

# Saberes ancestrales y la mujer en la transmisión del patrimonio; cocina tradicional *yoreme mayo*

## Ancestral knowledge and women in the transmission of heritage; traditional *yoreme mayo* cuisine

### María Guadalupe Ibarra Ceceña

Departamento de ciencias económicas y administrativas, Universidad Autónoma Indígena de México (UAIM), México  
<https://orcid.org/000-0003-3206-6795>  
[mgibarra@uaim.edu.mx](mailto:mgibarra@uaim.edu.mx)

### Elvira Martínez Salomón

Facultad de ciencias sociales y Facultad de Economía y Negocios Internacionales, Universidad Autónoma Indígena de México (UAIM), México  
<https://orcid.org/0000-0001-6759-8607>  
[martinez\\_salomon@uaim.edu.mx](mailto:martinez_salomon@uaim.edu.mx)

### Celia Guadalupe Montaña Flores

Programa Educativo de Sistemas de Calidad, Universidad Autónoma Indígena de México (UAIM), México  
<https://orcid.org/0009-0000-1873-5644>  
[celiagmf@uais.edu.mx](mailto:celiagmf@uais.edu.mx)

**Cómo citar:** Ibarra Ceceña, M., Martínez Salomón, E., Montaña Flores, C. (2024). Saberes ancestrales y la mujer en la transmisión del patrimonio; cocina tradicional *yoreme mayo*. *Mujer Andina*, 3(1), 63-74. <https://doi.org/10.36881/ma.v3i1.949>

## Resumen

La mujer ocupa un lugar preponderante en la conservación y la preservación de la gastronomía ancestral que forma parte de la cultura originaria *yoreme mayo*, que permite mantener vivas las tradiciones significativas. El lugar del estudio es la comunidad 5 de Mayo, en el Fuerte, Sinaloa (México), un lugar donde actualmente habita parte de la etnia. La investigación se centra en la forma cómo la mujer participa de los saberes ancestrales culinarios, que reflejan practicas sostenibles, se analiza la influencia de la cocina en la cohesión social, se destaca la importancia de los rituales y ceremonias sagradas, donde la cocina ancestral tiene un papel central: el tema de los ingredientes utilizados autóctonos y técnicas, que se han transmitido en forma oral de generación en generación, se convierten en el alma de las festividades y ceremonias. La cocina tradicional es parte de la identidad y del sentido de pertenencia a la etnia, además de ser pieza importante en la economía, encierra los saberes y las practicas culinarias, que son consideradas de acuerdo con la UNESCO (2001), como patrimonio cultural inmaterial. El objetivo del estudio es identificar y reconocer cómo la mujer es representada en la cocina tradicional ancestral, como guardiana del patrimonio cultural inmaterial. La metodología aplicada es de enfoque cualitativo, basada en el método etnográfico y en la teoría fundamentada. El estudio aporta al conocimiento del patrimonio cultural inmaterial indígena, ofrece visibilidad



Sin conflicto de interés

**Autor de correspondencia:**  
Elvira Martínez Salomón

**Recibido:** 20.10.2024  
**Revisado:** 25.11.2024  
**Aceptado:** 05.12.2024  
**Publicado:** 28.12.2024

al grupo étnico, documenta saberes ancestrales, se establecen nuevas líneas de investigación para trabajos futuros y finalmente se presentan las conclusiones.

**Palabras clave:** mujer *yoreme mayo*, cocina tradicional, saberes ancestrales, patrimonio cultural.

## Abstract

Women occupy a prominent place in the conservation and preservation of the ancestral gastronomy that is part of the original *yoreme mayo* culture, which allows significant traditions to be kept alive. The place of the study is in the community, 5 de Mayo, El Fuerte, Sinaloa, a place where part of the ethnic group currently lives. The research focuses on the way in which women participate in ancestral culinary knowledge, which reflects sustainable practices, the influence of cooking on social cohesion is analyzed, the importance of sacred rituals and ceremonies is highlighted, where ancestral cooking has a central role: the theme of the used indigenous ingredients and techniques, which have been transmitted orally from generation to generation, become the soul of the festivities and ceremonies. Traditional cuisine is part of the identity and sense of belonging to the ethnic group, in addition to being an important piece in the economy, it contains knowledge and culinary practices, which are considered, according to UNESCO (2001), as intangible cultural heritage. The objective of the study is to identify and recognize how women are represented in traditional ancestral cuisine, as guardians of intangible cultural heritage. The methodology applied is a qualitative approach, based on the ethnographic method, under a grounded theory. The study contributes to the knowledge of indigenous intangible cultural heritage, offers visibility to the ethnic group, documents ancestral knowledge, establishes new lines of research for future work and finally presents the conclusions.

**Keywords:** *Yoreme mayo* woman, traditional cuisine, ancestral knowledge, cultural heritage.

## Introducción

Los pobladores *yoreme mayo*, son originarios del norte de Sinaloa, sur de Sonora, donde actualmente habitan, principalmente en los municipios de municipio de Ahome, El Fuerte, Choix, Guasave y Sinaloa de Leyva; es uno de los grupos étnicos que han presentado resistencias a sus costumbres y tradiciones ancestrales, dentro de los cuales destaca la cocina tradicional como uno de los saberes que encierran practicas culinarias del pueblo *yoreme mayo* y que se ha venido transmitiendo en forma oral de generación en generación.

El estudio se centra en describir cómo las mujeres que tienen el conocimiento de la cocina tradicional, a través de sus técnicas culinarias, reflejan no

solo la identidad cultural de la comunidad, sino también prácticas sostenibles que honran la tierra y los recursos locales. Se analiza la influencia de la mujer en la cohesión social, destacando la importancia de los rituales y celebraciones donde la gastronomía juega un papel central.

La pertinencia y justificación del estudio está sustentada en ofrecer visibilidad y valoración del patrimonio que es representado por la gastronomía étnica, como un elemento clave en la construcción de la identidad cultural y en la promoción de la diversidad, además de aportar a las ciencias sociales, en la salvaguardar elementos de formación cultural y parte de la historia del grupo étnico.

co del caso de estudio, de igual forma se realiza aportación a la preservación de la cultura en relación al patrimonio cultural intangible.

La mujer representa un pilar fundamental en la familia y la cosmovisión *yoreme mayo*, tiene un especial respeto por la preservación de sus costumbres y cultura, en este caso se muestra a la mujer con el conocimiento ancestral de la cocina tradicional indígena y la forma que continúa transmitiendo sus prácticas a las nuevas generaciones, para preservar su cultura.

La investigación se realizó en las comunidades indígenas del municipio de Ahome, Sinaloa, como lo son: Lázaro Cárdenas, Ejido 5 de Mayo y Ohuira. Se eligieron estas poblaciones por su prevalencia del grupo étnico, y la representatividad de las mujeres con conocimientos en la cocina tradicional. Se entrevistaron mujeres de las comunidades mencionadas, que se seleccionaron de acuerdo con su experiencia y el reconocimiento del oficio de la cocina tradicional, así como a su participación en las fiestas ceremoniales sagradas, donde la elaboración de la cocina tradicional es esencial. Es importante señalar que el estudio está acotado a estas comunidades, sin embargo, en Sinaloa existen otras comunidades indígenas que cuentan con gran arraigo en el conocimiento de la cocina tradicional ancestral.

Para el desarrollo del estudio se establece el objetivo principal: "identificar y reconocer la representación de la mujer en la cocina tradicional *yoreme mayo*, como guardiana del patrimonio cultural intangible, la conservación, preservación y transmisión de la cocina tradicional ancestral que incentiva a que las políticas de apoyo fortalezcan su rol en la comunidad y promuevan la sostenibilidad de sus prácticas"; y como pregunta principal: ¿Cuál es la representación de la mujer, en la transmisión de los conocimientos ancestrales, la preservación y conservación de su patrimonio, en Ahome, Sinaloa?

Al final del estudio se presentan resultados y conclusiones, que incluyen líneas de investigación que se dejan abiertas para la futura posibilidad de realizar estudios relacionados con el tema.

## Los saberes ancestrales

Denominados conocimientos tradicionales indígenas los saberes ancestrales, son prácticas desarrolladas en comunidades étnicas, a partir de los conocimientos adquiridos, estos saberes se han venido adaptando a la cultura local, tienden a ser propiedad colectiva y adquieren la forma de: a) historias, b) prácticas culturales, c) socializados vía oral, d) a través de las vivencias y participación.

De acuerdo con Espinoza *et al.* (2021), los saberes ancestrales se enfocan en la gastronomía, la medicina, silvicultura, artesanías, lenguas ancestrales, entre otros temas, no menos importantes. Se considera de vital importancia analizar los saberes y fomentar su rescate y revalorización, los saberes ancestrales abarcan una gran variedad de conocimientos y técnicas que deben ser protegidos, deben continuar su transmisión de generación en generación, y de esta forma proteger el patrimonio cultural intangible que comprende la cocina tradicional.

Para Granada & Cano (2015), quienes abordan el tema de la formación investigativa, como aproximación al estado del arte, los autores establecen que el conocimiento ha ocupado un lugar fundamental en la historia de la humanidad, aun cuando existen distintas maneras de concebirlo en las diferentes culturas a lo largo y ancho del mundo, se han generado divergencias, precisando que una de las implicaciones de tipo social es lo relativo a la cultura.

David & Foray (2002) los autores distinguen entre el "saber" y "conocer" y nos explican que el saber esta referido a un conocimiento confiable que se ha legitimado, mediante una revisión científica o una memoria colectiva, dentro de una sociedad, sin embargo el conocer es algo no sometido a las mismas pruebas científicas que tienen que ver con lo científico y lo no científico; de acuerdo con estos autores se parte de que la cocina tradicional ancestral es un saber que viene de una transmisión oral, de una memoria colectiva, lo que ofrece la legitimidad del saber de la cocina tradicional.

Tener en cuenta estos saberes ancestrales, conocerlos, describirlos permite tener un amplio conocimiento de las prácticas autóctonas, lo que permite el rescate, la preservación y la conservación de las prácticas propias del grupo étnico del caso de estudio.

## Patrimonio

Este concepto relacionado a la cultura permite la reconstrucción de hechos históricos, que las sociedades han vivido, la cultura está conceptualizada desde una palabra latina *culturam*, que adquirió significancia en distintas lenguas en Europa en el período modernista. Cultura en su significado original era el cultivo o el cuidado de algo, se refería a cosechas, en el siglo XVI el término se extendió para ser aplicado al desarrollo humano, aun cuando el uso de cultura en forma independiente se refería a un proceso general, no fue algo común sin hasta fines del siglo XVIII, principios de XIX, apareció primero el sustantivo independiente en francés e inglés. En el siglo XVIII se incorporó al alemán y se escribía *cultur* y más tarde *kultur* (Thompson, 1993).

De acuerdo con Prats (1998), en un mundo globalizado y desde una mirada con enfoque antropológico, cuando nos referimos al patrimonio cultural, se logran rasgos de un significado, el ser humano tiene un único patrimonio de su cultura, que está constituido por la diversidad de su cultura, que se puede aseverar que esta formado por sistemas desde un punto de vista tecnológico, o científico, que mientras persistan se tendrá la posibilidad de ser analizados desde la evolución de su causa (Prats 1998). Es importante mencionar que el patrimonio cultural no se limita a objetos de colección o a monumentos, también incluye saberes tradicionales, expresiones vivas heredadas de generación en generación, como la cocina tradicional, otras tradiciones orales, rituales, costumbres, ceremonias sagradas, artesanías, entre otros elementos ancestrales.

Los saberes ancestrales cada vez corren un mayor riesgo de desaparecer, en ello influyen factores como políticos, sociales, culturales, la globalización, entre otros.

De acuerdo con Di Clemente, Mogollón, Hernández, & Guzmán (2014), "la gastronomía típica se esta afirmando cada vez más como un patrimonio fundamental", que aporta al desarrollo turístico, el degustar cocina tradicional, es una experiencia cultural y sensorial. En la gastronomía se identifica un vehículo de identidad y autenticidad de un territorio. Las nuevas generaciones cada vez más están optando por destinos turísticos exclusivos, naturales, que incluyen territorios de pueblos originarios; esta tendencia se posiciona dentro de los principales atractivos. La gastronomía representa un recurso que ofrece un amplio potencial de actividades llenas de contenido cultural e histórico, logrando hacer experiencias mediante un contacto multisensorial (Ortega, 2012).

La gastronomía *yoreme mayo* se distingue por el uso de ingredientes que en su mayoría son cosechados por el mismo grupo étnico, en forma sustentable, como el maíz, frijol, garbanzo y otras y en otras especies, como: chiles y diversas hierbas, que son fundamentales en la elaboración de platillos tradicionales. Las técnicas de cocción, como el uso del comal y los métodos de conservación, forman parte de un patrimonio cultural, estas prácticas no solo alimentan, sino que narran historias y representan valores culturales que se transmiten a través de las generaciones.

## Fiestas ceremoniales sagradas

Se realizan en los centros ceremoniales de los territorios de pueblos originarios, donde confluyen los pobladores a celebrar las ceremonias sagradas siempre en honor a un santo patrono, en este lugar se puede observar la representación de la mujer en los eventos sagrados del grupo étnico. La cocina tradicional forma parte de la misma organización de la ceremonia, son mujeres que se nombran para hacer la cocina tradicional en el lugar, recordemos que las ceremonias sagradas son iniciadas en la pre- víspera del santo patrono y durante la noche de la víspera, se instalan las cocinas tradicionales en el mismo centro ceremonial o alrededor de la enramada. En este lugar la mujer es la encargada de elaborar la comida que durante la noche se está ofreciendo a los po-

bladores que asisten al lugar para honrar al santo patrono.

## **La mujer como protectora y guardiana de la identidad cultural**

Al preservar la cocina que proviene desde tiempos prehispánicos, donde la mujer además de ser parte del pueblo originario continúa representando desde tiempos ancestrales a sus comunidades étnicas; la base de la alimentación del grupo étnico y de México, continúa siendo el maíz.

La mujer mexicana ha mantenido la representación protectora y guardiana de la identidad cultural, ha logrado continuar la trasmisión de la cocina tradicional, y ha demostrado gran reverencia sobre todo ante el maíz; los pueblos originarios adquirieron un gran conocimiento sobre la producción del maíz, cada ocho años se dejaba descansar, de esta forma se podría revivir (Sahagún, 2008). La referencia de los ocho años de descanso de la tierra era para la recuperación de la materia orgánica. Se debe reconocer que en esta práctica agronómica existía sabiduría, ya que de esta forma se respetaba la ecología. En la actualidad no es posible practicar el descanso de la tierra, debido a la presión económica y política, al aumento de la población que demanda cantidades superiores de producción para la subsistencia; en algunos casos actualmente se deja descansar la tierra por dos años como máximo, en su mayoría los agricultores no realizan esta práctica.

La mujer ha asumido una representación histórica continuando con la práctica de la gastronomía como parte de su cultura, ubicando a la mujer como un trasmisor clave en la continuidad de las cocinas tradicionales, la mujer tiene conocimientos que le han sido heredados de sus antecesores, cuidando las recetas que han sido transmitidas en forma oral y encargándose de continuar con la tradición, esto ha convertido a la mujer en un guardián de los sabores, otra forma de continuar con esta tradición es el acto de ver cocinar, cuestiones que permiten un aprendizaje en el conocimiento del saber ancestral.

Otro elemento que coadyuva a la conservación de las cocinas tradicionales son los huertos familiares, que son diseñados muy cuidadosamente por la mujer, esto ayuda al rescate y a la conservación de la biodiversidad de los ecosistemas.

La gran sabiduría que la mujer indígena tiene sobre la cocina tradicional y que cuenta con un especial interés para transmitido, a las nuevas generaciones, ha ido a la par con la conservación del material genético que utiliza, se continúa en la siembra y cosecha de huertos familiares y recolectando en los ecosistemas naturales de sus entornos, lo que mantiene la biodiversidad.

## **Cocina tradicional**

Tiene relevancia que radica en su abundancia de productos únicos con un gran valor gastronómico y nutricional, así como en la variedad de técnicas y métodos de preparación que la hacen destacarse frente a otras tradiciones culinarias a nivel mundial. Además, posee un profundo sentido de identidad en las zonas rurales, que abarcan gran parte del territorio de México, que tienen un alto significado social y ceremonial en la vida diaria de los mexicanos.

La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), manifestó que el patrimonio cultural es un legado histórico que requiere de ser cuidado y preservado por su diversidad cultural y porque representa un factor identitario, desde esta perspectiva de Cátedras de la UNESCO y la conservación del patrimonio es sustancial, aprobado (UNESCO, 1972) y la adopción del concepto de Valor Universal Excepcional (VUE) del Patrimonio Mundial (Guardia, 2018). La cocina tradicional constituye un elemento de identidad, cohesión social y distinción cultural. De acuerdo con la convención para la salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial de la UNESCO, reconocido por las comunidades, los grupos y en algunos casos, los individuos que lo transmiten de generación en generación y lo recrean en función de su entorno, su interacción con la naturaleza y su historia (UNESCO, 1972).

Del mismo modo, Mintz (2003:28) señala que los “alimentos que se comen tienen historias asociadas con el pasado de quienes los comen; las técnicas empleadas para encontrar, procesar, preparar, servir y consumir esos alimentos varían culturalmente y tienen sus propias historias. Y nunca son comidos simplemente; su consumo está condicionado por el significado”. Se coincide en la forma filosófica de relacionar con lo natural, Castro (2006), en su artículo titulado “Sabores que Somos”, nos dice:

A pesar de que comer signifique fundamentalmente un acto de sobrevivencia, la satisfacción a una necesidad básica y por lo tanto un acto enteramente animal e individual, lo cierto es que, además, comer significa comprobar que somos seres gregarios, pues se come también con los afectos, con los ojos, con el significado que tiene el ‘otro’ en colectividad, y, además, con el apego a la tierra, con lo que conocemos y con lo que ignoremos del territorio que habitamos (Castro, 2006).

Es en la cocina tradicional donde se preservan los conocimientos y prácticas alimentarias que en la actualidad se encuentran integradas como parte de la herencia ancestral que es parte de la identidad cultural, la cual incluye conocimientos gastronómicos, fiestas ceremoniales sagradas y prácticas para la preparación de alimentos en la cocina tradicional.

La cocina tradicional representa un valioso del patrimonio de la humanidad, ligado a sus raíces. Es crucial que cada sociedad indígena encuentre una manera de proteger este legado y que las tradiciones evolucionen junto con su gente. Aunque cada situación necesita enfoques y soluciones particulares, que enfrentan el riesgo de perder su identidad cultural día con día, es importante mencionar, que hay estados de la república mexicana que no cuentan con alguna etnia y que otras más están en peligro de extinción.

La cocina tradicional tiene una historia, con sus raíces milenarias de actividades agrarias, técnicas y comportamientos comunitarios de impor-

tancia universal, donde se honra también la visión y valentía de muchas mujeres y hombres por salvaguardar y difundir la riqueza de la herencia gastronómica de su tierra de cada región de México, que es pródiga en patrimonio culinario y que este sigue vivo gracias a estos grandes maestros que inspiran con su espíritu emprendedor en disciplina de trabajo, sabiduría y talento detrás de toda esta actividad gastronómica.

Y más allá de las hornillas y el humo, afortunadamente cada vez más personas disfrutan y promueven la riqueza culinaria de todo el país reconociendo la importancia de la cocina tradicional mexicana como columna vertebral de la cadena de valor gastronómica. Estas personas más que con su trabajo diario, nos dan la oportunidad para disfrutar con orgullo del genuino acervo cultural alimentario de México.

## Metodología

La investigación parte desde un enfoque cualitativo que permite estudiar en profundidad el problema, realizando un análisis más amplio sobre la intervención de la cocina tradicional dentro de las comunidades indígenas. A su vez, con este enfoque se obtiene mayor precisión de los resultados bibliográficos basados en la conservación de la gastronomía indígena en las festividades del pueblo *yoreme mayo*.

El área de estudio se comprende las comunidades indígenas del municipio de Ahome, estado de Sinaloa: Lázaro Cárdenas, Ejido 5 de Mayo y Ohuirra, se eligen estas poblaciones por su prevalencia de población indígena en las maestras de la cocina tradicional.

Durante los meses de junio y julio de 2024, se aplicaron entrevistas de profundidad, a cocineras tradicionales de las comunidades del caso de estudio, seleccionadas de acuerdo con su experiencia y el conocimiento de la cocina tradicional, que aplica en las festividades del pueblo *yoreme mayo*; el lugar del estudio tiene una historia que se remonta a siglos, no solo se caracteriza por su lengua y costumbres, sino también por su patrimonio

gastronómico, que es fundamental para su identidad cultural. El estudio presenta una descripción concisa de la investigación en su conjunto, que puede perfeccionarse y actualizarse a medida que se avanza; este enfoque permite estudiar en profundidad el problema de investigación, realizando un análisis más amplio sobre la intervención de la cocina tradicional dentro de la comunidad indígena del caso de estudio, obteniendo mayor precisión en los resultados basados en la conservación, la preservación y la trasmisión de la cocina tradicional indígena y su aplicación en las festividades de la nación *yoreme mayo*. El territorio *yoreme mayo* es el mismo desde una perspectiva eurocentrista occidental podemos delimitar los territorios, sin embargo, cosmogónicamente los límites *yoreme mayo*, no existen.

Esto sucede cuando la aplicación de la Constitución Política de Los Estados Unidos Mexicanos, divide el territorio en estados, ejidos, municipios y en ese tiempo los *yoreme mayo*, no tenían límites geográficos. En el área de estudio se seleccionan cinco mujeres con amplia experiencia y conocimientos del oficio de la cocina tradicional y que además se encargan de su elaboración en las festividades y ceremonias sagradas *yoreme mayo*, a quienes se les aplicó una entrevista semiestructurada, la que se incluye como Anexo 1, las entrevistas son consideradas un instrumento para obtener información verbal dentro de la metodología cualitativa, esta información es a partir de la elaboración de una entrevista que en este caso fue semiestructurada y va más allá de un cuestionario, al ser semiestructurada el entrevistador tiene la posibilidad de abrir las preguntas y obtener mayor información, que le permita encontrar información para sustentar la investigación.

De acuerdo con Taylor y Bogdan (1984), se definen las entrevistas como: reiterados encuentros cara a cara entre el entrevistador y los informantes, encuentros dirigidos a la comprensión de las perspectivas que tienen los informantes respecto de sus vidas, experiencias o situaciones, tal como las expresan con sus propias palabras. Las entrevistas en profundidad siguen el modelo de la conversación entre iguales y no un intercambio

formal de preguntas y respuestas, la investigación emplea el método etnográfico de manera general como una rama de la antropología que se dedica a la observación y descripción de los diferentes aspectos de una cultura, comunidad o pueblo determinado, como el idioma, la población, las costumbres y los medios de vida. El término etnografía literalmente significa una descripción de pueblos y culturas y tiene su origen como estrategia de investigación en los trabajos de la temprana antropología social, que tenía como objetivo la descripción detallada y permanente de las culturas y formas de vida de pequeñas y aisladas tribus (Denscombe, 2017).

## Resultados

Dentro de los principales hallazgos que la investigación recoge, son elementos históricos, que les representan momentos de convergencia como las fiestas ceremoniales y que les permite compartir los alimentos de preparación tradicional; se aclara que las comunidades *yoreme mayo*, aun siendo de la misma etnia, tienen diferentes representaciones culinarias en las distintos lugares; otro elemento presente es la resistencia, se da muestra que la mujer originaria realiza esfuerzos para preservar y transmitir su cultura y saberes ancestrales mediante la representación de las cocinas; se describen los principales platillos tradicionales que se continúan elaborando en la actualidad, con los ingredientes utilizados ancestralmente, así como las técnicas de conservación de los alimentos; se da muestra de los esfuerzos que realiza la mujer para la trasmisión del patrimonio inmaterial que representan las cocinas tradicionales.

Las tradiciones y las fiestas ceremoniales son elementos que materializan los símbolos en las comunidades originarias, en celebraciones, rituales, costumbres y lengua, se refuerza la continuidad y readaptación cultural del patrimonio, los conocimientos relacionados con la gastronomía regional que permiten la comprensión de manifestaciones y expresiones de las comunidades, con lo cual adquiere una importancia que va más allá de la cobertura de las necesidades vitales. La cul-

tura alimentaria surge a partir de la convergencia entre procesos biológicos y culturales que son inherentes al hombre en sociedad (Cisneros, Barreira, Quintero-Salazar, 2014).

En un enfoque antropológico alternativo que se considera de tipo materialista histórico, de acuerdo con Goody (1995) y Harris (1997), se observa la alimentación como representación de la sociedad condicionada por relaciones sociales y por la naturaleza; en el desarrollo histórico están reflejadas las prácticas alimentarias y las fuerzas de producción, conforme al medio ambiente y la región etnográfica, la sociedad le ha asignado un sentido simbólico, religioso, con ello justifica las preferencias a uno u otro alimento (Escobar, 2015). Es el caso de la comunidad *yoreme mayo*, que continúa realizando sus ceremonias con prácticas alimentarias, dentro de un ambiente de cristianismo indígena.

... la comida significa la tradición lo que nuestros antepasados es lo que nos han dejado, eso se respeta mucho...sí, hay cocinitas, cuando hay fiesta grande hay cocinita en una cocina ponen albóndigas, ponen cazuela, ponen menudo, ponen cocido con frijol, ponen con garbanzo y verduras, así, es la misma comida...la fiesta tradicional... se hacen las mismas comidas, cuando es el grito de la independencia, se hacen tamales (Gastelum, 2024).

Una mujer de la comunidad de Ohuira, realiza esfuerzos de resistencia, para darle continuidad a las ceremonias sagradas, con la representación de las cocinas tradicionales (Isabel, comunicación personal, 29 de junio de 2024).

... para hacer las ramadas, continuar para los oficios, traerlos, e ir a recoger la Virgen a Flores Magón para traerla al centro ceremonial y pues ahí pues ya tenemos a los oficios bailando, las cocinas a todo para la comida... brindarle un plato de comida a toda la gente que viene de afuera a ver la fiesta... el primer año me la pagaban, no ¡les dije!, pero porque no? No, aquí no se paga aquí no se cobra, les

dije, aquí la comida la hicimos nosotros con todo el corazón del mundo, para regalársela a la gente (Isabel, comunicación personal, 29 de junio de 2024).

Se observa que la mujer originaria busca la inclusión y la continuidad de los saberes ancestrales, su importancia como se refiere Elizalde Hevia (2003), quien resalta la "producción colectiva de saberes y la recuperación y valoración de los saberes tradicionales", ya que en ellos se identifican valores como la inclusión, la equidad, la justicia social y ambiental, la espiritualidad y la aceptación plena del otro, cuya difusión e implementación en otros sistemas sociales permitirían la transición hacia sociedades éticas, armónicas y responsables con sus semejantes y con el medio ambiente (Rincón Peña, 2018).

La mujer muestra un interés de involucrar a la comunidad en las festividades tradicionales, que se logre el conocimiento de la cocina y fiestas ceremoniales.

...a mí me gustaría que mucha gente participara para que se diera cuenta como son, porque son fiestas bonitas pero mucha gente dice que gastamos y no quieren participar porque ahorita hay gente que ocupa ahijados para meterlos a las fiestas y nadie se quiere animar (Isabel, comunicación personal, 29 de junio de 2024).

Los ingredientes que se utilizan en la actualidad son productos naturales utilizados ancestralmente; Cruells (2013), cita a Sahagún (2008), quien en su obra *Historia General de las Cosas de la Nueva España*, hace alusión al maíz y su reflejo en la cultura náhuatl, con calificativos como "flores de maíz" para los recién nacidos, "mazorcas tiernas" para las niñas y "señor mazorca" para los jóvenes. De acuerdo con los ámbitos fisiográficos de los *yoreme mayo*, la mesa puede contener alimentos de acuerdo a cada temporada, como productos del mar, animales y vegetales del monte, esto indica que los pobladores prehispánicos del noroeste de México, también utilizaron productos



como los actuales pobladores, tales como el maíz, frijol, calabaza y chile; derivados de la cacería, venados, libres, jabalíes, bisontes; productos de la pesa ostiones, lisas robalos, mojarras, truchas, pargos, camarones; de crianza perros escuincles, guajolotes y patos; nótese que no se menciona la res como actualmente se acostumbra; la variedad alimentaria que integra los saberes se reflejan en el ámbito ritual, por ello ocupan un importante papel en momentos de la convivencia entre las fiestas tradicionales *yoreme mayo* que realizan en sus centros ceremoniales y el bagaje cognoscitivo que está relacionado (Aceves, 2013).

En la información recogida, se da muestra que los ingredientes utilizados en las cocinas tradicionales actuales de los *yoreme mayo*, continúan basando su alimentación en prácticamente los mismos ingredientes que en la antigüedad, Gastelum (2024), una mujer cocinera tradicional da muestra como sigue:

...pues los ingredientes básicos son el garbanzo, el frijol, es lo más básico el maíz...la vaca es la que se utiliza nomas, no utilizamos ni el pollo, ni la gallina, la res nomas (Gastelum Escalante, comunicación personal, 22 de junio de 2024).

La conservación de los alimentos en lugares de marismas, de donde se obtenían los condimentos como sal, que utilizaban para conservar los alimentos, enfatizar el sabor, en contraste con la ausencia de sazónadores de la fracción serrana, esto permitió que prevaleciera el secado, el tatemado de los alimentos, el ahumado de la carne, el tostado de las semillas, mismas técnicas ancestrales que actualmente se continúan utilizando tal como se da muestra en las entrevistas recogidas de este estudio (Aceves 2013).

...así es secarse, el pescado, para este tiempo de lluvias ya los mares se alebrestaban y mis abuelitos ya tenían en canastones, los pescado nomas decía el *apeutianake* decía mi tata, que nomás los hacía con rajaditas y los salaba los dejaba duros, o los que abría y los empalmaba así eran unos cuadros parecían,

simulaban un enjambre porque los pegaba así, no sé de qué manera, pero quedaban hechos cuadritos (Sánchez Luque, comunicación personal, 08 de junio de 2024).

Una característica de los grupos étnicos es la búsqueda del equilibrio entre la naturaleza y su desarrollo, sus actividades las realizan en forma sustentable con respeto a la naturaleza, muestra de ello es el siguiente testimonio:

... porque no podemos ser incluyentes acabando con la misma vida de lo que es nuestro mundo la *junnia anya* ... lo hacemos bajo ese ritual de permiso de respeto al *junnia anya* y de alguna manera él responde y nos permite culminar en esa procesión... por eso cada domingo... en los centros ceremoniales hay procesiones de (Sánchez Luque, comunicación personal, 08 de junio de 2024).

El estudio recoge los principales platillos que actualmente incluyen en las cocinas tradicionales, destacando el platillo guacabaqui como el principal de las fiestas tradicionales.

...el frijol con hueso...el guacabaqui y el desayuno huevos con chorizo son lo que piden los oficio...el guacabaqui es un caldo de res muy especial...seleccionamos una buena pieza de carne, que puede ser de res o de venado...la cocemos lentamente...preparamos las verduras: elote, calabaza, chayote y zanahorias... todo se cuece junto en una olla grande y se le añade sal, chile y hierbas como el epazote, para darle sabor...se sirve caliente y es ideal para compartir en familia o con la comunidad en una fiesta (Isabel, comunicación personal, 29 de junio de 2024).

...para nosotros, la cocina es mucho más que preparar alimentos. Cada platillo tiene una historia, una razón de ser. Muchos de nuestros platillos están relacionados con nuestras ceremonias y festividades... El *wakabaki* es un platillo especial que se prepara en eventos importantes como fiestas religiosas o familiares. La comida está profundamente co-

nectada con nuestra forma de ver el mundo, con nuestra relación con la naturaleza, y con el respeto por la tierra y los ciclos naturales (Martha, comunicación personal, 13 de julio de 2024).

El patrimonio cultural, según Iriarte (2006), se refiere al conjunto de testimonios que deja el ser humano durante su vida en un lugar determinado que permite a las generaciones actuales o futuras conocer las diversas expresiones y manifestaciones no solo de ese individuo sino de toda una nación. A través de la transmisión cultural, los sujetos se proveen, generación tras generación, del conjunto de saberes y habilidades prácticas que les permiten identificar, con base en la experiencia de sus antecesores. El caso del grupo étnico *yoreme mayo*, transmite sus saberes en forma oral o mediante el método de observación. A continuación, se muestran los testimonios de la forma como aprende las mujeres originarias el oficio de la cocina tradicional.

...yo creo que tendría como unos 7 años cuando mi hermano entre él y yo cocinábamos, me ponía varios ladrillos...se me a figuraba que éramos muchos, crecimos y nos desparecimos... hacia tortillas de masa.... aplastaba las tortillas y las echaba al comal...nos íbamos a orilla a juntar almejas a tirar la tarraja y a limpiar el pescado y lo lavamos con la misma agua y las almejas la cocíamos allá mismo y nos traíamos la pura carnita, pero allá comíamos, allá pasábamos el día (Sánchez Luque, comunicación personal, 08 de junio de 2024).

Una de las principales formas de aprender a cocinar es mediante el método de observación.

... mirando a mi mamá empecé a yo todo nadie me enseñó a guisar, a hacer tortillas, a planchar, a coser en máquina, no yo, yo mirando, mi mamá tenía una máquina de coser, ahí estaba yo haciendo yo sola, es que mirando aprende uno (Gastelum Escalante, comunicación personal, 22 de junio de 2024).

En algunos casos el aprendizaje fue mediante enseñanza directa, tal como se indica en el siguiente testimonio.

... pues yo aprendí a cocinar, porque mi madre me enseñó y ya aprendí a hacer lo que se hace ahí (Isabel, comunicación personal, 29 de junio de 2024).

La transmisión como herencia del patrimonio cultural inmaterial está presente en el grupo étnico, conscientes de la pérdida de la memoria histórica, hacen esfuerzos por transmitir su cultura.

...es fundamental, si no transmitimos nuestras recetas y formas de cocinar, corremos el riesgo de perder una parte importante de nuestra identidad. En nuestra comunidad, las abuelas son las principales transmisoras de este conocimiento. A mí me lo enseñaron de niña, y yo ahora se lo enseñó a mis hijas y a las jóvenes de la comunidad, es un trabajo de toda la vida, nosotras cocinamos con lo que nos da la naturaleza, y también aprendemos a respetar los ciclos de la tierra, lo que nos enseña mucho sobre paciencia y gratitud (Martha, comunicación personal, 13 de julio de 2024).

Destacar las tradiciones gastronómicas de la etnia *yoreme mayo* es crucial para mantener viva su identidad cultural y fortalecer el legado, que se transmite en forma oral de generación en generación; la cocina tradicional preserva los valores, creencias y la conexión con la *junnia anyá* (el mundo del monte) una característica de los pueblos originarios, el poner en valor estas prácticas aporta a la protección del patrimonio cultural inmaterial, fomenta el respeto por la diversidad y fortalece a las comunidades indígenas frente a los retos futuros.

## Conclusiones

El estudio identifica a la mujer como una representante de la cocina tradicional *yoreme mayo*, los testimonios recogidos en la investigación dan muestra que a través de los tiempos la mu-

jer continúa su rol de guardiana del patrimonio cultural, mismo que continúa transmitiendo a las nuevas generaciones; los ingredientes utilizados desde tiempos ancestrales continúan formando parte de las cocinas tradicionales hoy día.

La cocina tradicional en las fiestas ceremoniales, se continúan instalando fogones alrededor de la ceremonia sagrada, que, en ocasiones duran entre dos y tres días, esto permite una convivencia al interior de la etnia, logrando mantener la cohesión e identidad social del grupo a través de la cocina tradicional. La investigación ofrece visibilidad al grupo *yoreme mayo* y a la necesidad de ser incluidos en agendas de políticas públicas.

El proceso etnográfico y asimétrico que continúan viviendo los pueblos originarios, ayuda a la extinción de la cultura, de las costumbres. La investigación demuestra que la mujer *yoreme mayo* es generadora de un impacto social significativo, que visibiliza y contribuye al fortalecimiento de la identidad social del grupo étnico, lo que refleja una gran intención de continuar trabajando en la preservación de la cultura de su comunidad indígena.

Esta investigación aporta a las ciencias sociales por cuanto abre nuevas líneas de investigaciones relacionadas al tema, como sigue; a) preservación de recetas auténticas; b) utilización y producción de ingredientes locales; c) transmisión de los conocimientos de la cocina tradicional; d) fomento de la agricultura sostenible, como fuente de acceso a ingredientes autóctonos; e) oportunidades de

participación en iniciativas culturales; desarrollo de historias a partir de las recetas tradicionales; f) afectaciones a la cocina tradicional a través de la globalización; mecanismos de transmisión del conocimiento gastronómico entre mujeres *yoreme mayo*; g) rol de la gastronomía *yoreme mayo* como parte de su identidad cultural. De lo anterior se concluye que la investigación da respuesta al objetivo y a la pregunta principal planteada, hace aportación a las ciencias sociales y visibiliza al grupo *yoreme mayo*, con la intención de incidir en la inclusión del grupo étnico en los programas de los tres niveles de gobierno.

Una forma de hacer la continuidad de los futuros temas de investigación es la inserción del investigador en el campo de estudio, donde se presenten algunas limitaciones, como los horarios de las ceremonias que transcurren durante varios días desde la pre-víspera, la víspera y el día; esto hace necesario armar un equipo de trabajo con distintas tareas.

## Contribuciones de autoría

**María Guadalupe Ibarra Ceceña:** conceptualización, curación, metodología, análisis, desarrollo del proyecto, escritura inicial.

**Elvira Martínez Salomón:** metodología, análisis, supervisión, validación de escritura inicial, validación escritura final.

**Celia Guadalupe Montaña Flores:** curación, metodología, análisis, escritura inicial.

## Referencias

- Castro, E. (2006). Sabor que somos (Vol. 11). Secretaría de Cultura, Gobierno del Estado de Jalisco.
- Cisneros, H. F., Barrera, M. L., & Quintero-Salazar, B. (2014). La gastronomía tradicional del norte del Estado de México. El caso de Acambay. *Cuadernos Interculturales*, 1(22), 13-34. <https://www.redalyc.org/pdf/552/55232244002.pdf>
- Cruells, M. G. (2013). Las mujeres indígenas: transmisoras y protectoras. *Identidad a través de la cultura alimentaria*, 103. [https://www.biodiversidad.gob.mx/publicaciones/versiones\\_digitales/Identidad.pdf#page=105](https://www.biodiversidad.gob.mx/publicaciones/versiones_digitales/Identidad.pdf#page=105)
- David, P. A., & Foray, D. (2002). Una introducción a la economía y a la sociedad del saber. *Revista internacional de ciencias sociales* No. 171. [https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000125488\\_spa](https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000125488_spa)
- Denscombe, M. (2017). EBOOK: *The good research guide: For small-scale social research projects*. McGraw-Hill Education. [https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as\\_sdt=0%2C5&q=Denscombe%2C+M.+%281998%29.+The+Good+Research+Guide+for+Small-Scale+Social+Research+Projects.+Buckingham.+&btnG=](https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Denscombe%2C+M.+%281998%29.+The+Good+Research+Guide+for+Small-Scale+Social+Research+Projects.+Buckingham.+&btnG=)

- Di Clemente, E., Mogollón, J. M. H., & Guzmán, T. L. G. (2014). La gastronomía como patrimonio cultural y motor del desarrollo turístico: Un análisis DAFO para Extremadura. *Tejuelo: Didáctica de la Lengua y la Literatura. Educación*, (9), 817-833. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5385975>
- Elizalde Hevia, A. (2003). *Desarrollo humano y ética para la sustentabilidad*. Santiago de Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente y Universidad Bolivariana.
- Escobar, J. C. (2015). *Tensionando la vieja cocina: Cuerpo (s) y resistencia (s) en las prácticas alimentarias de los cocineros tradicionales de Tuluá, Colombia* [Tesis de Maestría, Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación]. <https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/tesis/te.1145/te.1145.pdf>
- Espinoza, H., Chang, W., Carranza, H., & Tubay, M. (2021). Saberes ancestrales: una revisión para fomentar el rescate y revalorización en las comunidades indígenas del Ecuador. *Journal of Science and Research: Revista Ciencia e Investigación*, 6(3), 112-128. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8168767>
- Goody, J. (1995). *Cocina, cuisine y clase. Estudio de sociología comparada*. Editorial Gedisa.
- Guardia, S. B. (2018). Cátedras Unesco. Conservación del patrimonio cultural y desarrollo sostenible. *Turismo y patrimonio*, (12), 11-37. <https://ojs.revistaturismoypatrimonio.com/index.php/typ/article/view/174>
- Granada, C. R., & Cano, S. A. (2015). La formación investigativa en la educación superior en América Latina y el Caribe: una aproximación a su estado del arte. *Revista Eleuthera*, 12, 197-222. <https://www.redalyc.org/pdf/5859/585961404011.pdf>
- Harris, M. (1997). *Bueno para comer. Enigmas de alimentación y cultura*. Alianza Editorial.
- Iriarte, C. (2006). *La gestión del turismo cultural en Michoacán y sus impactos en el patrimonio monumental de Morelia y Pátzcuaro*. [Tesis para la obtención del grado de: Doctorado en Arquitectura. Universidad Autónoma de Aguascalientes, Universidad de Colima, Universidad de Guanajuato, Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo. Iberoamericana e ITESO, México]. <https://ich.unesco.org/es/que-es-el-patrimonio-inmaterial-00003>
- Aceves, H. E. L. (2013). Del alimento al guiso: fiesta y alimentación entre los yoremes de Sinaloa, México. *Amérique Latine Histoire et Mémoire. Les Cahiers ALHIM*. (25), 2. <https://journals.openedition.org/alhim/4627>
- Mintz, S. W. (2003) *Sabor a comida, sabor a libertad. Incursiones en la comida, la cultura y el pasado*. Ediciones de la Reina Roja, S.A. de C.V. <https://www.scielo.org.mx/pdf/estsoc/vi7nspe/vi7nspea8.pdf>
- Ortega, F. J., Sánchez, J. M., & Hernández, J. M. (2012). *La gastronomía "de alta gama, de lujo o de calidad" como eje potenciador del turismo cultural y de sensaciones en Extremadura*. Caja Extremadura Foundation, Cáceres.
- Prats, L. (1998). El concepto de patrimonio cultural. Política y sociedad, Artículo publicado en Política y Sociedad. *Revista de la Universidad Complutense. Facultad de Ciencias Políticas y Sociología No. 27* pp. 63-76. <http://revistascientificas.filo.uba.ar/index.php/CAS/article/view/4709/4206>
- Rincón Peña, K. V. (2018). *Centro de recuperación y conservación de la gastronomía tradicional otomí en Temoaya, México* [Tesis de Maestría, Universidad Autónoma del Estado de México]. <http://ri.uaemex.mx/handle/20.500.11799/99406>
- Sahagún, B. D. (2008). *Historia general de las cosas de la Nueva España II*. Editorial Torrosa. <https://www.torrossa.com/en/resources/an/2448383>
- Taylor, S. J., & Bodgan, R. (1984). *La observación participante en el campo. Introducción a los métodos cualitativos de investigación. La búsqueda de significados*. Paidós Ibérica. [https://edumargen.org/docs/2018/curso36/unid02/apunte05\\_02.pdf](https://edumargen.org/docs/2018/curso36/unid02/apunte05_02.pdf)
- Thompson, J. B. (1993). El concepto de cultura. Ideología y cultura moderna. Capítulo 3 de libro. Ed. *Casa Abierta al Tiempo*. 183-240. <https://iberocultura.wordpress.com/wp-content/uploads/2011/05/s09-thompson-john-b-ideologia-y-cultura-moderna-c3.pdf>
- UNESCO. (2001). Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la ciencia y la Cultura, Mesa redonda de expertos sobre el patrimonio cultural inmaterial, Turín, Italia. <https://ich.unesco.org/es/eventos/mesa-redonda-de-expertos-sobre-el-patrimonio-cultural-inmaterial-definiciones-de-trabajo-00057>
- UNESCO. (1972). Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la ciencia y la Cultura. 17ª. Convención sobre la protección del patrimonio mundial, cultural y natural. <https://whc.unesco.org/archive/convention-es.pdf>

## Anexo 1

Entrevistas aplicadas

[https://drive.google.com/file/d/14VeaJ8bltMPLs\\_B--UgK5Vgol0fj97yy/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/14VeaJ8bltMPLs_B--UgK5Vgol0fj97yy/view?usp=sharing)