

# ENTRE AYER Y HOY: la tradición alimentaria de Chilón, Chiapas

Alla Kolpakova

Hoy atestiguamos un hecho alarmante: mientras la producción agroalimentaria ha aumentado, en muchos rincones del planeta han caído en desuso o desaparecido muchas variedades vegetales y animales que antes habían constituido la base de la dieta local.

## Introducción

En México existe una gran diversidad alimentaria que se diferencia entre sí por regiones, localidades e incluso familias. La tradición culinaria de todos ellos está sujeta a cambios y adaptaciones que ocurren con ritmos diferentes según el caso. Hoy atestiguamos un hecho alarmante: mientras la producción agroalimentaria ha aumentado, en muchos rincones del planeta han caído en desuso o desaparecido muchas variedades vegetales y animales que antes habían constituido la base de la dieta local. Paralelamente, las tareas de la cocina doméstica han sido transferidas a la industria, haciendo que cada vez se consuma una mayor cantidad de alimentos procesados industrialmente (Contreras Hernández 2005, 112).

A la vista de todos estos procesos de carácter global, surge el interés por revisar la situación alimentaria en las áreas rurales de Chiapas, cuya gastronomía es conocida por su riqueza y variedad de sabores tanto en México como en el extranjero. Así, el presente estudio trata sobre la evolución alimentaria en el pequeño poblado de Chilón, al noreste de Chiapas, en los últimos 60 años.

Las preguntas a responder para el presente trabajo son las siguientes: ¿cómo era la alimentación a mediados del siglo xx?, ¿cómo ha cambiado en los últimos 60 años?, ¿qué tendencias se observan en la alimentación actual?, ¿cómo enfrentarse a los cambios?

En cuanto a las fuentes, hay que señalar que el presente estudio se basa en la información obtenida

de una serie de entrevistas realizadas durante el mes de julio del año 2014 con varias personas –en su gran mayoría mujeres de entre 40 y 70 años– nacidas en Chilón. Entre ellas se encuentran tanto amas de casa como dueñas de sus propios negocios de alimentos (panaderías, restauranteras, entre otras), quienes nos compartieron sus recetas familiares –que todavía son usadas en su vida cotidiana y durante las fiestas–, al igual que sus recuerdos de cómo se alimentaban durante su infancia y juventud. De esta manera pudimos explorar cómo ha sido la alimentación en Chilón en los últimos 60 años, sobre lo cual versarán los siguientes párrafos.

## La región de Chilón y su tradición gastronómica

El poblado de Chilón se encuentra en el noreste de Chiapas, en el municipio homónimo, en la región selvática, a una distancia de 225 kilómetros de la capital del estado y una altura de 870 msnm. El paisaje a su alrededor es montañoso selvático, entremezclado con terrenos de cultivo y pastizales (Reyes Monterrosa 2009, 1-4) (Figura 1).

Situado en el territorio maya tseltal, era un lugar importante desde los tiempos prehispánicos ya que se encuentra rodeado por sitios arqueológicos del periodo Clásico. Durante las primeras décadas de la Colonia, en la región se establecieron los monjes dominicos y desde 1761 ya se hacía mención de españoles y ladinos, quienes atraídos por las nuevas posibilidades económicas se asentaron en el pueblo. De esta manera, para 1821 en Chilón habitaban 335 ladinos (19-22).

Según estos datos, se puede decir que históricamente la tradición culinaria de Chilón se formó por la fusión de varias cocinas distintas: indígena, ladina (mestizos) y española. La coexistencia de estas tres partes produjo la gastronomía actual, que es una mezcla de diversos alimentos que incluyen tanto los tamales de frijoles (tradición prehispánica) como el pan blanco dulce (tradición española).

En cuanto a la actividad agropecuaria, el cultivo más importante es el maíz, seguido por el frijol, las hortalizas, el café y la fruticultura; estos son la base de la alimentación de la mayoría de los habitantes hoy en día. De maíz se preparan los siguientes alimentos: tortillas, tamales (de bola, de hoja, de elote, de frijol tierno), tostadas, pozol, pinol, atol<sup>1</sup> de granillo. Entre los platillos típicos se encuentran algunos como mole de olla, guisado de puerco, chanaína, cocido de res, caldo de pollo de rancho (70, 86).

Los *manjares* singulares de esta región son el *zatz* y el *tzitzim*. El *zatz* es una oruga de mariposa nocturna comestible, de aproximadamente diez centímetros de largo, que se desarrolla sobre las ramas de ciertos tipos de árboles (86). Se cosechan dos veces al año: en julio y octubre. Se comen hervidos o fritos. Primero se exprimen para sacarles las tripas, lue-

**Anteriormente la comida diaria era sencilla. Se aprovechaban todos los alimentos de procedencia local, como una variedad de verduras –calabaza, zanahoria, ejotes, lechugas, tomatillo, jitomate, chayote, yuca–, frijoles y maíz. Además, se consumían las hierbas comestibles que se dan en la milpa como mostaza, tsuy y hierbamora.**

go se hierven con sal; después los estiran y los echan en un recipiente con aceite o manteca hervida hasta que se doran. El resultado es un manjar dorado y crujiente que se come con limón, sal y chile (Figura 2). El *tzitzim* (*nucú* para los tuxtlecos) es un género de hormigas americanas comestible que se dora en comal o se fríe con aceite o manteca (86).

## Una mirada al pasado

Según los datos proporcionados por los entrevistados, anteriormente la comida diaria era sencilla. Se aprovechaban todos los alimentos de procedencia local, como una variedad de verduras –calabaza, zanahoria, ejotes, lechugas, tomatillo, jitomate, chayote, yuca–, frijoles y maíz. Además, se consumían las hierbas comestibles que se dan en la milpa como mostaza, *tsuy* y hierbamora. Entre las frutas se encontraban el mango *coch* (mango pequeño y verde), la guanábana, el plátano, la naranja y el limón. Aparte de los alimentos que se cul-

tivaban, se aprovechaba también lo que crece en el bosque, como las *orejitas* (setas silvestres). La proteína animal provenía básicamente de aves de corral, puercos y tepezcuintles. La carne de res era de consumo limitado (festivo), ya que el ganado no se criaba en la región, sino que se traía de Ocosingo o de Palenque.

¿Qué se comía antes diariamente? Para el desayuno se acostumbraba preparar huevos estrellados o revueltos con frijoles y tortillas hechas a mano en el comal (Figura 3). También se preparaba plátano macho asado con cáscara y no faltaba el café. En la tarde, para la comida, se hacían guisados, sopa de verdura, y en ocasiones mataban una gallina para hacer caldo. La cena contemplaba un platillo simple como taquitos de frijol o plátanos fritos, y hay quienes solo acostumbraban tomar café con pan dulce.

La comida se acompañaba con diversas bebidas, principalmente café y aguas naturales: limonada, naranjada, horchata o agua de avena y de arroz. No había ni melón ni papaya. A medio día se acostumbraba tomar pozol blanco. La costumbre, conservada hasta ahora, era llevar su bola de pozol (masa de maíz blanco) para ir a trabajar en la milpa.

El café era una de las bebidas preferidas, pues lo tomaban en el desayuno, la comida y la cena. A diferencia del café, el chocolate no era una bebida muy usual, ya que no se cultivaba en el municipio. Lo traían de fuera en grano y la gente de Chilón lo tostaba y lo molía. En cuanto al azúcar, anteriormente no se conocía la refinada, sino que se usaba la panela o la miel de caña, pues la de abeja era muy cara.

Los dulces que se hacían antes se adoptaron, en su mayoría, de San Cristóbal de Las Casas, y siguen elaborándose hoy en día, siendo los principales gatzates, dulce amari-

Actualmente la alimentación en Chilón está condicionada por varios factores. Por un lado todavía se practica la agricultura tradicional, lo que afecta a la vegetación original deteriorando los suelos, y en ocasiones se realiza en terrenos que no son aptos para esta actividad por tener fuertes declives y baja fertilidad del suelo, lo que lleva a su baja productividad.

llo, nuégados y tártaras (Figura 4). Los nuégados más sabrosos de Chilón son todavía los que prepara doña Margarita Bonifaz Santiago, quien aprendió a hacerlos de su mamá, originaria de San Cristóbal. Ella nos contó que antes los nuégados se hacían horneados, por eso eran más duros, mientras que ahora son fritos y más suaves. Años atrás, ella era una panadera muy famosa en el poblado; esto es lo que nos contó sobre el pan:

Antes se hacía otro pan, la levadura se tiene que agriar, para eso la dejan un día. El pan siempre lo he hecho con pura yema. El pan lo hacían en los hornos, la brasa se quemaba, y luego la sacaban. Ya se probaba el calor con el pan de sal, o con el pan francés, o las rosquillas de sal, con eso se le bajaba el calor para meter el pan dulce. Antes hacían reventadas con canela (se le ponía la manteca), era un pan esponjoso con yemas, el marquesote es lo único que todavía se hace acá (Bonifaz Santiago 2014, comunicación personal).

En los días festivos la alimentación normalmente incluía diversos tipos de carne, caldo de gallina, una variedad de guisados como la chanfaina, el cochito horneado, la barbacoa de res, de borrego o de pollo. Don Adolfo Vera Guzmán todavía hace la barbacoa enterra-

da de res, que aprendió de Sabás Bautista hace 25 años. El proceso es muy laborioso y así es como se prepara:

Antes usaba la carne de res nada más, se hacía pedazos, y se salmorea con limón, la sal y pimienta molida, y se enterraba. Primero se excava un hueco de 2 metros de largo y 1.5 de ancho, 90 centímetros de profundidad, si es una res de 500 kilos, y luego se le mete leña, cuando se acaba la leña, ya se calentó el horno, ya se le mete la carne en bolsas de manta, abajo del horno hay hojas de plátano y encima de la brasa, allí se ponen las bolsas, arriba otras hojas de plátanos, su cartón y la lámina, luego tierra, se rellena por completo. Un día entero y una noche se espera hasta que se cose (sic). Y se destapa. La barbacoa se comía con tortilla y salsa picante con chile que crecía aquí, le dicen chile huachalteco, son bolitas chiquitas. Ahorita ya se le pone el recado<sup>2</sup> de chile verde y tomate. Ya cambió la receta (Vera Guzmán 2014, comunicación personal).

En las mañanas se acostumbraba ofrecer pan dulce con chocolate, y en los cumpleaños normalmente servían los tamales. Cuando llegaba la época de fiesta, en el parque se establecían las garitas que

vendían dulces y juguetes (Reyes Monterrosa, 34).

En la fiesta de mayo, cuando yo regresé acá, vendían aguas naturales, arroz con leche, horchata, había un kiosco en el parque donde vendían la gaseosa, la hacía don Isidro Jiménez, ya después como en el año 1957 empezó a llegar el refresco, llegó primero la “Fanta” (Monterrosa Suárez 2014, comunicación personal).

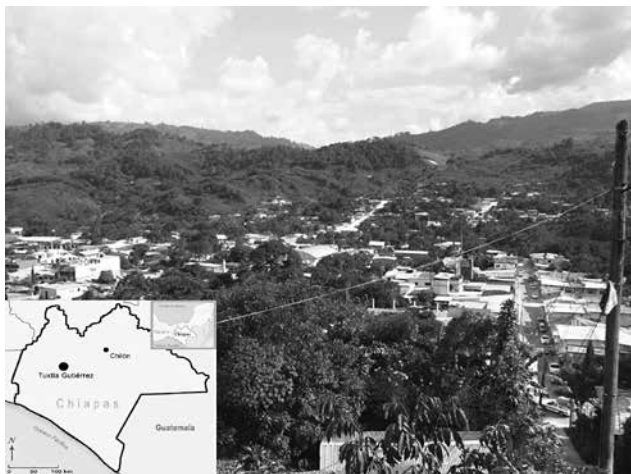
Durante el carnaval (ya desaparecido) que se celebraba en el mes de febrero, el elemento gastronómico principal eran dulces de frutas de la región: *uhchum* (papayita de montaña) y *lohtsom* (contúa). Ambas frutas se preparaban en dulce y se repartían entre los asistentes al finalizar el tercer día del carnaval (Reyes Monterrosa, 82).

El primer negocio de comida, llamado Restaurante Maya, se abrió en Chilón en 1972, orientado hacia los viajeros. Su dueña, doña Lucrecia del Carmen Reyes Pinto, comenzó su negocio vendiendo la cerveza Carta Blanca, cuyos fabricantes le proporcionaron sus primeros muebles (Reyes Pinto 2014, comunicación personal). Desde muy joven entendió que su vocación era la gastronomía: siendo niña ayudaba a su mamá a elaborar y vender dulces tradicionales. Más tarde, siendo la dueña de su propio restaurante, hizo una investigación sobre platillos de otras partes de México y así elaboró su variado menú, en el cual se destaca el famoso y ampliamente conocido “cochito ahumado”.

## Persistencias y cambios

### Situación actual

Hoy en día, la gente del poblado sigue aprovechando el pequeño



De izquierda a derecha:

- Figura 3
- Figura 1/Figura 5
- Figura 4/Figura 7
- Figura 6/Figura 2

**También se usan muchos sustitutos comerciales de alimentos que antes se preparaban en casa; por ejemplo, el mole Doña María en lugar de uno casero. La misma situación ocurre con las bebidas, sustituidas por refrescos, así como con las salsas y el pan.**

terreno alrededor de su casa para cultivar plantas comestibles de consumo familiar y como hogar para sus aves de corral. Además, en el jardín doméstico suelen encontrarse árboles frutales como plátanos, mangos y naranjos, entre otros. Las verduras y frutas frescas de temporada y otros productos locales se pueden encontrar en el tianguis de la calle central. Desde temprano llegan allí las mujeres tseltales de los alrededores del poblado a vender sus mercancías instalándose en las banquetas (Figura 5). De igual manera, casi enfrente de la iglesia hay un pequeño mercado que se instala los fines de semana, donde también se puede encontrar una gran variedad de productos de temporada, de procedencia local.

Los indígenas mayas que viven en los parajes alrededor de Chilón siguen preparando la comida tradicional, como son los tamales de origen prehispánico *peteul* y *xuch'umal* (Figura 6). El primero se hace de frijoles tiernos revueltos con masa de maíz envueltos en hoja de *wa'am* (hoja alargada de tipo platanillo); el segundo se elabora con masa de maíz, frijol cocido molido, enrollado con hierba santa (momo) y envuelto en hoja de *wa'am* (Trejo Molina 2014, comunicación personal).

Se puede decir que actualmente la alimentación en Chilón está condicionada por varios factores. Por un lado todavía se practica la agricultura tradicional, lo que afecta a la vegetación original deteriorando los suelos, y en oca-

siones se realiza en terrenos que no son aptos para esta actividad por tener fuertes declives y baja fertilidad del suelo, lo que lleva a su baja productividad. El desarrollo de la ganadería ha aumentado la deforestación y la erosión del suelo, destruyendo el hábitat de muchas especies animales y vegetales. Al mismo tiempo, el incremento de la población ejerce más presión hacia los recursos naturales, pues se requieren más alimentos (Reyes Monterrosa, 10-11).

Por otro lado, la pavimentación de la carretera de Chilón a Ocosingo, en el año de 1987, abrió las puertas al comercio industrial (43). Hoy en día, son muchas las tiendas de abarrotes donde se ofrece una amplia gama de productos traídos de fuera. Las frutas y vegetales que no se cultivan en la región, como manzanas, peras, duraznos, papas, etc., provienen de San Cristóbal de Las Casas. La apertura de un *mini-market* a un lado del parque central, donde se pueden encontrar decenas de productos de primera necesidad, en un solo lugar, durante 12 horas al día, ha provocado que muchas personas prefieran hacer allí sus compras de alimentos.

Todos estos factores provocaron una pérdida parcial de ciertos tipos de alimentos como, por ejemplo, los dulces tradicionales, algunos de los cuales ya han desaparecido. También se usan muchos sustitutos comerciales de alimentos que antes se preparaban en casa; por ejemplo, el mole Doña

María en lugar de uno casero. La misma situación ocurre con las bebidas, sustituidas por refrescos, así como con las salsas y el pan. La panadera Floriberta Gallegos Méndez nos contó que el pan de antes ya no se hace porque, según ella, nadie lo compra. Ahora se elabora el pan comercial de harina refinada con levadura instantánea en polvo (Gallegos Méndez 2014, comunicación personal) (Figura 7).

¿Qué condicionó estos cambios? Tomando en cuenta que en la especie humana la alimentación constituye un hecho biológico y sociocultural complejo, reflejado en un conjunto de comportamientos particulares que estructuran la alimentación cotidiana (Rebato Ochoa 2009, 136), los cambios en la alimentación que pudimos atestiguar podrían ser condicionados por varios factores:

1) Imposición de la comida industrial procesada. A nivel mundial, en los últimos 30 años, el consumo de alimentos procesados ha aumentado considerablemente en cuanto a su cantidad, diversidad y porcentaje de presupuesto que se les asigna (Contreras Hernández 2005, 113). La gran oferta de comida enlatada, cocida o precocida que se encuentra al alcance de todos facilita la preparación de los alimentos, ahorrando tiempo y esfuerzo.

2) Homogeneización de la alimentación promovida por los medios de comunicación. Actualmente, los pobladores de Chilón cuentan con 33 canales de televisión por cable y en el centro hay varios locales de internet. Este es usado por los jóvenes, mientras que las amas de casa prefieren la televisión. Eso ha generado que las comidas típicas sean sustituidas por las que se preparan en diversos programas o videos.

3) Apoyos gubernamentales. Los programas como Procampo –que se entregan desde hace más

de veinte años– y la distribución de despensas por parte del gobierno eliminan el estímulo de cultivar la variedad de productos para consumo propio. La realidad se resume en lo siguiente: “En cuanto los indígenas reciben su cheque, hacen cola para comprar Maseca en vez de producirla ellos mismos” (Bobrow-Strain 2015, 262).

A pesar de todos estos cambios, pudimos observar que se conservan muchas tradiciones en la alimentación, lo cual se debe, principalmente, al aislamiento territorial e informativo del lugar que prevalecía hasta hace poco. La electricidad llegó en 1972 y con ella la población tuvo acceso a la radio y posteriormente a la televisión, pero el internet apareció solamente en el año 2008 (Reyes Monterrosa, 43, 65-66). De esa manera, se puede decir que antes de la década de los ochenta no hubo mucha perturbación en las costumbres alimentarias de Chilón, y que es en el transcurso de las últimas dos décadas cuando se ven los cambios notorios, pues se están perdiendo tanto los alimentos como las costumbres vinculadas a ellos.

## Qué hacer ante un futuro incierto

Tal como están las cosas hoy en día, es probable que el siglo XXI traiga más cambios a la alimentación humana. Para hacerles frente, es necesario mantener, como en el caso de los habitantes de Chilón, las actividades productivas agrícolas, sobre todo en el caso de quie-

nes tienen una parcela, un solar o incluso un patio. De esa manera podrán producir una parte de su alimento de manera agroecológica, libre de pesticidas y fertilizantes.

La alimentación es uno de los elementos que ayudan a generar identidad mediante la constatación de la diferencia (Rebato Ochoa 2009, 138). Por ello hay que interesarse por las comidas tradicionales familiares, registrarlas y sobre todo integrarlas en la vida cotidiana. Ese es el caso de doña Margarita Bonifaz Santiago, cuyas hijas y nietas recopilaron todas su recetas para preservarlas y transmitir las a futuros miembros de la familia. Sin duda, la conservación de recetas familiares es una de las formas de salvar esta rica –en todos los sentidos– herencia que es parte del patrimonio cultural de México y del mundo, ya que en el año 2010 la cocina tradicional mexicana, como modelo cultural completo, fue declarada Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad por la Unesco (Unesco 2017). **LPyH**

### REFERENCIAS

- Bobrow-Strain, Aaron. 2015. *Enemigos íntimos. Terratenientes, poder y violencia en Chiapas*. San Cristóbal de las Casas: UNAM-Cimsur/Conaculta-Conaculta/Unach/Unicach/Cocytech.
- Contreras Hernández, Jesús. 2005. “La modernidad alimentaria. Entre la sobreabundancia y la inseguridad”. *Revista Internacional de Sociología (RIS)* 40 (enero-abril): 109-132. [http://correo.xoc.uam.mx/oam/biblioteca/jes\\_cont/191-300-3-PB.pdf](http://correo.xoc.uam.mx/oam/biblioteca/jes_cont/191-300-3-PB.pdf).

Rebato Ochoa, Ester M. 2009. “Las ‘nuevas’ culturas alimentarias: globalización vs. etnicidad”. *Osasunaz* 10: 135-147. <http://www.euskomedia.org/PDFAnlt/osasunaz/10/10135147.pdf>.

Reyes Monterrosa, Julio Alí. 2009. *Chilum: geografía, historia y tradición de la “Tierra Dulce”*. San Cristóbal de las Casas: Philadelphia.

Unesco. 2017. “Patrimonio Inmaterial”, acceso el 20 de marzo de 2017. <http://www.unesco.org/new/es/mexico/work-areas/culture/intangible-heritage>.

Entrevistas de campo realizadas durante el mes de julio de 2014: Alfaro Gómez, Maribel del Carmen; Bonifaz Santiago, Margarita; Gallegos Méndez, Floriberta; González Martínez, María Isabel; Monterrosa Juárez, María Anastasia; Montoya Aguilar, María Artemia; Reyes Pinto, Lucrecia del Carmen; Trejo Molina, María Ester; Vera Guzmán, Adolfo Vilchis; Hernández, Aurelia.

### NOTAS

<sup>1</sup> En Chilón la palabra *atol* corresponde a *atole*.

<sup>2</sup> En Chiapas la palabra *recaudo* se utiliza en lugar de *recaudo*.

**Alla Kolpakova** es licenciada en Filología y maestra en Historia con perfil en historia prehispánica. Desde 2003 es autora de diversos trabajos académicos sobre folklora ruso, iconografía textil maya y arte cerámico. Es autora del libro *Diseños mágicos* (2018).