

El tesoro del maíz nativo: el superalimento de nuestros abuelos

Palmira Cristina Carrillo
Aguilar*, Luis Arturo Ávila
Meléndez



CIIDIR IPN Unidad Michoacán (Centro Interdisciplinario de Investigación para el Desarrollo Integral Regional).

*Contacto: pcarrilloa2300@alumno.ipn.mx

—Abuelo, ¿por qué la tortilla es de color morado? — preguntó Juan a su abuelo.

El abuelo sonrió y dijo: — Te voy a contar cómo mis abuelos cultivaban maíz de diferentes colores y cómo usaban el maíz y el elote para hacer comidas deliciosas. Déjame aclararte algo: cuando la planta está creciendo y las mazorcas están verdes y suaves, se llaman elotes; pero cuando las mazorcas se secan y maduran, se llama maíz. Cada tipo de maíz tiene una forma, color y sabor especiales que hacen que cada platillo sea único.

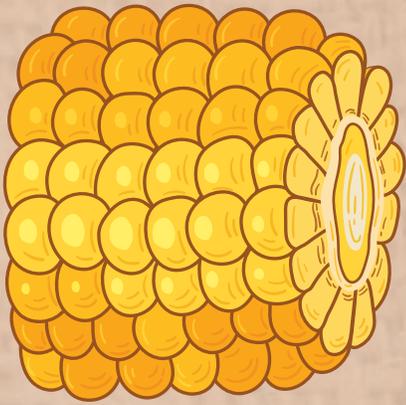


¡Aquí empieza nuestra historia! Hace mucho, mucho tiempo, en México, había un alimento muy especial llamado “alimento de los dioses”. Este alimento es el maíz. Los aztecas pensaban que el maíz era un regalo de los dioses, y los mayas creían que estaba relacionado con la diosa de la fertilidad.

El maíz es muy especial porque es nativo de México, lo que significa que naturalmente crece en nuestro país. Durante miles de años, en distintas regiones del país, las personas lo han cuidado y seleccionado a lo largo del tiempo. El maíz es una planta muy especial que puede crecer en muchos lugares diferentes. Puede

crecer en lugares muy secos y calurosos, en lugares con clima templado, húmedo y caluroso o en las laderas empinadas de las montañas. Esto significa que hay muchos tipos diferentes de maíz, porque cada lugar tiene sus propias condiciones especiales para obtener nutrientes y crecer. Es por eso que, en la actualidad, se han encontrado 64 tipos diferentes de maíz, y 26 de ellos están en Michoacán. Por ejemplo, el maíz dulce para preparar pinole, ¿Lo has probado?; también, está el maíz pozolero, seguro que tu mamá te ha preparado un rico pozole; o el maíz reventador, usado para las palomitas de maíz, ¡Delicioso! ¿no?





El maíz puede crecer en muchos lugares diferentes, desde el nivel del mar hasta 3,400 metros de altura. Imagina que estás en la playa jugando cerca de las olas, ahí es el nivel del mar. Ahora imagina que subes una montaña poco a poco, a medida que subes, el aire se vuelve más fresco y la temperatura cambia; a unos 1,000 metros de altura, el maíz ya no crece igual que en la playa, necesita más cuidado y agua.

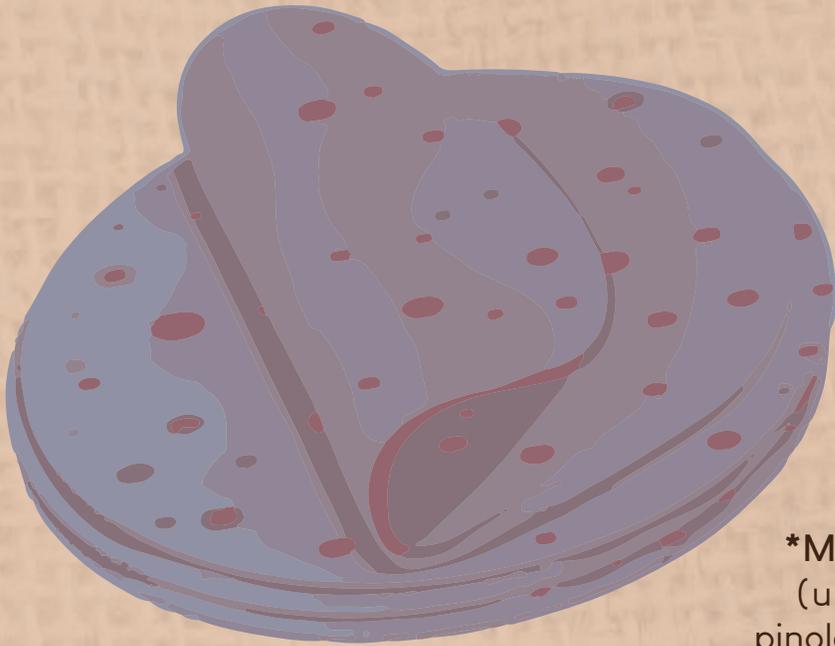
A unos 2,000 metros, el maíz necesita más cuidado y protección del frío. Y a 3,400 metros, el maíz es más resistente y puede crecer en condiciones muy difíciles. Además, el maíz también puede crecer en diferentes estaciones del año, dependiendo de cuánto tiempo tarda en crecer, puede ser pequeño o grande y tener aportar a nuestra alimentación diversos nutrientes como: carbohidratos, proteínas, vitaminas, minerales y antioxidantes

El maíz necesita polen para crecer. El polen es obtenido de las plantas, y puede ser transportado de las plantas al maíz por medio del aire, o bien, por los polinizadores como las abejas, mariposas, murciélagos u otros insectos. Sin el polen, el maíz no puede crecer. Cuando el polen cae en el pelo de la mazorca se produce una especie de magia que hace que el maíz crezca y produzca los granos.

Mis abuelos también cuidaban mucho el maíz. Lo sembraban y elegían las mejores semillas para el año siguiente. Compartían estas semillas con amigos y familiares y aprendían unos de otros para mejorar el cultivo.

¿Sabías que algunos tipos de maíz están desapareciendo? Imagina que tienes un jardín con muchas flores diferentes, cada flor es única y especial, pero si no las cuidas algunas de esas flores pueden desaparecer. Algo similar está pasando con el maíz. Hay muchas variedades de maíz, cada una con su propio sabor y textura. Pero debido a que la gente está cambiando la forma en que cultiva el maíz, algunas de esas variedades están





desapareciendo. Cada día la gente usa menos los diferentes tipos de maíz para hacer comidas como:

***Maíz fresco:** Se usa para hacer toqueras (tortitas), uchepos (tamales), pan de elote, galletas, pozole de elote, sopa de elote y otros alimentos.

***Maíz dulce:** Se usa para hacer pinole (una especie de golosina), atole de pinole (una bebida caliente) y tamales de atole.

* **Maíz rosa, blanco, negro y azul:** Se usa para hacer pozole, un platillo muy sabroso que cambia de sabor según el color del maíz.

* También, en algunas zonas rurales, las tortillas de comal se hacen con diferentes tipos de maíz y colores, dándoles sabores y texturas únicos.

Con el maíz blanco y de color también se prepara atole de grano, atole de masa y galletas tradicionales entre otros alimentos.

Hoy en día, algunos de estos tipos de maíz ya no se usan y, por eso, están desapareciendo.

—Abuelo, el maíz no solo es un alimento, sino también una parte importante de nuestra historia y cultura. ¡Voy a contarles a mis amigos sobre esto e invitaré a todos a probar productos hechos con maíz nativo!





Referencias Bibliográficas:

1. CONABIO. Caroline B., Cecilio M. C. y Francisca A. G. (2020). "México, más que ningún otro país del Nuevo Mundo, es la tierra del maíz". El maíz en México 1948 Edgar Anderson (1897-1969) | Investigador estadounidense del maíz. Cd. De México. México. <https://www.biodiversidad.gob.mx/diversidad/alimentos/maices>.
2. J. A., Carrera Valtierra, J., Ron Parra, Á. A., Jiménez Cordero, M. M., Morales Rivera, F., Márquez Sánchez, L., . . . Sahagún Castellanos, M. Sitt Millán, (2012). Razas de maíz en Michoacán de Ocampo Su origen, relaciones fitogeográficas y filogenéticas. Texcoco, Edo. de México. Primera edición. Editorial Universidad Autónoma de Chapingo
3. Kato Yamakake, T. Á., Mapes Sánchez, C., Mera Ovando, L. M., Serratos Hernández, J. A., & Bye Boettler, R. A. (2009). Origen y diversificación del maíz: una revisión analítica. Universidad Nacional Autónoma de México, México, D.F. CONABIO. Primera edición pp 19-36. Recuperado de: https://www.biodiversidad.gob.mx/publicaciones/versiones_digitales/Origen_deMaiz.pdf
4. Ortega Paczka, R. (2020). Aportes al estudio de la diversidad de Maíz en México. I. Aspectos generales, importancia y amenazas de dicha diversidad. Revista fitotecnia Mexicana. DOI: <https://doi.org/10.35196/rfm.1989.2.105>
5. Sánchez González, J. d. (2011). Diversidad del maíz y el Teocintle. . "Recopilación, generación, actualización y análisis de información acerca de la diversidad genética de maíces y sus pariente silvestres en México". CONABIO. Guadalajara, Jalisco.

Recuperado de: https://www.biodiversidad.gob.mx/media/1/genes/files/Jesus_Sanchez_2011.pdf

Imágenes:

Imágenes obtenidas de Freepik.

