplicadas en cada uno de los estados y de la percepción de las comunidades indígenas “beneficiadas”.
- Elaboración de análisis y conclusiones con base en la información obtenida de las revisiones.

Se llevaron a cabo 3 reuniones virtuales (vía zoom) con los asesores para aclaración de dudas y orientación, además de mantener comunicación por correo para mostrar avances de la investigación y recibir correcciones y sugerencias.

#### V. Objetivos y metas alcanzados

Objetivo general	Metas alcanzadas
Conocer las ideologías que tienen las comunidades indígenas más representativas del suroeste de México sobre su entorno natural y la relación que mantienen entre éste y su cultura alimentaria	100%
Objetivos específicos	
Conocer a través de la revisión de material digital las ideologías que tienen comunidades indígenas del suroeste de México sobre su entorno natural.	100%
Identificar aspectos en común de las prácticas y representaciones alimentarias reportadas en estudios de las comunidades indígenas.	100%

<p>Describir cómo influyen las ideologías del entorno natural en la cultura alimentaria de las poblaciones estudiadas de acuerdo con lo analizado en el material revisado.</p>	<p>100%</p>
<p>Analizar a través de diversos artículos, el impacto que han tenido algunos programas de nutrición para comunidades indígenas en su alimentación y la percepción que han tenido los habitantes de dichas comunidades sobre estos programas.</p>	<p>100%</p>

## VI. Resultados y conclusiones

De acuerdo con los artículos revisados, los pueblos indígenas del sureste de México han conservado la práctica de la agricultura y el autoconsumo, lo que les ha permitido conservar a su vez, la relación con la tierra y con el mundo natural como parte de sí. Es a través de su visión holística del mundo que se han relacionado y unido a su territorio, haciendo uso de él, pero al mismo tiempo retribuyéndole, manteniendo un equilibrio. Punto en el que la alimentación juega un papel fundamental.

La cultura alimentaria indígena no solo se relaciona con el territorio desde los alimentos que este les provee, tanto de sus cultivos y traspatio como del monte, sino a través de las representaciones de los alimentos, creadas en la interacción pasada y actual con el espacio natural. Es el convergir de la cosmovisión/territorio y las prácticas alimentarias para obtener y hacer uso de los alimentos. Identificando a la milpa y los rituales agrícolas como espacios/tiempos de interacción consciente con su entorno, donde el alimento es el medio de comunicación (petición, deseo o agradecimiento) y vinculación con este, bajo el sentido de reciprocidad. Permitiendo que, dada la naturaleza cíclica de la agricultura, se esté renovando y reforzando continuamente los lazos afectivos y alianzas con su tierra y sus deidades o santos, al mismo tiempo que se refuerzan los lazos de comunidad y familia. Es decir, son estos eventos culturales los que a través de los alimentos unen a la comunidad entre sí y entre el espacio que comparten.

De igual forma, la relación de respeto y adoración que mantienen los indígenas con su territorio influye en las prácticas alimentarias cotidianas, esencialmente en la forma de sembrar y en las representaciones base de sus alimentos, considerados además de regalos de la tierra como símbolo de unión, bienestar, orgullo e identidad pues son resultado del arduo trabajo familiar/comunitario que implica todo el proceso alimentario que les permite finalmente fortalecerse y reconfortarse con su comida.

Incongruentemente es este conocimiento tan esencial el que está ausente en los programas alimentarios aplicados en población indígena. Por numerosos factores que comienzan

desde la falta de programas específicos para esta población. Es decir de una planeación y elaboración a partir de una investigación específica de la cultura alimentaria, prácticas, elecciones y significados de los pueblos originarios y elementos entrelazados. Los programas alimentarios se quedan cortos, ignorantes e incompatibles con su población objetivo, utilizando la distribución de alimentos como estrategia general para mejorar el estado nutricional de toda población sin conocer las problemáticas alimentarias que lo originan y por lo tanto sin lograr su objetivo. Generando incluso conflictos internos con las comunidades e impactos negativos en su salud.

La situación alimentaria de los pueblos indígenas no es solo un problema más que no ha sido resuelto, sino que es en este momento más que nunca una urgencia para accionar.

La realidad es que el autoconsumo es ya insuficiente para satisfacer las necesidades alimentarias de las comunidades indígenas, tanto por la disminución de los recursos naturales como de los recursos humanos debido a las migraciones, que conllevan a su vez sus propias problemáticas. En cualquier escenario, el indígena se encuentra en una situación de riesgo y experiencias continuas y periódicas de pasar hambre. Es necesaria la rápida acción del gobierno, con programas alimentarios que en primer lugar se pregunten qué es comer (con todos los matices que implica) para las poblaciones indígenas en las que se implementará. Que reconozcan la identidad, la cultura alimentaria, las relaciones con su entorno y los saberes de su población, que motiven a su integración y participación en el mismo y actúen desde el conocimiento de la situación particular y dificultades alimentarias que presentan para solucionarlas en conjunto. Hablamos de programas que puedan adaptarse a cada población bajo una estructura integral e interdisciplinaria que abarque los diferentes ámbitos que involucra la alimentación (social, cultural, religioso/espiritual, político, ecológico, emocional, nutricional). Y que, por ende, propicien la continua generación de información sobre la alimentación de la población indígena de las diferentes regiones de México, no sólo desde la observación de investigadores sino desde la propia perspectiva de su población, que, a su vez, pueda ser utilizada para actualizar los programas junto a las evaluaciones donde ésta misma participe.

Es importante resaltar que más que perseguir números que entren dentro de un estándar general de salud, los programas deberían enfocar su éxito en el grado de bienestar que la población reporte, dado los elementos que deriven en comer y sentirse bien. En la complejidad y profundidad espiritual/ecológica/social que abarca la alimentación indígena.

## **VII. Recomendaciones**

Hay una gran necesidad de investigación y profundización en el tema naturaleza-cultura alimentaria de los pueblos indígenas de todas las regiones de México desde los enfoques posibles, documentales y específicamente presenciales, bajo metodologías prioritariamente cualitativas o mixtas que permitan conocer y difundir esta estrecha e importante relación que mantienen dichos pueblos, no sólo para su uso en programas y políticas alimentarias eficaces, sino para dar a crear mediante recursos digitales y estrategias socioculturales-participativas espacios de comunicación y de amplitud a la idea homogénea de la alimentación y de la vida misma.

## VIII. Bibliografía

Alessandro, R. y González, A. A. (2017). La práctica de la milpa, el ch'ulel y el maíz como elementos articuladores de la cosmovisión sobre la naturaleza entre los tzeltales de Tenejapa en los Altos de Chiapas. *Revista Estudios de cultura maya*, 50, pp. 271-297, disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/2813/281361151008/html/>

Alonso, B. M., Gutiérrez, S. J., Ledesma, D. F. y Tadeo, C. R. (2020). Etnografía de los procesos alimentarios y el poder en regiones indígenas de Chiapas. *Revista Estudios de cultura maya*, vol.56, disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0185-25742020000200261](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-25742020000200261)

Atilano, F. J. (2019). EL SACRIFICIO COMO ALIMENTO, PERSPECTIVA ETNOGRÁFICA DE LOS MIXTECOS. INAH. *Revista Nueva Antropología*. Protegerse en el Valle de México: producción de dispositivos, servicios e imaginarios de seguridad, 32 (91), disponible en: <https://mediateca.inah.gob.mx/repositorio/islandora/object/articulo%3A20877>

Avila, R. L., Trujillo, C. O., Bernardino, H. y Sandoval, E. R. (s. f.) CULTURA ALIMENTARIA, SÍMBOLOS TRADICIONALES Y POTENCIAL

TURISTICO EN COMUNIDADES INDÍGENAS DE LA SIERRA MADRE DE CHIAPAS, disponible en: [http://cuencagrijalva.ecosur.mx/cuenca\\_grijalva/pdfs/SP1\\_Agricultura\\_Archivos\\_importantes/A31-53\\_Manuscrito\\_Ponencia\\_Cultura\\_Alimentaria\\_Chiapas\\_Avila\\_Romero.pdf](http://cuencagrijalva.ecosur.mx/cuenca_grijalva/pdfs/SP1_Agricultura_Archivos_importantes/A31-53_Manuscrito_Ponencia_Cultura_Alimentaria_Chiapas_Avila_Romero.pdf)

Barabas, M. A. (2008). COSMOVISIONES Y ETNOTERRITORIALIDAD EN LAS CULTURAS INDÍGENAS DE OAXACA. *Antipoda Revista de Antropología y Arqueología*, 7, disponible en: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1900-54072008000200007#8](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1900-54072008000200007#8)

Calderon, M. M., Taboada, G. O., Argumedo, M. A., Ortiz, T. E., López, A. P. y Hernández, C. (2017). Cultura alimentaria: Clave para el diseño de estrategias de mejoramiento nutricional de poblaciones rurales. *Revista Agricultura, Sociedad y Desarrollo*, 14 (2), disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1870-54722017000200303](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-54722017000200303)

Cedillo, A. R. (2012). Evaluación social, plan de pueblos indígenas y consulta pública del proyecto Sistemas productivos sostenibles y biodiversidad. Disponible en: <http://documents.worldbank.org/curated/en/359711468276381172/Evaluación-social-plan-de-pueblos-indígenas-y-consulta-pública>

Chavero, L. E., Kleiche, D. M. (2012). Conocimiento, poder y alimentación en la mixteca Oaxaqueña: tareas para la gobernanza ambiental. ENGOV, disponible en: [http://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/engov/20140303092206/conocimientos\\_poder\\_alimentacion\\_mixteca.pdf](http://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/engov/20140303092206/conocimientos_poder_alimentacion_mixteca.pdf)

CONABIO. (2013). Identidad a través de la cultura alimentaria. Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad. México, disponible en: [https://www.biodiversidad.gob.mx/publicaciones/versiones\\_digitales/Identidad.pdf](https://www.biodiversidad.gob.mx/publicaciones/versiones_digitales/Identidad.pdf)

CONEVAL. (2019). LA POBLACIÓN INDÍGENA ES EL GRUPO QUE PRESENTA LA MAYOR CARENCIA POR ACCESO A LA ALIMENTACIÓN. Nota informativa, disponible en: [https://www.coneval.org.mx/SalaPrensa/Comunicadosprensa/Documents/2019/NOTA\\_INFORMATIVA\\_DIA\\_MUNDIAL\\_DE\\_LA\\_ALIMENTACION.pdf](https://www.coneval.org.mx/SalaPrensa/Comunicadosprensa/Documents/2019/NOTA_INFORMATIVA_DIA_MUNDIAL_DE_LA_ALIMENTACION.pdf)

Córdova, H. L. y Valtierra, J. Z. (2015). AUTOREPRESENTACIÓN INDÍGENA EN EL SUR-SURESTE MEXICANO. EXPERIENCIAS ETNOGRÁFICAS

DESDE OAXACA Y CHIAPAS. Universidad La Salle, disponible en: [https://repositorio.lasalle.mx/bitstream/handle/lasalle/646/N%C3%BAm.26\\_P.181-204.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.lasalle.mx/bitstream/handle/lasalle/646/N%C3%BAm.26_P.181-204.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Crocker, S. R., Cosío, G. A., López, L. M., Ruiz, D. M. Andrade, U. D., Gutiérrez, G. Y. (2004). INTERCULTURALIDAD ALIMENTARIO-NUTRICIONAL EN LA ETNIA WIXARIKA DE MÉXICO. *Revista Española de Salud Pública*, vol.78 no.6, disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1135-57272004000600004](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57272004000600004)

Filgueiras, N. J. (2016). La diversidad cultural oaxaqueña a la luz de la ética ambiental. *Revista LiminaR*, 14 (1), disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-80272016000100010](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-80272016000100010)

García, P. C., González, J. E., Meléndez, T. J., García, P. y García, G. C. (2017). Estudio de la situación nutricional y hábitos alimentarios de escolares de diferentes comunidades indígenas del municipio de Ixhuatlán de Madero, Estado de Veracruz (México). *Revista Archivos Latinoamericanos de Nutrición*. 67 (4), disponible en: <https://www.alanrevista.org/ediciones/2017/4/art-1/>



González, M. A. (2019). Inseguridad alimentaria en la población rural indígena. *Universitarios potosinos* no. 237, pags. 18-21. disponible en:<http://www.uaslp.mx/Comunicacion-Social/Documents/Divulgacion/Revista/Dieciseis/237/237-04.pdf>

González, M. A., Cilia, L. V., Aradillas, G. C., Castañeda, D. A., De la Cruz, G. A., Zúñiga, B. J., García, A. N., González, C. C., Díaz, B. F. (2019). La seguridad alimentaria y nutricional en una comunidad

indígena de México. *Revista Española de Nutrición Comunitaria*, 25 (3), disponible en:[https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC\\_2019\\_3\\_04.\\_GC\\_Lopez.\\_Seguridad\\_alimentaria\\_comunidad\\_indigena\\_de\\_Mexico.pdf](https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC_2019_3_04._GC_Lopez._Seguridad_alimentaria_comunidad_indigena_de_Mexico.pdf)

Gutiérrez, S. J. Hernández, D. M. y Cuadriello O. H. (s. f.) Cosmovisiones e identidades. INAH, disponible en:[https://www.nacionmulticultural.unam.mx/edespich/images/diagnostico\\_y\\_perspectivas/Diversidad\\_cultural\\_y\\_linguistica/Cosmovisiones\\_e\\_identidades/ensayo\\_cosmovisiones\\_e\\_identidades.pdf](https://www.nacionmulticultural.unam.mx/edespich/images/diagnostico_y_perspectivas/Diversidad_cultural_y_linguistica/Cosmovisiones_e_identidades/ensayo_cosmovisiones_e_identidades.pdf)

Guzmán, F. J. (2013). Caracterización de los sistemas alimentarios de los pueblos indígenas de México. CEDRSSA. disponible en:[http://www.cedrssa.gob.mx/files/b/8/87Caracterizaci%C3%B3n\\_sistemas\\_alimentarios\\_pueblos\\_ind%C3%ADgenas\\_M%C3%A9xico.pdf](http://www.cedrssa.gob.mx/files/b/8/87Caracterizaci%C3%B3n_sistemas_alimentarios_pueblos_ind%C3%ADgenas_M%C3%A9xico.pdf)

Vera, G. A. y Chávez, S. J. (2019). PATRONES ALIMENTARIOS Y PERCEPCIÓN DE SALUD EN SANTA LUCÍA MIAHUATLÁN, OAXACA, UN MUNICIPIO DE ALTO GRADO DE MARGINACIÓN. *Revista Mexicana de Agroecosistemas*, 6(1), disponible en:[https://www.voaxaca.tecnm.mx/revista/docs/RMAE%20vol%206\\_1\\_2019/11%20RMAE\\_2019-38-Alimentario.pdf](https://www.voaxaca.tecnm.mx/revista/docs/RMAE%20vol%206_1_2019/11%20RMAE_2019-38-Alimentario.pdf)

Ignacio, F. E. (2007). Nahuas de la montaña. CDI, disponible en:[https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/12553/nahuas\\_montana.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/12553/nahuas_montana.pdf)

INAH (2011). Comida, cultura y modernidad en México, Perspectivas antropológicas e históricas. Instituto Nacional de Antropología e Historia. Págs. 129-251, Disponible en:[https://deas.inah.gob.mx/archivos/info\\_publicaciones/1574453514.PDF](https://deas.inah.gob.mx/archivos/info_publicaciones/1574453514.PDF)

INEGI. (2020). Presentación de resultados. Estados Unidos Mexicanos. Censo 2020. Pág. 43-51. Disponible en: [https://inegi.org.mx/contenidos/programas/ccpv/2020/doc/Censo2020\\_Principales\\_resultados\\_EUM.pdf](https://inegi.org.mx/contenidos/programas/ccpv/2020/doc/Censo2020_Principales_resultados_EUM.pdf)

INEGI. (2020). Diversidad disponible en: <http://cuentame.inegi.org.mx/monografias/informacion/chis/poblacion/diversidad.aspx?tema=me&e=07>

INPI. (2018). Etnografía de los pueblos tzotzil (Batsil Winik' Otik) y tzeltal (Winik Atel). disponible en: [https://www.gob.mx/inpi/es/articulos/etnografia-de-los-pueblos-tzotzil-batsil-winik-otik-y-tzeltal-winik-atel?idiom=es#:~:text=Los%20tzotziles%20\(tsotsiles\)%20y%20los,algunos%20municipios%20del%20C3%A1rea%20colindante.](https://www.gob.mx/inpi/es/articulos/etnografia-de-los-pueblos-tzotzil-batsil-winik-otik-y-tzeltal-winik-atel?idiom=es#:~:text=Los%20tzotziles%20(tsotsiles)%20y%20los,algunos%20municipios%20del%20C3%A1rea%20colindante.)

Leyva T. D. y Pérez, V. A. (2015). Pérdida de las raíces culinarias por la transformación en la cultura alimentaria. *Revista Mexicana de Ciencias Agrícolas*, vol. 6 no.4, Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-09342015000400016](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-09342015000400016)

Maldonado, M. A. RITUALES AGRÍCOLAS Y FERTILIDAD ENTRE LOS NAHUAS DE ATLIACA, GUERRERO, MÉXICO. [Tesis]. Universidad Autónoma de Guerrero. Unidad de Ciencias de Desarrollo Regional

Nájera, C. A. (2009). Prácticas Alimentarias en comunidades del pueblo Tojolabal. [Tesis] Colegio de la Frontera del Sur, págs. 63-172, disponible en: [https://ecosur.repositorioinstitucional.mx/jspui/bitstream/1017/1738/1/100000039646\\_documento.pdf](https://ecosur.repositorioinstitucional.mx/jspui/bitstream/1017/1738/1/100000039646_documento.pdf)

Pérez-Gil, R. S. (2009). Cultura alimentaria y obesidad. *Revista Gaceta Médica de México*, 145 (5), pp. 392-395, disponible en: [https://www.anmm.org.mx/GMM/2009/n5/32\\_vol\\_145\\_n5.pdf](https://www.anmm.org.mx/GMM/2009/n5/32_vol_145_n5.pdf)

Pérez-Gil, R. S. y Romero, J. G. (2018). Imagen corporal y representaciones alimentarias en mujeres de trece comunidades rurales mexicanas. *Revista Población y Salud en Mesoamérica*, 15 (2), disponible en: <https://biblat.unam.mx/hevila/Poblacionysaludenmesoamerica/2018/vol15/no2/6.pdf>

Pomboza, T. P., Navarro, G. H., Pérez, O. M. y Flores, S. D. (2017). Prácticas organizativas mixtecas asociadas con la seguridad alimentaria y su patrimonio. *Revista Mexicana de Ciencias Agrícolas*, 18 (18), disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-09342017001003697&lng=es&nrm=iso](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-09342017001003697&lng=es&nrm=iso)

Royero, B. B., Rosset, P., Álvarez, A. M., Gallardo, L. F. Mariaca, M. R. (2019) Desarrollo y buena vida en la Mixteca Alta: el caso de una Organización Campesina Oaxaqueña. *Revista Agricultura Sociedad y Desarrollo*, vol.16 no.1, disponible en:[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1870-54722019000100019](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-54722019000100019)

Sarmiento, S. S. (2000). Mixtecos de Guerrero, Proyecto Perfiles Indígenas de México. Centro de Investigaciones y Estudios Superiores en Antropología Social Pacífico Sur. disponible en: <https://www.aacademica.org/salomon.nahmad.sitton/52.pdf>

Swiderska, K. y Argumedo, A. (2006). Hacia un enfoque holístico para la protección del conocimiento indígena: Las actividades de las NU, el 'Patrimonio Bio-cultural Colectivo' y el FPCI-NU, disponible en:<https://pubs.iied.org/sites/default/files/pdfs/migrate/G02217.pdf>

Torres, M. S., Caso, B. L. y Aliphath, F. M. (2019). Conocimiento ecológico, alimentación tradicional y clasificación frío-caliente: la perspectiva de los niños tseltales de Tenejapa, Chiapas. *Revista Liminar*, vol. 17, núm. 2, pp. 148-166. Disponible en:<https://www.redalyc.org/journal/745/74560731010/html/>

Villela, F. S. (s. f.) Cosmovisión indígena. UNAM. Disponible en: [https://www.nacionmulticultural.unam.mx/edespig/diagnostico\\_y\\_perspectivas/diversidad\\_etnica/1%20DIVERSIDAD%20ETNICA%20Y%20LINGUISTICA/4%20COSMOVISION%20INDIGENA/Estado%20del%20desarrollo%20\(Cap%2013\).pdf](https://www.nacionmulticultural.unam.mx/edespig/diagnostico_y_perspectivas/diversidad_etnica/1%20DIVERSIDAD%20ETNICA%20Y%20LINGUISTICA/4%20COSMOVISION%20INDIGENA/Estado%20del%20desarrollo%20(Cap%2013).pdf)

Zolla, C. y Zolla M. E. (2004). Los pueblos indígenas de México, 100 preguntas. ¿Qué se entiende por cosmovisión indígena?, UNAM, segunda edición actualizada, México. Disponible en: [https://www.nacionmulticultural.unam.mx/100preguntas/pregunta.php?num\\_pre=25](https://www.nacionmulticultural.unam.mx/100preguntas/pregunta.php?num_pre=25)