



Revista Española de Salud Pública

ISSN: 1135-5727

resp@msc.es

Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e  
Igualdad  
España

Crocker Sagastume, René; Cosío González, Antonio; López López, Martina; Ruiz Domínguez, Liah;  
Andrade Ureña, Diana; Gutiérrez Gómez, Yareni  
Interculturalidad alimentario-nutricional en la etnia Wixarika de México  
Revista Española de Salud Pública, vol. 78, núm. 6, nov.-dec., 2004, pp. 691-700  
Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad  
Madrid, España

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17078604>

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en redalyc.org

redalyc.org

Sistema de Información Científica  
Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal  
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

## ORIGINAL

INTERCULTURALIDAD ALIMENTARIO-NUTRICIONAL EN LA ETNIA  
WIXARIKA DE MÉXICO (\*)

René Crocker Sagastume (1) Antonio (Tunuri) Cosío González (2) Martina (Haulima) López López, (2) Liah Ruiz Domínguez (1) Diana Andrade Ureña (1) y Yareni Gutiérrez Gómez (1)

(1) Instituto Regional de Investigación en Salud Pública, Departamento de Salud Pública, Centro Universitario de Ciencias de la Salud, Universidad de Guadalajara

(2) Lugar de los Estudios en Salud y Nutrición Wixarika.

## RESUMEN

**Fundamento:** La alta prevalencia de problemas alimentario-nutricionales y el bajo impacto de los programas alimentarios, principalmente porque se ha ignorado la cosmovisión de este pueblo, justifica la recuperación de la cultura de consumo alimentario-nutricional de la etnia Wixarika en México. La investigación tiene el objetivo de identificar elementos para construir un modelo de alimentación y nutrición sustentable, intercultural y participativo que articule modernidad y tradiciones ancestrales.

**Métodos:** Se utiliza la metodología de investigación acción participativa sustentada en la epistemología sociocrítica con las técnicas de entrevista en profundidad y etnografía participante. La investigación se realizó en la comunidad Wixarika de Santa Catarina Cuexcomatitlan, en el municipio de Mezquitic, Jalisco, México.

**Resultados:** El consumo alimentario del pueblo Wixarika tiene un sentido religioso, en el que el maíz es el articulador principal de la cosmovisión alimentaria. La base de la producción y el consumo alimentario está formada por la tríada: maíz, frijol y calabaza, con agregados de jitomate y chile, así como de la recolección de alimentos del entorno ecológico como hongos, quelites y nopales, alimentos que al producirse y consumirse en cantidades suficientes y combinados adecuadamente pueden permitir una alimentación correcta para esta etnia.

**Conclusiones:** La alimentación constituye un elemento central en la construcción de la cosmovisión del pueblo Wixarika, representaciones y significados que deben integrarse para la construcción de un modelo que garantice la seguridad alimentario-nutricional de esta etnia.

**Palabras clave:** Alimentos básicos. Nutrición. México. Nutrición del niño. Desnutrición. Investigación cualitativa. Derechos humanos. Etnología. Cultura.

## ABSTRACT

Eating-Nutritional Interculturality in the  
Wixarika Ethnic Group of Mexico

**Background:** The high prevalence of eating-nutritional problems and the low degree of impact the food programs have, mainly because the cosmovision of this people has been overlooked warrants the recovery of the eating-nutritional culture of the Wixarika ethnic group in Mexico. This research is aimed at providing elements for constructing a sustainable, intercultural, participation-based eating and nutrition model bringing together modernity and this people's ancestral traditions.

**Methods:** The participative action based on the Sociocritical epistemology was employed as the research methodology with the in-depth survey and participating ethnography techniques. This research was conducted in the Wixarika of Santa Catarina Cuexcomatitlan community in the municipality of Mezquitic, Jalisco, Mexico.

**Results:** The foods eaten by the Wixarika people have a religious meaning, in which corn is the main connecting force of their food-related cosmovision. As most Mesoamerican cultures, the basis of food production and consumption is comprised by the «three sisters»: corn, beans and squash, to which «jitomate» and «chile» have been added, as well as the gathering of foods from the surrounding environment such as fungus, quelites and nopal, foods which, on being produced and eaten in sufficient quantities and properly combined may provide for this ethnic group being properly fed.

**Conclusions:** Food comprises a central aspect in the way in which the cosmovision of the Wixarika people is set out, these being representations and meanings which must be integrated in order to a model which will ensure the eating-nutritional soundness of this ethnic group.

**Key words:** Intercultural, Alimentation, Nutrition, Wixarika ethnic, México. Staple foods. Child nutrition. Malnutrition. Qualitative research. Ethnology. Culture.

## Correspondencia:

Dr. René Crocker Sagastume, Isla Madeira 2877  
Jardines de la Cruz, Guadalajara, Jalisco, México  
Correo electrónico: crocker@cucs.udg.mx

(\*) Este trabajo ha sido financiado por el Programa de apoyo a la Investigación 2000, Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología de México (CONACYT). Referencia: 0005. Título del proyecto: Nutrición y Cultura Alimentaria con el Pueblo Wixarika. Premio CONACYT/Omnilife «Alimentar con Ciencia 2000».

## INTRODUCCIÓN

El trabajo de investigación se realiza en la etnia Wixarika, nombrada por los etnólogos mexicanos como Huicholes. Constituye un pueblo de origen Yuto-azteca obligado a huir a la Sierra Madre Occidental por el empuje del imperio Tolteca en el período prehispánico, lo que dificultó su colonización por los españoles<sup>1</sup>. Este contexto histórico ha permitido que esta etnia conserve una identidad cultural arraigada, lo que la ubica entre los pueblos arcaicos de Mesoamérica.

Los Wixaritari se localizan al norte de Jalisco, al oriente de Nayarit, al Sur de Durango y Zacatecas, Estados ubicados en el Noroccidente de México<sup>2</sup>.

En 1999 El Consejo de Salud Comunitaria Werika, una organización de la comunidad Wixarika de Santa Catarina Cuexcomatitlán, invitó a investigadores del Instituto Regional de Investigación en Salud Pública del Centro Universitario de Ciencias de la Salud de la Universidad de Guadalajara a participar en una reunión con el Gobernador del pueblo Wixaritari, en la que se solicitó asesoría y apoyo para la solución de los problemas de salud y nutrición en la zona, con énfasis en la problemática alimentario-nutricional del grupo infantil.

Al realizar la evaluación del estado de nutrición del grupo infantil se obtuvo la siguiente información: existe una tasa de desnutrición general valorada por la puntuación Z de Peso/Edad en niños menores de 12 años de 67,2%; una tasa de desnutrición aguda valorada por la puntuación Z de Peso/Talla de 35,4%, de los cuales 8,3% tienen emaciación severa; y una tasa de desnutrición crónica de 67,1% valorada por la puntuación Z de Talla/Edad, de los cuales 32% tienen desmedro severo, situación que similar en ambos sexos. La prevalencia de desnutrición es alta comparativamente con las medias nacionales y muy parecida a otros grupos indígenas de la zona noroccidental de

México<sup>3,4</sup>, situación preocupante después de que en la última década se han realizado esfuerzos importantes para disminuir el problema, ya que no se encontró una diferencia estadísticamente significativa entre los niños que reciben apoyo alimentario externo y los niños que no lo recibieron. Entre las causas que explican esta situación problemática se concluye que los programas no han partido de la cultura alimentaria de este pueblo y las acciones han sido aisladas, sin buscar el desarrollo sustentable de la región Wixarika.

Al realizar el análisis empírico teórico de la cultura alimentaria se pensó que un elemento central en la identidad cultural de esta etnia lo constituye su cosmovisión de producción y consumo de alimentos vinculado a los conceptos de hombre, comunidad, dioses y madre naturaleza. De la misma manera que otros pueblos mesoamericanos prehispánicos, la etnia Wixarika conserva la cultura de consumo alimentario basada en el maíz como elemento central, con agregados de frijol y calabaza, como se expresa en el Pop Wuj, el libro sagrado de los Maya-Quiché de Guatemala<sup>5</sup>. Para la cultura Wixarika el maíz es el articulador y forjador de la identidad cultural, el que enlaza no sólo las celebraciones religiosas durante el año, sino que es la pieza central para la construcción de la identidad étnica dentro de la cultura mesoamericana del maíz; son la vida, son la organización social, etc.<sup>6</sup>.

Que el maíz representa para los wixaritari una deidad de la trilogía sagrada maíz-venado-peyote constituye una razón para que el grano reciba el tratamiento correspondiente y una parte de la cosecha que no se consume como alimento «será almacenado en la Casa de Dios, utilizada para guardar maíz en grano y avíos ceremoniales que siempre los wixaritari guardan juntos...»<sup>7</sup>.

Un elemento importante en la cosmovisión alimentaria del pueblo Wixarika es el rito de ofrecimiento del venado a los dioses, principalmente del Maíz (Tatei Niwetzika) y la Lluvia (Tatei Witari). La cacería del vena-

do es una ceremonia realizada por los hombres adultos y jóvenes del clan familiar, quienes llevan su sangre a los sitios ceremoniales ubicados en la Sierra antes de la siembra, durante el crecimiento, al final de la cosecha del maíz, durante la época de lluvia y en su larga caminata de ofrecimiento al Dios del Sol en Wiricuta, en el desierto en el Estado de San Luis Potosí. Estos ofrecimientos se acompañan del consumo de peyote, una cactácea alucinógena.

Los estudios que recuperan la cultura alimentaria pueden permitir optimizar los recursos locales y elevar así el estado de nutrición de las comunidades, en circunstancias en que factores externos a ellas buscan la homogenización de una cultura alimentaria global, es decir, la aculturización de las identidades alimentarias tradicionales de los pueblos principalmente indígenas<sup>8</sup>.

La construcción de un modelo alimentario-nutricional que articule modernidad y tradiciones culturales es un puente que puede integrar a los humanos con sus raíces generacionales, su entorno natural y el contexto socioeconómico en que se ubica una población.

El objetivo de la investigación fue la búsqueda de una interpretación colectiva entre investigadores y los miembros de la etnia Wixarika para comprender la alta prevalencia de carencias alimentario-nutricionales en los niños, en un pueblo con una tradición cultural rica, con un entorno ecológico biodiverso conservado por siglos, y que permita la formulación participativa de alternativas alimentarias a la problemática nutricional desde su cosmovisión, lo que constituye una veta poco trabajada en el camino de tratar de conseguir la equidad social con respeto a las tradiciones de los pueblos mesoamericanos.

## SUJETOS Y MÉTODO

En el estudio de la cultura alimentaria se utiliza la metodología de investigación acción

participativa, sustentada en la Epidemiología Crítica y en Epistemología Socio Crítica, que se caracterizan por tres dimensiones de análisis: el rescate de la memoria colectiva, la reconstrucción del sujeto histórico y el fortalecimiento de un proceso solidario de construcción de alternativas emancipadoras<sup>9</sup>.

En los trabajos de investigación en los que se utilizan metodologías complementarias sustentadas en paradigmas innovadores, los criterios para la selección de casos son diferentes que en las metodologías cuantitativas apoyadas en el neopositivismo. Un elemento fundamental para realizar una investigación acción participativa en salud y alimentación lo constituye la organización comunitaria. En este sentido la comunidad, localidades y los informantes clave son miembros de la comunidad Wixarika de Santa Catarina Cuexcomatitlán, por ser los sujetos sociales organizados en torno al derecho a la salud y la alimentación, donde los miembros del Consejo de Salud Comunitaria Werika constituyen sus representantes electos. Las otras 4 comunidades que conforman la etnia Wixarika no están organizadas en torno a ese derecho, por lo que no se incluyen en el estudio.

Un valor agregado de la población de estudio lo constituye la representatividad cultural alimentaria de la comunidad de Santa Catarina Cuexcomatitlán, ya que es el grupo humano con rasgos de mayor tradición de las cinco comunidades que constituyen la etnia Wixarika, en la que están ubicados los centros ceremoniales de todo este pueblo, por lo que en ellas se mantienen la mayor cantidad de expresiones simbólicas tradicionales de la cosmovisión Wixarika, un elemento central que se rescata en la investigación para la construcción de una propuesta intercultural.

La comunidad de Santa Catarina Cuexcomatitlán, Mezquitic, Jalisco, en el Occidente mexicano, está integrada por 25 localidades, de las cuales se estudian las siete mayores. De ellas, se seleccionan 2 localidades ceremoniales que expresan la tradición Wixari-

ka, llamados Tukipa (Pochotita y Santa Catariana), 3 localidades aisladas y poco influidas por la cultura occidental (Taymarita, Agua Zarca y Soconita) y 2 localidades con mayor vinculación con ésta, ya que están comunicadas por caminos de terrecería o vía aérea y tienen vínculos comerciales con los pueblos mestizos (Pueblo Nuevo y Cajones).

Para realizar el trabajo de campo se realizaron los siguientes procedimientos de investigación: Después de negociar la puerta de entrada en reuniones con los líderes de las comunidades se hicieron 2 talleres de capacitación para los sanadores (coinvestigadores indígenas) y el grupo de coinvestigadores de la Universidad de Guadalajara, cada uno de ellos con una semana de duración, en los que se aprendió y se sistematizaron las técnicas de observación etnográfica, entrevista en profundidad y la guía temática para realizarlas. En otra fase del estudio el grupo de investigadores externos conjuntamente con los investigadores internos (los miembros del Consejo de Salud Comunitaria Werika) se integraron a la vida cotidiana de los clanes familiares de las 7 localidades investigadas por períodos de 8 días cada 2 meses durante 3 años, acompañándoles en labores de producción, consumo y rituales que se realizan alrededor de los alimentos, con el objetivo de realizar registros etnográficos y entrevistas a profundidad que permitan comprender la cosmovisión alimentario-nutricional.

En total se realizaron 15 registros de observaciones etnográficas producto de la convivencia en los clanes familiares, en las cacerías de venado y otros rituales en los centros ceremoniales (3 registros por cada grupo de localidades seleccionadas), 18 entrevistas en profundidad a informantes clave de las 7 comunidades (6 entrevistas a informantes clave por cada grupo de comunidades seleccionadas). Entre los informantes clave están principalmente: miembros de los consejos de ancianos de las localidades

que cuidan las costumbres wixaritari, maestros bilingües, marakames (sacerdotes-curanderos) y algunas mujeres que aceptaron ser entrevistadas. Las observaciones y entrevistas se suspendieron en el momento en que no se obtuvo información nueva sobre la cultura alimentario-nutricional del pueblo Wixarika (saturación de información). Además al final del trabajo de campo se llevó a cabo un taller de autorreflexión, en el que los investigadores y los sanadores Wixaritari (miembros del Consejo de Salud Comunitaria Werika) reflexionaron sobre los datos obtenidos en las entrevistas en profundidad, con el fin de aclarar dudas sobre los mismos y sistematizar la información obtenida.

Los datos cualitativos obtenidos en la transcripción de los registros etnográficos y las entrevistas en profundidad fueron codificados empíricamente por los investigadores externos, para a partir de ellos construir matrices de análisis y realizar la autorreflexión en talleres participativos con el equipo de investigación interno. Posteriormente se realizaron ensayos en los que se sistematizó la información empírica. Y, por último, se ejecutó la interpretación de los datos con la teoría de otros autores que han investigado las culturas alimentario-nutricionales en la región mesoamericana.

En base a las conclusiones de la fase interpretativa del estudio se discuten las alternativas posibles de solución a la problemática encontrada desde la perspectiva cultural del pueblo Wixarika, que permiten al Consejo de Salud Comunitaria Werika conjuntamente con los investigadores externos, definir las acciones de transformación que se llevan a cabo con la participación de las localidades de estudio.

## RESULTADOS

El consumo alimentario del pueblo Wixarika, como en la mayoría de pueblos de Meso-

mérica, tiene un sentido religioso y no solamente biológico de satisfacer las necesidades del cuerpo. Es comer con el espíritu y con los dioses, por lo que los alimentos no sólo proporcionan nutrientes sino energía que viene de ellos, por lo que debe haber ceremonias para agradecerles lo que proporcionan a este pueblo.

De acuerdo a la información obtenida en las entrevistas en profundidad, la base de la producción y el consumo alimentario Wixarika está formada por la tríada: maíz, frijol y calabaza, con agregados de jitomate y chile, tradición que se ha mantenido desde tiempos ancestrales. Los alimentos son consumidos por clanes familiares en 2 a 3 tiempos, dependiendo de las posibilidades de la cosecha, la época del año, de ingresos extraordinarios por venta de sus productos a las comunidades mestizas, por trueque en la comunidad o por recursos obtenidos como asalariados estacionales en el corte de tabaco en el Estado de Nayarit.

El análisis de la cultura de consumo alimentario del pueblo Wixarika queda inconcluso si no se tiene en cuenta el aporte que tienen los bosques y el entorno ecológico en la alimentación de este pueblo. Los datos proporcionados por los sujetos entrevistados señalan que la recolección de alimentos en los bosques y cañadas de la Sierra Wixarika se realiza de acuerdo a las características estacionales durante todo el año. Tiene importancia la recolección de guajes, hongos, quelites y nopales.

Informan que existen guajes silvestres y guajes que son cultivados en las huertas familiares, que son leguminosas recolectadas en septiembre, enero y mayo, dependiendo de la variedad. Las vainas de los guajes se cortan cuando están maduras y se les extraen las semillas, que se pueden preparar de dos formas: una consumiéndolas cuando salen de las vainas y guisándolas en manteca o aceite con huevo, agregándoles cebolla y jitomate, acompañándolas de frijoles. La

otra forma consiste en tostar las semillas en el comal (fogón tradicional para cocinar los alimentos) y poniéndolas después a secar se muelen en el metate (piedra de moler prehispánica) agregándoles chile y se guarda para consumirlas en otras épocas del año, con frijoles o agregándoles aceite, agua y cebolla.

Existen distintas variedades de hongos que son recolectados por este pueblo para consumo alimentario en la época de lluvias que va de junio a septiembre. La variedad más ampliamente recolectada son los champiñones silvestres y los anacates, los cuales son preparados guisados en aceite para su consumo.

Los quelites (vegetal de hojas verdes) crecen de manera silvestre en las áreas de producción de maíz y frijol en la época de lluvias y son consumidos principalmente como caldos combinados con jitomate, cebolla y chile.

Existen dos formas de producción y recolección de nopales. Una es la variedad silvestre y otras son cultivadas en algunos huertos familiares ubicados en los alrededores de las viviendas en las diversas comunidades de este pueblo. El consumo de nopales y tunas se realiza en los meses de marzo, abril y mayo. Los nopales se preparan para su consumo en forma de ensaladas combinadas con jitomate o asados y las tunas se consumen como frutas crudas.

Uno de los cultivos que tiene una trascendencia nutrimental para los pueblos indígenas de la meseta central mexicana es el de amaranto<sup>10</sup>. De acuerdo a conversaciones con uno de los sanadores wixaritari, sus abuelas sembraban tres variedades de amaranto (wabe en lengua wixarika) que servía para complementar la alimentación a base de maíz, frijol y calabaza, pero se ha perdido buena parte de esta cultura de producción, por lo que han venido realizando intentos de recuperar esta tradición pero con poco éxito.



Un elemento diferencial entre las localidades estudiadas, obtenido en los registros etnográficos, es el abandono de algunos alimentos en las localidades que tienen una mayor vinculación con el mundo mestizo, como el maíz «nishtamalizado», que es preparado con cal, y contiene todos sus nutrientes; así, en Pueblo Nuevo y Cajones se consume harina de maíz industrializado con bajo contenido en fibra, aceites vegetales y calcio. Se ha abandonado el consumo de vegetales tradicionales, como los nopales, quelites, hongos y guajes y se ha aumentado el consumo de alimentos refinados, como harinas, refrescos embotellados, etc. lo que está impactando en el estado nutricional de los adultos principalmente. En la evaluación nutrimental inicial el 24% de las mujeres en edad fértil que viven en las localidades con mayor vinculación al mundo occidental tienen obesidad combinada con baja talla, un tipo de obesidad desnutrida de los pueblos marginados de América Latina incorporados al mundo global<sup>11</sup>.

En la cultura Wixarika el consumo del maíz tiene connotaciones religiosas y se acompaña de rituales de ofrecimiento y autorización de los dioses para su consumo.

Un elemento fundamental en la cosmovisión alimentaria del pueblo Wixarika, obtenido a través de observaciones etnográficas, es el rito de ofrecimiento del venado a los dioses, principalmente del Maíz (Tatei Niwetzika) y la Lluvia (Tatei Witari) durante la época de cosecha y a los dioses principales, el Padre Sol (Tayau Tau) el Padre Fuego, (Tatewari) durante todo el año. La cacería del venado es una ceremonia realizada por los hombres adultos y los jóvenes del clan familiar.

En las localidades el primer ofrecimiento del venado a los dioses se realiza en el mes de agosto y tiene como objetivo principal ofrecerlo al Dios de la Lluvia y al Dios del Maíz, para que ésta no falte en el momento en que la milpa la necesita para que los elotes se llenen de granos.

La segunda cacería del venado se realiza en el momento de la cosecha del maíz, la calabaza y el frijol. Tiene como objetivo llevar los granos cortados al templo sagrado, para que se conserven sanos, para poder sembrarlos en el siguiente temporal y para el consumo familiar.

En los Kaligüey de los Tukipa hay dos cacerías de venado en momentos diferentes. Uno en el mes de agosto para la Fiesta de la Lluvia y el segundo en el mes de diciembre, cuando los «jicareros» (cuidadores de la tradición) regresan a Wiricuta, en San Luis Potosí para ofrecerlo en la Fiesta del Sol (Tayau Tatata).

Si embargo, las comunidades que tienen mayor contacto con el mundo mestizo, han abandonado paulatinamente la cacería del venado y lo han sustituido por el sacrificio de toros y cerdos para ofrecerlo a los dioses.

La información obtenida de una de las comunidades mas aisladas del lugar de estudio indican que también se puede comer carne de res o de animales domésticos en ceremonias de cualquier época, pero la cacería de venado tiene un ritual especial.

Otros platillos que se consumen durante las ceremonias son los tamales de maíz blanco con carne de venado o frijoles y el Tejuino, bebida fermentada elaborada de maíz amarillo, que junto a la carne de venado o de res, el peyote, el cacao y las velas, constituyen elementos fundamentales en las celebraciones y fiestas importantes.

En lo que se refiere al consumo alimentario en la ceremonia del peyote y otras fiestas de la vida cotidiana, el papel de esta planta se rescató en la vida de los Wixaritari. El peyote es una planta de la familia de las cactáceas que crece en las zonas desérticas de San Luis Potosí, tiene efectos estimulantes y alucinógenos. Par la cultura Wixaritari tiene utilidad para aumentar la resistencia en las largas caminatas realizadas para cazar el venado,

para comunicarse con los dioses, así como para aumentar la creatividad artística en la elaboración de tejidos y artesanías.

El viaje a Real de Catorce (Wiricuta) o lugar donde habita el Padre Sol en San Luis Potosí (uno de los templos ceremoniales en la cosmovisión Wixarika) se realiza en el mes de diciembre y es una fiesta considerada una de las principales para este pueblo. La ceremonia del peyote es presidida por los Marak+ame, y se ha venido perdiendo debido los procesos de transculturación. El significado del peyote en la caza del venado y en la producción artística del pueblo Wixarika es fundamental.

## DISCUSIÓN

Los datos que aporta el estudio de la cultura de consumo alimentario del pueblo Wixarika muestran la existencia de un sustrato prehispánico que reconoce el valor de la relación armónica hombre-dioses-naturaleza. El alimento no sólo tiene la función de satisfacer necesidades biológicas sino que tiene un alto contenido religioso por el que es necesario pedir permiso a los dioses para su producción, almacenamiento y consumo.

Para la cultura Wixarika, al igual que para todas las culturas indígenas mesoamericanas que habitan en México y Centro América, el maíz es el articulador y forjador de la identidad cultural, es el que enlaza no sólo las celebraciones religiosas durante todo el año, sino que es la pieza central para la construcción de la identidad étnica dentro de la cultura mesoamericana del maíz. Es la vida, la organización social, etc.<sup>12,13</sup>.

Todos estos elementos conforman «el costumbre Wixarika». Se trata de un concepto que habla «del nosotros» y es hablar en plural de un conjunto de personas que actúan bajo cierta cosmovisión, es decir, la forma ritualizada de vinculación entre los humanos, con la naturaleza y con lo sagrado. En

palabras del pueblo Wixárika «el costumbre» de comer con el Dios del Maíz es un elemento a tomar en cuenta para el éxito de cualquier programa alimentario nutricional, tanto para mejorar la producción como la suplementación, complementación y fortificación alimentaria, tal como se ha experimentado en programas de combinación del maíz con otros alimentos vernáculos, desarrollados por el Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá (INCAP)<sup>14</sup>.

Al analizar la información alimentaria recolectada empíricamente y su contenido bromatológico valorado en tablas de alimentos se puede deducir que el elemento central en la alimentación Wixarika es el maíz, un cereal que proporciona grandes cantidades de hidratos de carbono y en menor proporción proteínas, grasas, vitaminas y calcio. Este alimento es consumido diariamente durante todo el año en combinación con frijoles, que contienen altas concentraciones de proteínas y hierro. Estos dos alimentos se condimentan con chile (un vegetal rico en vitamina C), semillas de calabaza (una oleaginosa rica en proteínas, grasas vegetales y vitaminas) y jitomate (una verdura rica en vitamina C). A esta alimentación se agregan alimentos de temporal, como los gaujes, una leguminosa rica en proteínas; quelites, un vegetal verde rico en vitaminas del complejo B y nopales, ricos en fibra vegetal, hidratos de carbono y vitaminas del Complejo B<sup>15</sup>.

Estos alimentos combinados adecuadamente pueden aportar los nutrientes básicos para una buena salud, pero debido al abandono gradual de técnicas de cultivo tradicionales, sustituidos por métodos modernos, al deterioro del entorno ecológico, a la falta de agua en la época seca y a la escasa incorporación de abonos orgánicos para enriquecer los suelos, su producción no es suficiente para todo el año. Si a ello se agrega la incorporación de alimentos ajenos a la cultura en los programas de suplementación y complementación alimentaria, es fácil explicar el



hambre crónica que padecen los habitantes de esta etnia<sup>16, 17</sup>.

Aguirre Beltrán<sup>18</sup> comenta que las cantidades excepcionales de proteínas, minerales y vitaminas que se encuentran en los alimentos nativos ofrecen la posibilidad de nutrir a los indígenas mexicanos sin recurrir necesariamente a la carne, al huevo, ni a los productos de lechería. Agrega, que la dieta indígena es completamente diferente a la dieta occidental y no es racional basar modificaciones dietéticas apoyadas en valores nutricios extraños.

Los datos aportados por el estudio y los recuperados de otros investigadores aportan elementos para concluir que las instituciones de salud, nutrición y desarrollo que operan programas de la Sierra Wixarika han construido propuestas alimentario-nutricionales sin tomar en cuenta estos elementos culturales, sin beneficios en los indicadores de calidad de vida y la seguridad alimentario nutricional para esta etnia y frecuentemente agrediendo «el costumbre Wixarika».

Al respecto Inmink<sup>19</sup> señala que la inseguridad alimentaria y nutricional que padecen los pueblos indígenas de América Latina representa una violación básica de los derechos humanos de las etnias. Gobiernos de muchos países han contraído compromisos internacionales para garantizar la seguridad alimentaria y nutrimental basados en los derechos humanos, pero las políticas, programas y normas que deben implementar esos compromisos raras veces son formuladas e implementadas con un enfoque de derechos humanos que respete su cultura ancestral.

Los datos recuperados en la investigación permiten deducir que la alimentación forma parte de la identidad cultural del pueblo Wixarika y es un elemento central de la etnia que opera en todos los renglones de la vida, o sea, alcanza el ser en sus actuaciones más profundas como persona<sup>20</sup>, por lo que los derechos culturales son también derechos

humanos fundamentales que deben ser tomados en cuenta en la construcción de una propuesta intercultural y participativa para los pueblos indígenas del continente, tal como lo señaló la UNESCO en 1968 cuando declaró: *Una de las características de nuestro mundo contemporáneo es el dominio que sobre los hombres ejercen los estados-nación fuertes y centralizados, que tienen el poder necesario para incrementar la uniformidad y la homogeneidad cultural dentro y fuera de sus fronteras...*<sup>21</sup>.

A partir de los datos recuperados y las deducciones de la fase interpretativa de la investigación, realizadas por los investigadores y el Consejo de Salud Comunitaria Werika, se discutió las posibles alternativas para formular un modelo alimentario nutricional sustentable que recupere la cultura alimentario-nutrimental del pueblo Wixarika y que resuelva parte de los problemas de desnutrición infantil. El modelo se basa en las siguientes estrategias centrales:

Se crea «El Lugar de los Estudios en Salud y Nutrición Wixarika» como un espacio de formación de Sanadores Wixaritari (recursos primarios para la atención a la salud y la nutrición local) para realizar la vigilancia y atención de grupos en riesgo nutrimental, así como la formación de promotores de agroecología para la Sierra Wixarika, que aprenden técnicas para producir composta y otros abonos, fertilizantes e insecticidas orgánicos y técnicas para el cultivo de árboles frutales, hortalizas y otros cereales que habían sido abandonados por el pueblo Wixarika, como el amaranto.

Se desarrolla tecnología apropiada para el enriquecimiento de alimentos que constituyen la base de la alimentación y cosmovisión del pueblo Wixarika. Tal es el caso del maíz, que se enriquece con amaranto y semillas de calabaza en la elaboración de atoles para suplementar a los niños después de los seis meses y a las madres embarazadas y lactantes.

Los resultados de la investigación aportan elementos teórico-metodológicos para recuperar las culturas alimentarias de los pueblos indígenas mesoamericanos y formular programas de salud en nutrición con pertinencia intercultural. La limitante del estudio es que sólo es factible aplicar esta metodología y extrapolar los datos a comunidades organizadas. Las dificultades mayores son las barreras idiomáticas y el rechazo que tienen los pueblos indígenas al mundo occidental.

#### AGRADECIMIENTOS

Los autores agradecen al Consejo de Salud Comunitaria Werika, a los miembros del Programa Mesoamericano de Ecología, Salud y Alimentación Sustentable (PROMESAS), a las autoridades del Centro Universitario de Ciencia de la Salud de la Universidad de Guadalajara, al Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología de México, a la empresa privada Omnilife y al Organismo no gubernamental Concern América el apoyo brindado para la realización de este estudio.

#### BIBLIOGRAFÍA

1. Rajsbaum A. Los Huicholes. En: Etnografía de los pueblos indígenas de México: Instituto Nacional Indigenista; 1978. México, p.56-7
2. Sartiaguín MS. Los Huicholes. Sarche/Estudios del Tercer Mundo. México: Universidad Autónoma de Nayarit, Tepic, Nayarit; 1998. p. 3-4.
3. Instituto Nacional de Salud Pública. Encuesta Nacional de Nutrición. Cuadernos de nutrición. México: Instituto Nacional de Salud Pública; 2001; 24 (2): p. 69-76.
4. Monárrez J, Martínez H. Prevalencia de desnutrición en niños tarahumaras menores de cinco años en el municipio de Guachochi, Chihuahua. Salud Pública Mex 2000; 42 (1): 8-16.
5. Anónimo. Pop Wuj. Aniguas historias de los indios quichés de Guatemala. Revisión de Albertina Sarabia a la versión recuperada por Francisco Ximenez (1666-1729). México: Editorial Porrúa; 1975. p. 120-3.
5. Boege, E. El Mito y los rituales agrarios como la explicación de la relación naturaleza-sociedad. En: Gustavo López Castro (Coordinador). Sociedad y Medio Ambiente en México. México: El Colegio de Michoacán; 1998. p. 80-99.
7. Zingg RM. Los Huicholes. Una tribu de artistas. Instituto Nacional Indigenista. Colección INI. Tomo 1. Número 12. México DF. 1982. p. 28-35.
8. Jiménez-Ottalengo, R. Y Salas Gómez, L. E. Una experiencia de educación alimentaria en el Rincón Zapoteca. Cuadernos de Nutrición, alimentación en México 1998; 21(3): 5.
9. Breilh J. Epidemiología como praxis emancipadora. En: Epidemiología Crítica. Ciencia emancipadora e interculturalidad. Buenos Aires: Lugar Editorial; 2003. p. 265-92.
10. Díez-Urdanivia CS, Ysunza-Ogazón A. Manual para la utilización de plantas comestibles de la sierra de Oaxaca. Instituto Nacional de la Nutrición Salvador Zubirán. División de Nutrición. México: Departamento de Estudios Experimentales Rurales; 1990. p. 20-38.
11. Peña M, Bacallao J. La obesidad en la pobreza: un problema emergente en las Américas. En: OPS/OMS. La obesidad en la pobreza: un nuevo reto en la salud pública. Publicación científica número 576, Washington, DC. EUA, 2000. p. 6.
12. Torres-Contreras JJ. El hostigamiento al costumbre Huichol: Los procesos de hibridación social. Zamora (Mich): El Colegio de Michoacán, Universidad de Guadalajara; 2000. p 135-50.
13. Cabarrús, CR. La cosmovisión Q'eqchi' En: la cosmovisión Q'eqchi' en Proceso de Cambio. 2ª Edición, Guatemala; 1998. p. 29-36.
14. Bressani R. Concepción y usos de harinas compostas. En: Hacia la seguridad alimentaria y nutricional en el siglo XXI. Memorias de Reunión Científica. Guatemala, 6-8 septiembre de 1999. Instituto de nutrición de Centro América y Panamá (INCAP/OPS). Publicación INCAP CE/109. Guatemala, septiembre de 2000. p. 47-50.
15. Casanueva E, Kaufer-Horwitz M, Pérez Lizaur A B, Arroyo P. Nutriología Médica. Fundación Mexicana para la Salud.. 1ª Edición, México: Editorial Médica Panamericana; 2000. p. 470.
16. Torres-Contreras JJ. Tierras Magras y Políticas Equivocadas en el sistema productivo huichol. Caso Santa Catarina, Municipio de Mezquitic, Jalisco. 1999. Disponible en: <http://web.iteso.mx/iglom/pm5/jesust.html>.

17. Torres-Contreras JJ. La organización productiva y las políticas gubernamentales en la Zona Huicho. En: Los Wixarika. 1ª edición. México: El Colegio de Jalisco/Universidad de Guadalajara;; 2001.
18. Aguirre-Beltrán G. Cultura y Nutrición. La Dieta Indígena. En: Programas de Salud en la situación Intercultural. Obra antropológica V. Ed., México: Fondo de Cultura Económica; 1994. p. 87-8.
19. Immink M. Derechos Humanos y la Seguridad Alimentaria y Nutricional. En: Memorias de Reunión Científica. Hacia la seguridad alimentaria y nutricional en el siglo XXI. Guatemala, 6-8 septiembre de 1999. Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá (INCAP/OPS). 2000. p. 122.
20. Gallo, Antonio. El yo y la etnia. Fundamentación epistemológica de los grupos humanos. En: Pensamiento filosófico contemporáneo de la América Central Ensayos. Compilador. Olmedo España Calderón. Universidad de San Carlos de Guatemala/ Universidad de Tromso, Noruega. Guatemala: Oscar de León Palacios;1999. p. 8-9.
21. UNESCO. Cultural rights as human rights. París, 1970. En: Stavenhagen, R. La Cuestión étnica. El Colegio de México, México; 2001. p 238.