

# Capítulo I

## Ingredientes, frutos de mi tierra: maíz, frijol, chile, calabaza y café

Susana del Carmen Bolom Martínez

Jesús Alberto Saldaña Argüello

Paulina Ayvar Ramos.

Un hecho que sin lugar a dudas marcó un antes y un después en la historia de la humanidad fue el descubrimiento de la agricultura. A raíz de este acontecimiento empezaron a surgir cambios en la organización social y vida de los pueblos, pasando progresivamente desde recolectores nómadas hasta productores sedentarios, adaptando y modificando su entorno según sus necesidades.

En la región centro y sureste de México y Centroamérica se ubica lo que en la actualidad se conoce como Mesoamérica, en donde se desarrollaron grandes civilizaciones las cuales compartían características similares, entre ellas la alimentación. En los primeros alimentos domesticados y que fueron la base de la alimentación de estas culturas, encontramos el maíz, el frijol y la calabaza (la llamada tríada mesoamericana) y complementaban su dieta con los alimentos que tenían a la mano como frutas, quelites e insectos; cabe recalcar que aunque ya eran pueblos sedentarios conservaron la costumbre de la caza. Al sistema agrícola que implementaron, hoy lo conocemos como “milpa”, el cual, en la actualidad es un símbolo de la capacidad humana para transfor-

mar la naturaleza en función de las necesidades físicas y biológicas que el ser humano aprendió a satisfacer.

La Región Altos de Chiapas es una zona de gran actividad agrícola, poblada principalmente por grupos indígenas tseltales, tsotsiles y tojolabales de acuerdo con algunos autores, todos éstos descendientes de la cultura maya. La geografía y condición climática de esta región impacta directamente en las especies de vegetales que se producen en la zona y en los ciclos de las actividades agrícolas. Los cultivos más comunes son: maíz, frijol y calabaza, además de papa, chilacayote, café, repollo, zanahoria, manzana, pera, durazno, ciruela, fresas, hongos comestibles, tomate de cáscara, lechuga, mostaza, habas, chícharos, chayotes, rábanos y hierbas comestibles conocidas como quelites (guías de frijol, puntas de chayotes, verdolagas, flor de calabaza, bledo, etcétera), los cuales son preparados en caldo, fritos o mezclados con huevo, hierbas de olor como el epazote, orégano, tomillo, cilantro y hierbas medicinales como la manzanilla, ruda y aquellas que son de uso ceremonial como la albahaca.

A pesar de que ya han pasado siglos del descubrimiento de la agricultura los instrumentos que se ocupan y las técnicas que se llevan a cabo en estos procesos continúan siendo bastante rudimentarios. El campesino de esta región, así como de otras regiones del estado sigue basando su trabajo en el uso de instrumentos manuales como el azadón, la barreta o punzón, la coa, tapiscador y arados, estos instrumentos comúnmente son heredados de padres a hijos. La actividad agrícola es incluyente, en la milpa de esta región es común encontrar a niños (as), mujeres, varones y ancianos, participa todo aquel que esté en condiciones físicas adecuadas para llevar a cabo las labores propias de la agricultura.

La alimentación familiar diaria está basada en el alimento cosechado en la milpa, que logra aportar los requerimientos nutricionales necesarios para alimentarnos saludablemente; aunque hoy en día la cantidad suele ser apenas suficiente y muchas veces escasa, es por eso que la mayor parte de lo cosechado se destina al autoconsumo y si se llega a destinar alguna parte de la cosecha para la venta, solamente se hace cuando existen excedentes.

La milpa, además de ser proveedora de recursos alimenticios, es también el espacio donde el campesino indígena portador y custodio

del conocimiento tradicional reproduce saberes ancestrales, que se han transmitido de generación a generación y que, seguramente, pueden ser elementos esenciales para afrontar los retos de la conservación de la biodiversidad y sistemas alimentarios tradicionales.

Es también una de las más eficientes prácticas de protección, desarrollo, conservación y aprovechamiento del conocimiento tradicional, por contribuir en la conservación de la biodiversidad agrícola, dado que la rotación de sus cultivos mantienen la fertilidad del suelo y reduce la erosión.

A pesar de mostrarse como una de las mejores prácticas agrícolas ha ido desapareciendo; cada vez es menos la gente que siembra, conserva y transmite el conocimiento tradicional asociado a ella, desarrollado y heredado por generaciones.

Esto se debe a que las familias de las comunidades indígenas de los Altos de Chiapas han diversificado sus actividades económicas; además de la milpa, han sembrado árboles frutales endémicos y cultivos exóticos en los solares o traspatios; pero también en las últimas décadas el café ha sido un cultivo comercial de gran valor productivo para esta región y las mujeres desarrollan complementariamente actividades artesanales.

## Maíz (*ixim*)

El maíz, además de ser la base principal de la alimentación es también un elemento importante en la construcción de la cosmovisión de las culturas mesoamericanas, asociándolo a diferentes deidades. La Región Altos de Chiapas está fuertemente arraigada a esta ideología, tomando en cuenta que está poblada principalmente por grupos indígenas descendientes de la cultura maya. Estos pueblos consideran que en el maíz encuentran representada su creación como humanidad por parte de los dioses.

Es tan importante el maíz o *ixim* (*tsotsil-tseltal*) que su ciclo agrícola (siembra, cultivo y cosecha) organiza la vida de las comunidades celebrando en este contexto fiestas, ceremonias y rituales. *De maíz amarillo y de maíz blanco se hizo su carne, de masa de maíz se hicieron los brazos y las piernas del hombre. Únicamente masa de maíz entró en la carne de nuestros padres, los cuatro hombres que fueron creados. Popol Vuh.*

El maíz no puede reproducirse por sí solo, de ahí viene la frase popular: “el hombre es del maíz como el maíz del hombre”. En la actualidad, el maíz sigue siendo el eje central de la milpa, aunque sus condiciones de cultivo y formas de consumo han cambiado. Es uno de los granos que mayor adaptabilidad tiene, pudiéndose cultivar en diversos climas, desde tropical, húmedo, templado y frío, adaptando las técnicas de cultivo según la región. El sistema que se ha manejado en las comunidades indígenas es el de la roza-tumba-quema.

En el cultivo de la milpa participa prácticamente toda la familia, la distribución de las tareas corresponde al jefe de familia repartiendo el trabajo de acuerdo a la edad y sexo de cada uno de los miembros. Las principales variedades que se cultivan en la región son el comiteco, olotón y el criollo. Se siembra maíz blanco, morado, amarillo y colorado, pero estos últimos no son tan comerciales por lo que los campesinos prefieren sembrar el blanco, toda vez que, si se tienen buenas cosechas y hay excedentes en su producción, pueden comercializarlo.



Mazorcas de maíz.

Fuente: Bolom, Susana. Aldama, Chiapas (2012).

El maíz es muy versátil, se puede consumir tierno, dándole el nombre de elote, en caldo, también se acostumbra a hervirse con sal y consumirlo al natural o en ocasiones lo acompañan con limón, mayonesa y salsa, es muy común encontrar a orillas de las carreteras de esta región a indígenas con venta de elotes hervidos o asados al carbón, lo cual es casi una parada obligatoria para todo aquel que circule por esta región o visite alguno de estos pueblos. También a inicio de la cosecha acostumbran a preparar tamales de elotes tiernos, que en otras regiones del estado se conocen como *pictes*.

Cuando el maíz ya está maduro es cosechado y posteriormente se desgrana, para consumirlo se nixtamaliza con el propósito de que la cocción desprenda la piel del grano y quede listo para molerse. Esta técnica de cocción, usada desde antes de la conquista, consiste en seleccionar los mejores granos, es decir, aquellos que no estén picados ni manchados. Se debe cocer los granos de maíz en agua con cierta cantidad de cal. Ya cocido se lava, se le quita la piel para después molerlo y obtener la masa para las tortillas, tamales o pozol. Por lo general, de esta tarea se encargan las mujeres y deben tener bastante experiencia para que el maíz alcance el punto justo que necesite. El punto de cocción del grano lo determina el alimento para el que se vaya a utilizar, ya sea para tortillas, tostadas, tamales, pozol o atol. Si se pasa o le falta, la masa puede quedar mal, por ejemplo si el grano queda muy reventado, la masa resultará muy pegajosa y ya no sirve para hacer tortillas, saben diferente.

Por esta razón, las mujeres deben ser bastante diestras en esta tarea, ya que hasta calcular la cantidad de cal para nixtamalizar el maíz debe ser exacta. Una vez nixtamalizado se lava varias veces y se pasa por el metate o por el molino. Antes, para el molido del grano se usaban los metates, ahora se usa el molino manual o bien si son grandes cantidades de maíz las que se van a moler, la mujeres van a los molinos eléctricos.

El principal uso que se le da al maíz es para la elaboración de tortillas, actividad casi exclusiva de las mujeres, quienes son instruidas en esta tarea desde que son bastante pequeñas. La tarea comienza a muy temprana hora, inicia preparando la masa de maíz, encendiendo la leña y torteando a mano (si no cuentan con prensas) las tortillas hasta que

queden del tamaño y grosor deseados, después se ponen al comal y ya que están cocidas se sirven en pumpos, guajes o las envuelven en mantas para mantenerlas calientes. Las tortillas se hacen muy temprano para que sean servidas con una taza de café, atol o pozol a los hombres que se irán a trabajar la milpa, suele ser el primer alimento del día. Más hacia la zona de los tojolabales preparan una especie de memelas que llaman *ch'enk'ul waj* o chinculguajes, que son tortillas rellenas de frijol molido que se asan en el comal y las sirven con una salsa molcajetada de tomatillos propios de la región.

La masa de maíz es indispensable en la preparación de tamales que se consumen casi a diario, así como en las fiestas y rituales. En la actualidad, encontramos tamales rellenos desde carne de cerdo, res, pollo, verduras, mole hasta algunos dulces como el de manjar. Para envolverlos se utilizan las hojas verdes del elote o bien las hojas secas conocidas como *totomoxtles*, así como la hoja de la milpa y las hojas de plátano.

Entre las bebidas que elaboran a partir de este grano encontramos el pinole (*ch'ilem*), para elaborar pinole se tuestan en el comal los granos del maíz hasta cierto punto, moviéndolos constantemente para que el tostado sea parejo. Después lo muelen en el molino manual hasta obtener un polvillo fino que se mezcla con agua, azúcar o piloncillo obteniendo una deliciosa bebida que bien puede degustarse fría como refresco o caliente como una especie de atol y en ocasiones también le agregan cacao tostado y molido, o lo mezclan con leche según la capacidad económica de la familia.

Otra bebida es el pozol, bebida que se consume dos o tres veces al día, lo hay blanco, de cacao y el amarillo; el pozol blanco se puede tomar al instante con o sin azúcar o se puede dejar fermentar algunos días y se conoce como pozol agrio, para el pozol de cacao se mezcla la masa de maíz con cacao bien tostado y molido muy fino, posteriormente se le agrega agua y azúcar. El pozol se consume casi al instante o se prepara la masa y se lleva a la milpa o al lugar de trabajo para ser preparado durante el almuerzo o algún descanso y así recuperar energía para continuar con las labores del campo. Cuando alguien de la familia sale de la comunidad, acostumbran a darle tortillas y masa para pozol para que pueda almorzar en el camino.

Están también los atoles, el más famoso de la región es el de granillo que se prepara con masa de maíz blanco nixtamalizado, azúcar y canela; atoles de frutas como el de guayaba y el atol agrio el cual se deja fermentar a propósito para que adquiera ese sabor, éste es muy común en las festividades de las comunidades y su preparación puede llevar hasta ocho días; el atol de chile se les da a las mujeres recién paridas para que produzcan suficiente leche para amamantar a los recién nacidos.

Además de las bebidas refrescantes o calientes que se preparan con este grano también encontramos bebidas alcohólicas como el *pox*. Es un destilado alcohólico elaborado con la caña del maíz. Esta bebida tiene usos ceremoniales, los curanderos indígenas lo usan dentro de sus rituales de sanación y suele representar la conexión entre el plano espiritual y material.

El olote se puede usar para generar combustible, como leña, las cañas secas sirven para construir cercos y además de que los residuos de la milpa sirven para abonar la tierra.

Aunque el cultivo de maíz es la actividad económica más importante de la región cada vez es menos la cantidad de producción, ya sea porque el campesino opta por emigrar a las ciudades y dejar abandonados sus terrenos o cambiar de actividad económica empleándose como albañil, comerciante, obrero o jornalero.

El sistema tradicional milpa había caído en desuso debido a varios factores, el monocultivo ha puesto en riesgo las especies de maíz endémico, que están desapareciendo por la introducción de maíces transgénicos o el uso excesivo de agroquímicos; esta situación ha originado que se vaya perdiendo parte del conocimiento ancestral, ya que es muy frecuente que las nuevas generaciones ya no sepan distinguir el alimento que se dan en la milpa, como las hierbas que son buenas para comer y las que no.

El uso de pesticidas y plaguicidas impiden que en la milpa crezcan otros alimentos como el frijol, calabazas, chiles, chilacayotes, quelites, tomates, insectos comestibles y hongos poniendo en riesgo la conservación de la biodiversidad.

Afortunadamente en los últimos años han surgido proyectos, organizaciones o colectivos como el de Mujeres y Maíz, grupos que promueven la conservación de las prácticas tradicionales de cultivo y consumo de los alimentos.

El maíz está presente en todos los pueblos que habitamos este país, se consume todos los días ya sea cómo bebida o comida. Es prácticamente innumerable la cantidad de platillos que podemos encontrar a lo largo del país, desde infinidad de tamales, antojitos, panes, bebidas e incluso postres. Ya lo dijo el poeta Ramón López Velarde *Patria: tu superficie es el maíz*.

### Frijol (*chenek* )

El frijol se puede cultivar y encontrar de manera silvestre. Forma parte también de la llamada tríada alimentaria mesoamericana. Desde tiempo prehispánico, el frijol ya era parte fundamental en la dieta de los pueblos de mesoamérica, aunque su domesticación fue mucho tiempo después a la del maíz y calabaza, llegó a ser tan grande su importancia que era parte del alimento que se tributaba al pueblo azteca. Hoy en día, además de las propiedades medicinales atribuidas a la planta, el frijol continúa siendo parte esencial en la alimentación mexicana como una principal fuente de proteína vegetal para gran parte de la población.

Es uno de los cultivos más importantes de México, ocupa el segundo lugar después del maíz en superficie cultivada. De acuerdo con Singh *et. al.* (1999) el frijol (*Phaseolus vulgaris* L), por su alto contenido proteico (20-25%) es, entre las leguminosas, el tercer cultivo más importante en el mundo, después de la soya y el cacahuete.

Entre las comunidades tsotsiles es conocido como *chenek*, en la Región Altos de Chiapas, encontramos frijoles negros, bolita, *patashete* (cuando esta tierno conocido como toro pinto), bayos, pintos, escumite, colorados y el botil que es la variedad más cultivada de la región. El cultivo de frijol es básicamente de subsistencia o autoconsumo, ya que por lo general se cultiva en la milpa donde el principal producto es el maíz, al igual que este, a veces la cantidad de frijol que se cosecha resulta insuficiente para satisfacer el consumo familiar, por lo que se ven en la necesidad de comprarlo a otros productores, sobre todo en los meses en los que escasea. Sin embargo siempre está presente en la dieta del campesino indígena y es una buena fuente de proteínas vegetales y otros nutrientes.



Dentro del sistema milpa, el frijol ocupa el segundo lugar en importancia después del maíz, para muchas familias cultivar frijol en las milpas resulta bastante benéfico ya que con esto se ayudan a tener un poco más de diversidad de alimento y complementar la dieta diaria ya que para muchas familias de esta región el frijol, tortillas y chile es la comida de todos los días.



Variedades de frijol, haba y garbanzo.

Fuente: Bolom, Susana. Aldama, Chiapas (2013).

Del frijol se aprovecha como alimento, sus flores, sus vainas cuando están tiernas (llamadas ejotes) se usan comúnmente como verdura. La forma más común de comerlos es cociéndolos con cebolla, ajo, sal, agua y en ocasiones perfumados con epazote o hierba santa. Se pueden consumir solos o acompañados de chile y tortillas, también como acompañante de otros platillos o incluso llegan a ser el ingrediente principal de algunas preparaciones de tamales y del frijol con puerco. También se hace una especie de memela rellena de frijol molido que en la región

tojolabal se conoce como chinculguaje y se acompaña con salsa de tomate molcajeteadada, también se consumen refritos en manteca de cerdo.

### Chile (*ich*)

Originario de mesoamérica, pertenece a la familia de las solanáceas, además de ser cultivado hay variedades de chile que se pueden encontrar en forma silvestre. Su consumo data desde la época prehispánica, junto al maíz, frijol y calabaza formó parte de la alimentación mesoamericana. En México la variedad de chiles (*Capsicum spp.*) es inmensa, encontramos dulces o picantes, rojos, verdes, amarillos, largos, anchos, bolitas. Se pueden consumir frescos, secos, enteros, molidos, cocidos o crudos. Es uno de los ingredientes de mayor presencia en la dieta de los mexicanos.

En la Región Altos de Chiapas de manera general se conoce como *ich* (tsotsil), encontramos chiles frescos como el jalapeño, siete caldos y el tempenchile estos por lo general se consumen crudos, en salsas mezclados con jitomates o tomates verdes de cáscara o en aguas de chile que consisten en picar el chile y mezclarlo con jugo de limón, sal y un poquito de agua. También encontramos chiles secos como el ancho y el guajillo que no se cultivan en la región pero si forman parte de los chiles que ocupan sobre todo para hacer adobos.

### Calabaza (*ts'ol*)

Aunque la calabaza es uno de los productos de la milpa, pocos conocen sobre sus variedades y la importancia para la cultura maya y sus beneficios para la alimentación familiar.

La calabaza es uno de los alimentos más importantes en México, pertenece al género *Cucurbita*, cuenta con 20 especies o subespecies, uno de los más conocidos es el cultivo de *Curcubita pepo*, es decir la llamada calabaza italiana, mejor conocida como calabacita o calabacín.

Como lo señala (Lira, 1996) el acervo genético de *C. pepo* incluye numerosas especies locales de México, con características diversas y que se cultivan en zonas ecológicas sumamente contrastantes. La calabaza

ha formado parte importante de la dieta de los pueblos indígenas americanos, desde Estados Unidos hasta Chile y Argentina. En México se puede encontrar en los estados de Chiapas, Hidalgo, Jalisco, Michoacán, Morelos, Oaxaca y Veracruz entre los 1,000 y los 3,000 msnm, de climas templados.

Una de las especies domesticadas en América más comunes es la *Curbubita pepe* L. La calabaza es nombrada de diversas formas entre las que destacan *ts'ol* (tsotsil), *tsool* (maya) o *mensejo*, que se cultiva en bajas altitudes y en los suelos calizos y delgados de Chiapas y la Península de Yucatán, también cultivada a 2,000 msnm, y en el suelo erosionado de la llamada Mixteca Alta en el estado de Oaxaca que se conoce como *güiche* o *güicha* que se atribuye al zapoteco (Lira, 1996).

Otra variedad *Cucurbita argyrosperma* Huber es muy apreciada en muchas partes de México y Centroamérica en donde recibe el nombre de pipián, cuyas semillas son la base de la salsa del mismo nombre que acompaña o forma parte de diferentes platillos tradicionales.



Figura 3. Calabaza (*Cucurbita argyrosperma*)  
Fuente: Bolom, Susana. Aldama, Chiapas (2013).

En el relato del abuelo (*mol*) Juan Méndez Caná, descrito por Álvarez-Quiñones (2009) hablaba de las extraordinarias cosechas que se levantaban en su tiempo de joven, que para entonces se obtenían enormes calabazas y chilacayotas o chilacayotes (*Curcubita ficifolia* Bouché), al igual que mazorcas del tamaño del antebrazo, cargadas de nutritivos granos de maíz.



Chilacayote.

Fuente: Tenorio (2007).

Tan valioso es el maíz, el frijol, el chile como la calabaza, pues dentro del sistema alimentario de las familias tsotsiles o tseltales, es un ingrediente de sabor particular al momento de hacer el caldo de res o la mezcla con el frijol y la calabaza, la semilla o “pepita” de calabaza tostada, así como el uso de la flor de calabaza para comerlas hervidas o asadas con chile y servidas en una succulenta tortilla a mano.

Es una planta trepadora con flores amarillas, con frutos comestibles, que pueden llegar a medir hasta 35 cm de largo, con semillas de 2 cm de largo y su color es generalmente verde, amarillo intenso o beige, dependiendo de las variedades de calabazas.

Tan valioso es este alimento que hasta en los versos indígenas la nombran, se presenta un extracto del poeta tselal, Xmal Méndez (2007):

<b>MADRE TIERRA</b>	<b>JME`TIK JKAXELTIK:</b>
Las hojas fuertes de mi maíz danzan alegremente entre la milpa. Junto a su tallo crece el frijol rojo y a sus pies cosquillea la calabaza. Con mis manos pequeñas te acaricio, sagrada tierra. Madre que nutres, fortaleces y haces soñar. Limpias mi sangre pequeña que te abraza con esperanza. El corazón se me ilumina, se pone de fiesta...	<b>(Traducción libre al tselal)</b>  Tulan ya x`ajk ótajik te yabenal ixim, Lom lek yo`tan ta yutil k`altik, Ta ste`el chi`moel te tsajal chenek`, Sok kala jkáb ya yutsinat ch`ul lum, Ya wak`we`elil metik, ya wak` kiptik, jich ya wak` waichejel. Ya wak`ben lek jch`ich`el, ya jpetat me, Lek ko`tan xban ta k`in...

Fuente: Álvarez-Quiñones (2009).

Y cómo no va a ser importante para las familias indígenas de Chiapas, pues la calabaza está entre las plantas cultivadas por los antiguos mexicanos, varios investigadores coinciden en que es uno de los cultivos más antiguo de los pueblos prehispánicos.

## Café

¿Ya saboreaste una taza de café? Seguro que así ha sido, pero te has preguntado ¿cuál fue el origen del cultivo del café?

Explicaremos un poco sobre los antecedentes del café en Chiapas. En las sociedades campesinas hay que considerar que la relación entre naturaleza y cultura se modifica durante el tiempo. Es decir, se ajusta constantemente a condiciones que incluyen una gran variedad de factores, como los eventos naturales y meteorológicos, pero también los recursos naturales disponibles se articulan estrechamente con las formas de utilización conocidas y aplicadas por el grupo: las relaciones

con el mercado, la tecnología y las formas de organización social, política y religiosa.

En este sentido las familias indígenas y campesinas del estado de Chiapas se han adaptado y apropiado de un cultivo exótico como es el café, el cual en las últimas décadas ha sido la producción agrícola de mayor importancia económica para las familias campesinas en la Región Altos de Chiapas.

Actualmente la relación entre las comunidades campesinas y su medio se han modificado drásticamente como resultado de los procesos de modernización, industrialización y expansión de sus productos y tecnologías.

La década de 1980 se caracterizó por producir impactos diversos en las sociedades rurales de México. Las comunidades campesinas tuvieron que reajustar su economía y las formas de organización social

En 1989 la producción del aromático se concentraba en alrededor de 4,300 localidades, distribuidas en 411 municipios y en 12 estados de la República Mexicana, de esta cifra en Chiapas se estimaba una producción de café en 69 municipios con 1,416 localidades, siendo para entonces el mayor productor de café en el país (Moguel y Toledo, 1996)

Más de veinte años después, en el 2012 tan sólo en Chiapas se produjeron 532,582.79 toneladas de café, colocando al estado como líder de producción a nivel nacional, además que el rendimiento por hectárea es superior al promedio mundial (Vichi, 2015).

De acuerdo a la investigación de Barrera y Parra (2012) del Colegio de la Frontera Sur alrededor del 80% de este café se exporta principalmente a Estados Unidos.

A diferencia de países como Brasil y Colombia, en México el café es producido a pequeña escala y fundamentalmente por familias campesinas e indígenas. Esta producción se encuentra generalmente en áreas ricas y diversas en flora y fauna.

La variedad de café que más se produce en el estado es la arábica (*Coffea arabica*), la cual se cultiva casi en su totalidad en pendientes escarpadas, bajo árboles de sombra y en menor cantidad se siembra el café robusta (*Coffea canephora*). El cultivo en el estado se da en las regiones Norte, Selva Norte, Cañadas, Altos y Sierra (Barrera y Parra, 2012).



Figura 5. Café Arábica (*Coffea arabica*).

Fuente: Bolom, Susana. Tenejapa, Chiapas (2014).

En los municipios caficultores de la Región Altos de Chiapas, se puede observar que el café forma parte dinámica de los sistemas agroforestales. Básicamente los campesinos indígenas tsotsiles y tseltales no dejaron de sembrar su milpa, más bien incluyeron o adoptaron los cafetales como parte de su producción e incluso han modificado el paisaje. No es raro encontrar cafetales alrededor de la casa, al lado de la cocina o detrás de las habitaciones de estas familias, cerca del gallinero o en el jardín, es interesante saber que algunos investigadores incluso los llaman *jardines de café*.



Figura 6. Plantación de café bajo sombra en espacios compartido con otros árboles frutales y arbustos.

Fuente: Bolom, Susana. Chenalhó, Chiapas (2015).

De acuerdo a Cobo y Paz (2009) en los Altos de Chiapas, radican alrededor de 5,000 caficultores en una extensión de 8,300 hectáreas. Las plantaciones se concentran en la subregión que comprende los municipios de Chenalhó, Chalchihuitán, Pantelhó, Cancuc, Tenejapa, Larráinzar y Oxchuc. En donde es muy común encontrar producciones de café debajo del bosque o selva original, pero además a diferencia de otros tipos de plantaciones de café, se acompaña de numerosas especies de plantas útiles e incluso las familias han aprendido a manejar el equilibrio entre las especies, de tal manera que los arbustos que le dan sombra al café se vean beneficiados en su desarrollo. El resultado es que este *jardín del café*, cuenta con variedades de plantas y arbustos nativos e introducidos, pero útiles para la familia campesina.



También se puede observar otro tipo de cafetal en algunas familias, es el sistema de monocultivo bajo sombra, que de acuerdo con Moguel y Toledo (1996), y como su nombre lo dice, el café se acompaña casi exclusivamente en la parcela con la leguminosa del género *Inga*. Esta manera de producción se puede observar en la Región Altos de Chiapas, pero afortunadamente en menos proporción dado que la tendencia actual es, más bien, la producción en policultivo y con uso nulo o mínimo de agroquímicos.

De acuerdo con varios investigadores la transformación de la agricultura en esta Región Altos en Chiapas, en donde se ha desplazado el uso del suelo de la milpa por el café, ha traído por supuesto algunas ventajas y desventajas. Entre las ventajas se pueden mencionar la conservación de los suelos, el mantenimiento de la biodiversidad en el caso de la producción en *jardines de café* y la protección de cuencas hidrológicas, la baja contaminación por el uso de agroquímicos. Entre las desventajas locales ha sido el cambio del uso del suelo, lo que implica una reducción en la producción de la milpa de la cual las familias campesinas se abastecían de alimento como maíz, frijol, calabaza, chile, quelites entre otras especies aromáticas y medicinales. Ya no hay abasto suficiente de alimento, por lo que ahora las familias esperan el tiempo para cosechar y vender el café para comprar alimento, ropa y solventar otros gastos familiares.

La crisis de los precios y el escaso o nulo uso de plaguicidas en los cafetales, favoreció la posibilidad de inducir en la región, desde 1992, un sistema alternativo basado en principios de producción orgánica, mismo que en poco tiempo fue adoptado por algunos productores de comunidades indígenas de la zona, al tener una gran afinidad con los sistemas tradicionales de producción existentes (Hidalgo, 1996).

La producción del café orgánico requiere de más trabajo que el convencional o natural pues hay que efectuar comúnmente tres limpiezas, hacer composta con materiales orgánicos y sembrar barreras vivas para la conservación y mejoramiento del suelo, regular sombra, podar y renovar cafetales, hacer corte cuidadoso y selectivo, deshierbar a mano, control natural y biológico de plagas, entre otros. Aunque el café sin agroquímicos es más laborioso, tiene un precio más elevado y valorado

en el mercado, particularmente en el mercado orgánico y justo. Esto ha favorecido que los pequeños productores de café se mantengan en el mercado del producto a nivel mundial.

Experiencias de cooperativas de café como la de Majomut en Chiapas, muestra que la producción de café bajo sistemas tradicionales pueden dar lugar a sistemas sustentables de producción agrícola, por lo que según Moguel y Toledo (1996) los campesinos o productores de café deberían de recibir incentivos económicos y de otro tipo por parte del estado, el mercado y los propios consumidores; porque su trabajo aporta a ampliar conciencia social y ecológica entre la población.

Así que, sin más, deberá recordar que cada taza de café chiapaneco, tiene además de una amplia historia, una riqueza cultural, un pedazo del corazón y trabajo de manos indígenas, así como aroma a tierra fresca y limpia.