

**LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y  
Humanidades, Asunción, Paraguay**

ISSN en línea: 2789-3855, 2026

## **Rescate y revitalización de recetas tradicionales y ancestrales en Santo Tomás Apipilhuasco: fortalecimiento de la identidad y la cultura comunitaria**

Revitalization of traditional and ancestral recipes in Santo Tomás  
Apipilhuasco: strengthening community identity and culture

### **Adela Estefany Bustamante Corona**

aebcorona@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0007-5145-3965>

Universidad Autónoma Chapingo

Texcoco – México

### **Elba Pérez Villalba**

hsrdes@yahoo.com.mx

<https://orcid.org/0000-0001-6412-4860>

Universidad Autónoma Chapingo

Texcoco – México

### **Charly Santos Gaucín**

charlygaucin@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-7077-9115>

Universidad Autónoma Chapingo

Texcoco – México

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v7i3.5987>

**Artículo recibido:** 23 de enero de 2026.

**Aceptado para publicación:** 04 de junio de 2026.

**Conflictos de Interés:** Ninguno que declarar.

  
**Redilat**  
Red de Investigadores  
Latinoamericanos

  
**LATAM**

Revista Latinoamericana de  
Ciencias Sociales y Humanidades

**VOLUMEN VII**

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v7i3.5987>

## Rescate y revitalización de recetas tradicionales y ancestrales en Santo Tomás Apipilhuasco: fortalecimiento de la identidad y la cultura comunitaria

Revitalization of traditional and ancestral recipes in Santo Tomás Apipilhuasco: strengthening community identity and culture

**Adela Estefany Bustamante Corona**

aebcorona@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0007-5145-3965>

Universidad Autónoma Chapingo

Texcoco – México

**Elba Pérez Villalba**

hsrdes@yahoo.com.mx

<https://orcid.org/0000-0001-6412-4860>

Universidad Autónoma Chapingo

Texcoco – México

**Charly Santos Gaucín**

charlygaucin@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-7077-9115>

Universidad Autónoma Chapingo

Texcoco – México

Artículo recibido: 23 de enero de 2026. Aceptado para publicación: 04 de junio de 2026.  
Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

### Resumen


La investigación se centró en el rescate de recetas tradicionales y ancestrales en la comunidad de Santo Tomás Apipilhuasco, a partir de entrevistas a mujeres adultas mayores reconocidas como portadoras de saberes culinarios. El objetivo fue analizar las prácticas alimentarias tradicionales como expresión del patrimonio cultural inmaterial y como componente del desarrollo rural regional desde una perspectiva social y económica. Se utilizó una metodología cualitativa basada en entrevistas a profundidad y análisis temático, centrando la atención en la relación entre cocina, identidad, economía del cuidado, autosuficiencia alimentaria y transformaciones socioculturales. Las entrevistas permitieron reconstruir un sistema alimentario históricamente sustentado en el aprovechamiento de lo que “daba el campo”, con dietas basadas en cereales, leguminosas, quelites, frutos silvestres y plantas medicinales, así como en técnicas culinarias transmitidas intergeneracionalmente. Los hallazgos muestran que las recetas tradicionales no constituyen únicamente prácticas gastronómicas, sino sistemas integrales de conocimiento que articulan trabajo doméstico femenino, salud comunitaria, cohesión social e identidad territorial. Asimismo, se identificó una ruptura generacional asociada a la modernización alimentaria, la pérdida de la autosuficiencia y la disminución del uso de saberes tradicionales, lo que pone en riesgo la continuidad del patrimonio alimentario. Se concluye que el rescate de las recetas tradicionales representa una estrategia clave para fortalecer la soberanía alimentaria, revalorar la economía del cuidado y promover modelos de desarrollo rural regional basados en la cultura, la sostenibilidad y el reconocimiento del papel de las mujeres rurales.

*Palabras clave:* patrimonio alimentario, desarrollo rural, economía del cuidado, identidad cultural

## Abstract

The research focused on the recovery of traditional and ancestral recipes in the community of Santo Tomás Apipilhuasco in the State of Mexico through interviews with older women recognized as holders of culinary knowledge. The objective was to analyze traditional food practices as expressions of intangible cultural heritage and as components of regional rural development from a social and economic perspective. The research adopted a qualitative methodology based on in-depth interviews and thematic analysis, focusing on the relationship between cuisine, identity, care economy, food self-sufficiency, and sociocultural change. The interviews made it possible to reconstruct a food system historically based on the use of what “the land provided,” characterized by diets centered on cereals, legumes, wild greens, fruits, and medicinal plants, as well as cooking techniques transmitted across generations. The findings show that traditional recipes do not function solely as gastronomic practices but as integrated systems of knowledge that articulate women’s domestic labor, community health, social cohesion, and territorial identity. The analysis also identified a generational rupture associated with food modernization, declining self-sufficiency, and reduced use of traditional knowledge, which places local food heritage at risk. The study concludes that the recovery of traditional recipes constitutes a key strategy for strengthening food sovereignty, revaluing the care economy, and promoting models of regional rural development grounded in culture, sustainability, and the recognition of rural women’s roles.

*Keywords:* food heritage, rural development, care economy, cultural identity

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicado en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons. 

Cómo citar: Bustamante Corona, A. E., Pérez Villalba, E., & Santos Gaucín, C. (2026). Rescate y revitalización de recetas tradicionales y ancestrales en Santo Tomás Apipilhuasco: fortalecimiento de la identidad y la cultura comunitaria. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 7 (3), 833 – 849. <https://doi.org/10.56712/latam.v7i3.5987>

## INTRODUCCIÓN

La alimentación tradicional constituye un componente central del patrimonio cultural inmaterial de las comunidades rurales, al integrar saberes productivos, prácticas culinarias, valores simbólicos y formas de organización social transmitidas intergeneracionalmente. Diversos autores han señalado que la cocina tradicional refleja la relación histórica entre las sociedades humanas y su entorno, así como las estrategias de subsistencia construidas a partir del aprovechamiento local de los recursos naturales (Ingold, 2000; Toledo & Barrera-Bassols, 2008).

En ese sentido, las recetas tradicionales y ancestrales no solo cumplen una función alimentaria, sino que expresan sistemas agroalimentarios sustentados en la autosuficiencia, la estacionalidad y la diversidad productiva, principios fundamentales de la agroecología (Altieri & Nicholls, 2010; Ploeg, 2010).

La comunidad de Santo Tomás Apipilhuasco es una localidad rural ubicada en el municipio de Tepetlaoxtoc, en el Estado de México, con una población de más de 4,200 habitantes según datos oficiales del INEGI (2020). Se sitúa en la región central del país en la altiplanicie mexiquense, a aproximadamente 2,618 metros sobre el nivel del mar, con coordenadas cercanas a 19°32'27" N y 98°44'54" O. Esta localidad se encuentra en un contexto geográfico marcado por la agricultura de temporal y la recolección de productos del entorno natural, influencias que han dado forma a las prácticas alimentarias tradicionales que constituyen el objeto de estudio. En la comunidad de Santo Tomás Apipilhuasco, la cocina tradicional se ha basado históricamente en "lo que daba el campo", particularmente cereales, leguminosas, quelites, frutos silvestres y plantas medicinales, configurando un sistema alimentario estrechamente vinculado al territorio.

No obstante, los procesos de modernización, la industrialización del sistema alimentario y la reconfiguración de las dinámicas rurales han contribuido a la pérdida progresiva de estos saberes. Desde la perspectiva del desarrollo, diversos estudios han advertido que la erosión del patrimonio cultural limita las capacidades locales para generar procesos de desarrollo endógeno y sostenible (Prats, 2005). En este sentido, el rescate y la revitalización de las recetas tradicionales adquieren relevancia no solo cultural, sino también social y económica, al fortalecer la identidad comunitaria y abrir posibilidades para el desarrollo rural regional (Bessière, 1998).

La literatura sobre patrimonio alimentario ha destacado que las prácticas culinarias tradicionales constituyen una forma de patrimonio biocultural, al articular biodiversidad, conocimiento local y cultura (Toledo & Barrera-Bassols, 2008). Desde la antropología de la alimentación, se ha demostrado que los alimentos y las formas de preparación reflejan estructuras sociales, sistemas simbólicos y relaciones de poder dentro de las comunidades (Douglas, 1972; Mintz, 1985).

En el campo del desarrollo rural, autores como van der Ploeg (2010) y Schneider y Niederle (2010) subrayan que los sistemas campesinos diversificados fortalecen la autonomía territorial y la resiliencia económica frente a los procesos de globalización agroalimentaria. Asimismo, la economía social y solidaria plantea la necesidad de priorizar el trabajo y la vida por encima del capital, reconociendo prácticas productivas no mercantilizadas presentes en el ámbito rural (Coraggio, 2015).

Por otra parte, los estudios de género han evidenciado que la cocina tradicional se sostiene fundamentalmente en el trabajo doméstico y de cuidado realizado por mujeres, históricamente invisibilizado en los análisis económicos convencionales (Carrasco, 2014; Federici, 2012). En el contexto rural latinoamericano, este trabajo resulta clave para la reproducción social, la seguridad alimentaria y la cohesión comunitaria (Pérez Orozco, 2019). A pesar de estos aportes, persiste una limitada documentación de los saberes culinarios desde la voz directa de las mujeres rurales, particularmente a nivel comunitario.

El presente estudio se centra en el rescate del patrimonio cultural culinario de las comunidades de Santo Tomás Apipilhuasco, esta investigación es de suma relevancia ya que busca preservar la identidad regional a través de la documentación de saberes ancestrales vinculados al uso de ingredientes locales, semillas y plantas medicinales. El proyecto es una colaboración entre la Universidad Autónoma Chapingo y el Consejo Mexiquense de Ciencia y Tecnología (COMECYT), instituciones que reconocen la necesidad de salvaguardar estas tradiciones antes de su desaparición definitiva. La cocina tradicional no solo representa una forma de alimentación, sino un tejido social que integra la historia oral, la convivencia familiar y la autonomía alimentaria de la región.

### **Problema de Investigación**

A pesar de la riqueza del patrimonio alimentario de Santo Tomás Apipilhuasco, las recetas tradicionales y ancestrales se encuentran en riesgo de desaparecer como resultado de múltiples transformaciones socioculturales. Entre los factores más relevantes destacan la disminución de la transmisión intergeneracional del conocimiento, la creciente sustitución de alimentos locales por productos industrializados y los cambios en las dinámicas familiares y comunitarias, que han reducido el tiempo, el interés y los espacios dedicados a la cocina tradicional. Estos procesos no solo implican la pérdida de prácticas culinarias, sino también la erosión de saberes asociados al territorio, a los ciclos agrícolas y a las formas de organización social que históricamente han sustentado estas tradiciones.

En este contexto, se configura un problema de investigación vinculado a la escasa documentación, sistematización y valorización de los saberes culinarios locales. La falta de reconocimiento de estas prácticas como patrimonio cultural inmaterial limita su preservación y transmisión, al tiempo que invisibiliza su relevancia como recurso estratégico para el desarrollo rural regional. Asimismo, esta situación restringe la posibilidad de integrar dichos saberes en iniciativas de soberanía alimentaria, educación comunitaria y proyectos productivos con identidad territorial. Por ello, resulta fundamental analizar, documentar y revalorar estos conocimientos desde una perspectiva integral que articule dimensiones culturales, sociales, económicas y ambientales, contribuyendo así a su continuidad y a la construcción de alternativas de desarrollo más sostenibles.

### **Objetivo general**

- Rescatar, revalorizar y documentar las recetas tradicionales y los saberes asociados a la cultura culinaria de Santo Tomás Apipilhuasco, con el fin de contribuir a su preservación como expresión del patrimonio cultural inmaterial y como componente del desarrollo rural regional desde una perspectiva social y económica.

### **Objetivos específicos**

- Documentar los saberes culinarios tradicionales transmitidos intergeneracionalmente en la comunidad.
- Analizar el papel de las mujeres rurales en la preservación y transmisión de la cocina tradicional.
- Examinar la relación entre prácticas alimentarias tradicionales, identidad cultural y economía del cuidado.
- Identificar los procesos de transformación sociocultural que inciden en la continuidad de estos saberes.

### **Preguntas de investigación**

- ¿Cómo se han transmitido históricamente las recetas tradicionales y ancestrales en Santo Tomás Apipilhuasco?

- ¿Cuál es el papel de las mujeres rurales en la preservación y transmisión de la cocina tradicional?
- ¿Qué relación existe entre prácticas alimentarias tradicionales, identidad cultural y economía del cuidado?
- ¿De qué manera la documentación sistemática de las recetas tradicionales contribuye a la preservación de la memoria histórica y cultural de la región?

## METODOLOGÍA

El estudio se desarrolló bajo un enfoque mixto, con predominio cualitativo y apoyo cuantitativo, incorporando elementos de la investigación-acción participativa (IAP).

El diseño de la investigación fue etnográfico, participativo y territorial, estructurado en cuatro fases:

- Sensibilización y presentación del proyecto, para generar confianza y participación comunitaria.
- Trabajo de campo y diagnóstico participativo, mediante entrevistas, observación participante y registros audiovisuales.
- Análisis y sistematización de la información, enfocada en la viabilidad productiva, cultural y social de los saberes culinarios.
- Socialización y devolución de resultados, a través de recetarios y talleres comunitarios.

El estudio se llevó a cabo durante el año 2025 en la comunidad de Santo Tomás Apipilhuasco, en colaboración con la Universidad Autónoma Chapingo y el Consejo Mexiquense de Ciencia y Tecnología (COMECYT).

La población participante estuvo conformada por mujeres mayores de 60 años, residentes de la comunidad por un período mínimo de 40 años, y reconocidas localmente por su conocimiento en cocina tradicional. La selección se realizó mediante muestreo intencional, priorizando perfiles clave considerados portadores de saberes culinarios ancestrales.

Se emplearon diversos instrumentos de carácter cualitativo y visual, diseñados para documentar prácticas, saberes y significados culturales asociados a la cocina tradicional:

**Entrevistas semiestructuradas y testimoniales:** orientadas a recuperar memorias, prácticas y experiencias culinarias.

**Observación participante:** realizada en cocinas domésticas y espacios comunitarios durante la preparación de recetas tradicionales.

**Registro fotográfico y audiovisual:** destinado a documentar procesos culinarios, técnicas, ingredientes y contextos de producción.

Las entrevistas tuvieron una duración aproximada de 55 y 90 minutos, fueron grabadas con autorización previa y transcritas de manera íntegra. Posteriormente, se efectuó observación participante durante la preparación de alimentos y se registraron visualmente los procesos culinarios.

El análisis de la información se realizó mediante un análisis temático cualitativo. Las entrevistas fueron codificadas a partir de la identificación de unidades de sentido, que posteriormente se agruparon en categorías emergentes relacionadas con:

- Patrimonio cultural y memoria alimentaria
- Economía del cuidado y trabajo doméstico femenino
- Sostenibilidad campesina y autosuficiencia alimentaria

- Transformaciones culturales y pérdida de saberes tradicionales

El estudio se condujo bajo principios éticos fundamentales. Se obtuvo consentimiento informado de todas las participantes, garantizando la confidencialidad, el uso responsable de los testimonios y el respeto a la autoría colectiva de los saberes compartidos.

## RESULTADOS

A partir del análisis de las entrevistas se identificaron cuatro categorías centrales, cada una con diversos temas asociados que definen el patrimonio culinario regional (Tabla 1).

**Tabla 1**

*Categorías y temas emergentes del análisis cualitativo*

<b>Categoría analítica</b>	<b>Ejes temáticos</b>	<b>Conceptos clave asociados</b>	<b>Procesos socioculturales identificados</b>
Cocina tradicional como patrimonio cultural	Transmisión intergeneracional; memoria histórica; construcción de identidad comunitaria	Patrimonio biocultural, saberes locales, tradición culinaria	Reproducción cultural, fortalecimiento identitario, continuidad de prácticas alimentarias
Relación cocina-territorio	Uso de ingredientes locales; estacionalidad; agricultura de temporal	Territorialidad, soberanía alimentaria, biodiversidad	Adaptación ecológica, aprovechamiento del entorno, resiliencia alimentaria
Economía del cuidado	Trabajo doméstico no remunerado; rol de las mujeres; alimentación como práctica de cuidado	División sexual del trabajo, sostenimiento de la vida, reproducción social	Invisibilización del trabajo, carga de cuidado, organización doméstica
Transformaciones socioculturales	Pérdida de saberes; desinterés generacional; incorporación de alimentos procesados	Transición alimentaria, modernización, globalización	Cambio de hábitos alimentarios, erosión cultural, reconfiguración de prácticas tradicionales

**Fuente:** elaboración propia.

### La cocina tradicional como patrimonio cultural e identidad

Las entrevistadas coincidieron en que las recetas tradicionales representan una herencia familiar y comunitaria transmitida principalmente de madres a hijas. La preparación de alimentos se asocia a la memoria de las generaciones anteriores y a momentos colectivos como fiestas religiosas, celebraciones familiares y rituales comunitarios.

La entrevistada 1 señaló que “las recetas no se aprendían en libros, se aprendían viendo y ayudando desde niñas, así fue como nos enseñaron nuestras mamás y abuelas”, destacando la oralidad y la práctica cotidiana como principales mecanismos de transmisión. De manera similar, la entrevistada 4 afirmó que “la comida era parte de lo que éramos como familia, cada platillo tenía su tiempo y su porque”, lo que evidencia el carácter simbólico de la cocina tradicional.

Las colaboradoras identificaron una vasta cantidad de recetas que dependen de la estacionalidad y de ingredientes nativos. Se destaca el uso predominante de granos, semillas y vegetales sobre la carne.

**Tabla 2**

*Clasificación de Preparaciones Tradicionales Identificadas*

<b>Categoría</b>	<b>Subtipo / Contexto</b>	<b>Platillos representativos</b>	<b>Ingredientes base</b>	<b>Técnicas de preparación</b>	<b>Temporalidad / Uso cultural</b>
Platos a base de semillas	Alimentación cotidiana	Pozole de semillas, habas enzapatadas, tlatlapas, tlacoyos de haba	Maíz, haba, alberjón, trigo, garbanzo	Cocción prolongada, nixtamalización, molienda	Consumo diario; base de la dieta tradicional
Recolección silvestre	Aprovechamiento o estacional	Quelites cenizos, lengüitas, malvas, hongos comestibles	Plantas silvestres, epazote, cebolla de rama, ajo	Recolección manual, hervido, guisado	Temporada de lluvias; conocimiento ecológico tradicional
Repostería tradicional	Alimentación festiva y ritual	Choales, tlaxcalas, pan de muerto, chachoalole	Maíz (tierno y seco), piloncillo, canela, cáscara de naranja, tequesquite	Horneado, cocción en comal, fermentación ligera	Asociada a festividades y celebraciones comunitarias
Cuaresma y festividades	Restricción religiosa y ritual	Pescado capeado, ensalada de betabel, mole verde y mole rojo	Pescado seco, chiles secos (mulato, ancho, pasilla), ajonjolí, cacahuete	Capeado, molienda en metate, elaboración de salsas complejas	Periodos litúrgicos (Cuaresma) y celebraciones religiosas

**Fuente:** elaboración propia.

### **Relación entre cocina tradicional y territorio**

Un tema recurrente en las entrevistas fue la estrecha relación entre la cocina tradicional y el entorno natural. Las participantes describieron una alimentación basada en productos cultivados localmente o recolectados del campo, como maíz, frijol, haba, quelites y hierbas silvestres.

La Entrevistada 3 mencionó que “antes se cocinaba con lo que daba el campo, no se compraba casi nada, todo era de la milpa o del monte”. Esta narrativa refleja un sistema alimentario vinculado a la autosuficiencia y a los ciclos agrícolas, donde las recetas se adaptan a la disponibilidad estacional de los insumos.

Por su parte, la Entrevistada 2 destacó que “cada temporada tenía su comida, no se comía lo mismo todo el año”, lo que evidencia una lógica alimentaria coherente con el territorio y los saberes ecológicos locales.

**Tabla 3**

*Especies de Recolección y Usos Específicos*

<b>Especie / Recurso</b>	<b>Formas de preparación</b>	<b>Contexto y observaciones</b>
Lengüitas	Consumidas en ensalada con jitomate, cebolla y ocasionalmente sardina.	Se recolectan en el monte durante la temporada de lluvias.
Cascarita de tuna	Preparada guisada con huevo o en salsa elaborada con chile de árbol.	Deriva de la tuna roja silvestre, propia de zonas de monte.
Hongos silvestres	Cocinados en barbacoa dentro de penca o en caldos tradicionales.	Su recolección es estacional (principalmente en junio); destacan llaneritos y cornetas.
Nopalachicle	Hervido y posteriormente guisado a la mexicana o combinado con huevo.	Se obtiene de la pulpa de nopal maduro, conocida localmente como "papa nopal".

**Fuente:** elaboración propia.

**Tabla 4**

*Proceso de Transmisión y ejecución de la cocina*

<b>Etapas</b>	<b>Proceso</b>	<b>Descripción</b>
1	Recolección	Obtención de maíz, haba y plantas silvestres provenientes del entorno natural.
2	Preparación	Transformación mediante nixtamalización y posterior molienda del maíz.
3	Cocción	Elaboración de alimentos utilizando fogón de leña, comal y ollas de barro.
4	Comensalidad	Convivencia familiar y prácticas rituales, como ofrendas en el Día de Muertos.

**Fuente:** elaboración propia.

### **Economía del cuidado y trabajo culinario femenino**

Las entrevistas permitieron identificar que la cocina tradicional se sostiene principalmente en el trabajo doméstico y de cuidado realizado por mujeres, el cual ha sido históricamente invisibilizado. Las participantes relataron que la preparación de alimentos implicaba largas jornadas de trabajo, desde la producción de los insumos hasta la elaboración de los platillos.

La entrevistada 4 expresó que "cocinar era cuidar a la familia, no solo dar de comer, sino hacerlo bien para que estuvieran sanos", asociando explícitamente la alimentación con el bienestar y la salud. En este sentido, la cocina tradicional aparece como una práctica central de la economía del cuidado, fundamental para la reproducción social de la comunidad.

**Tabla 5**

*Características del Trabajo Culinario Femenino*

<b>Dimensión analítica</b>	<b>Cocina ancestral</b>	<b>Cocina en transición</b>	<b>Implicaciones socioculturales</b>
Motivación	Orientada a la subsistencia, la satisfacción de necesidades básicas y la reproducción de la vida cotidiana.	Orientada a la practicidad, la optimización del tiempo y la simplificación de procesos.	Cambio en las prioridades domésticas; reconfiguración del sentido de cocinar.
Carga laboral	Alta demanda de trabajo manual mediante técnicas como el uso de metate, leña y nixtamalización.	Reducción del esfuerzo físico a través del uso de tecnologías como licuadora y estufas de gas.	Disminución del tiempo invertido; transformación de las prácticas culinarias tradicionales.
Rol social	División tradicional del trabajo que asigna a las mujeres la responsabilidad del ámbito doméstico y el cuidado familiar.	Mayor acceso de las mujeres a la educación y al trabajo remunerado, aunque persiste la doble carga.	Continuidades y cambios en las desigualdades de género dentro del espacio doméstico.
Transmisión del conocimiento	Aprendizaje oral y práctico desde la infancia como parte de la socialización familiar.	Transmisión fragmentada, con menor interés de las generaciones jóvenes en procesos complejos.	Riesgo de pérdida de saberes; debilitamiento de la continuidad cultural.

**Fuente:** elaboración propia.

### **Transformaciones socioculturales y pérdida de saberes**

Uno de los hallazgos más relevantes es la percepción generalizada de una pérdida progresiva de las recetas tradicionales, asociada a cambios en los estilos de vida, la migración y la creciente preferencia por alimentos industrializados. Las narrativas de las entrevistadas evidencian una ruptura en la transmisión intergeneracional del conocimiento culinario. Como señala la Entrevistada 1, “ahora los jóvenes ya no quieren aprender, prefieren comprar comida hecha”, mientras que la Entrevistada 2 indica que “muchos ingredientes ya no se usan porque tardan mucho o ya no saben igual”.

Este proceso no solo implica la sustitución de ingredientes, sino también un desplazamiento de técnicas y saberes. Las nuevas generaciones privilegian la rapidez y la practicidad, lo que ha reducido el uso de prácticas tradicionales como la molienda manual o la cocción con leña. En este sentido, la transformación tecnológica se vincula directamente con cambios culturales más amplios.

Asimismo, las entrevistadas relacionan estos cambios con transformaciones en la salud y la identidad alimentaria. Desde su perspectiva, la incorporación de productos procesados ha contribuido al incremento de enfermedades: “la juventud piensa que comer carne, comer maruchans es muy nutritivo... pero ya no, por eso tenemos muchas enfermedades” (Entrevistada 3). En contraste, los alimentos tradicionales son valorados como más saludables y “limpios”, al provenir directamente del entorno natural: “esto es sano... solo se da, no lleva nada” (Entrevistada 2).

**Tabla 6**

*Comparativa de Prácticas Culinarias Tradicionales vs Modernas*

<b>Dimensión de análisis</b>	<b>Práctica tradicional</b>	<b>Práctica moderna</b>	<b>Implicaciones socioculturales</b>
Combustible	Uso de leña y ocote como fuentes energéticas locales.	Empleo de gas y electricidad mediante estufas modernas.	Transición energética; cambios en tiempos de cocción y en la relación con el entorno.
Abastecimiento de ingredientes	Recolección local, cultivos propios y consumo de carne de traspatio.	Adquisición en supermercados; predominio de alimentos industrializados y carne de producción intensiva.	Desvinculación del territorio; transformación de la calidad y origen de los alimentos.
Procesamiento (molienda)	Uso de metate y molcajete; técnicas manuales tradicionales.	Uso de licuadoras y molinos industriales que reducen el tiempo de preparación.	Pérdida de técnicas tradicionales; eficiencia a costa de cambios en textura y sabor.
Transmisión del conocimiento	Aprendizaje oral y práctico desde la infancia, dentro del ámbito familiar y comunitario.	Transmisión fragmentada; preferencia por prácticas rápidas y menor involucramiento generacional.	Erosión de saberes tradicionales; debilitamiento de la continuidad cultural.

**Fuente:** elaboración propia.

**Tabla 7**

*Componentes de la Economía del Cuidado en la región*

<b>Actividad de cuidado</b>	<b>Descripción de la práctica</b>	<b>Impacto en la comunidad</b>
Salud preventiva	Gestión de la salud familiar a través del uso de plantas medicinales en la cocina (tés de estafiate, mejorana, entre otros).	Contribuye al bienestar general, preserva saberes tradicionales y reduce la dependencia de medicinas externas.
Sostenibilidad alimentaria	Recolección de quelites, hongos y lengüitas en el monte para complementar la alimentación familiar.	Permite alimentar a familias numerosas con recursos locales y gratuitos, fomentando la seguridad alimentaria.
Solidaridad social	Formación de redes de apoyo entre mujeres durante festividades o bodas, colaborando en la molienda de mole y nixtamal.	Fortalece los vínculos comunitarios, la cooperación y la cohesión social.
Gestión de recursos	Conservación de alimentos mediante técnicas como el secado de carne o calabaza para períodos de escasez.	Garantiza disponibilidad de alimentos en tiempos críticos y transmite conocimientos de manejo sostenible de recursos.

**Fuente:** elaboración propia.

Los resultados muestran que la cocina tradicional no solo cumple una función alimentaria, sino que también actúa como un eje de transmisión cultural, cuidado comunitario y sostenibilidad. Asimismo, las mujeres desempeñan un papel central en la gestión de la salud, la alimentación y la conservación

de recursos, fortaleciendo la cohesión social y la resiliencia comunitaria. En conjunto, estas prácticas muestran que la cocina constituye un espacio de identidad, aprendizaje y cuidado que enfrenta desafíos ante la modernización y la globalización.

## **DISCUSIÓN**

La investigación revela que el patrimonio culinario de Santo Tomás Apipilhuasco está intrínsecamente ligado a la supervivencia y la biodiversidad local. Los hallazgos coinciden con la literatura sobre cultura rural al mostrar una dieta basada en la recolección estacional y el aprovechamiento total de los recursos, como las lengüitas, quelites, malvas y el nopalachicle. Esta cocina se distingue por ser predominantemente vegetal y basada en granos como el maíz, el frijol, el trigo y el haba.

### **Cocina tradicional como patrimonio cultural e identidad local**

#### **La memoria culinaria como herencia intergeneracional**

En las comunidades rurales del centro de México, la cocina constituye un espacio clave de reproducción cultural donde convergen memoria, identidad y supervivencia. En Santo Tomás Apipilhuasco, las recetas ancestrales no solo responden a necesidades alimentarias, sino que expresan formas de entender el mundo y las relaciones familiares, transmitidas principalmente a través de la práctica y la experiencia intergeneracional femenina. Así, la herencia culinaria trasciende técnicas e ingredientes, configurándose como un sistema de conocimiento que sostiene la cohesión social. Cada preparación materializa la memoria colectiva —como el pozole de semilla o el pan de muerto con pulque— y evidencia que la cocina tradicional es un patrimonio vivo, dinámico y en constante reinterpretación (UNESCO, 2003).

#### **Las recetas como expresiones de identidad comunitaria**

Las recetas tradicionales de Santo Tomás Apipilhuasco se fundamentan en el aprovechamiento de los productos del entorno: maíz, haba, frijol, trigo, nopales, hongos y calabaza. Esta base alimentaria constituye un sistema agroalimentario local que refleja tanto las condiciones ecológicas como las relaciones sociales del trabajo campesino.

La cocina, en este sentido, no solo produce alimentos, sino también significados. Preparar una receta tradicional equivale a reafirmar la pertenencia a una comunidad y a un territorio. Cada platillo tiene un contexto histórico y social: el maíz tostado para el pan, los nopales viejitos recolectados del monte o los hongos Sanjuaneros recogidos en temporada de lluvias, reflejando el conocimiento ecológico local, las estrategias de subsistencia y los valores comunitarios.

#### **Economía del cuidado y sostenibilidad doméstica**

##### **El trabajo culinario como economía del cuidado**

La economía del cuidado, compuesta por actividades no remuneradas que sostienen la reproducción material y emocional de la vida (Carrasco, 2014; Pérez Orozco, 2019), se refleja en la cocina tradicional de Santo Tomás Apipilhuasco. A través del trabajo agrícola, la recolección y la preparación de alimentos, las mujeres aseguran la alimentación familiar, transmiten conocimientos ecológicos y fortalecen la cohesión comunitaria. La acción de “dar de comer” combina cuidado afectivo y valor económico, pues sostiene la fuerza de trabajo y constituye un recurso frente a la escasez (Federici, 2012).

La cocina campesina también es un espacio de autonomía y resistencia: las recetas heredadas aseguran subsistencia, independencia simbólica y refuerzan la identidad cultural. Aunque hoy se busca rescatar estas prácticas, se reconoce que se construyeron sobre la explotación del tiempos y esfuerzo

de la mujer, poco valorado históricamente, lo que evidencia la importancia de visibilizar la economía del cuidado como pilar social y cultural.

### **Las recetas como registro histórico y ecológico**

#### **Alimentación y temporalidad agrícola**

Las recetas tradicionales de Santo Tomás Apipilhuasco reflejan los ciclos agrícolas y climáticos de la región, funcionando como un calendario simbólico que vincula al ser humano con la naturaleza. Cada preparación se relaciona con cosechas o festividades, el pozole de semilla se elaboraba tras la recolección de maíz, haba, frijol y trigo, mientras que el chacoalole con calabaza y piloncillo se preparaba durante el Día de Muertos, marcando la madurez de los cultivos.

El conocimiento de los ciclos naturales determinaba qué se consumía y cuándo, desde los hongos de lluvia hasta los nopales o calabazas reservados para épocas de escasez. Esta temporalidad, transmitida oralmente y observada empíricamente, aseguraba un uso racional de los recursos, promoviendo diversidad productiva y evitando desperdicios (Toledo & Barrera-Bassols, 2008). Así, la dieta campesina se configura como un saber ambiental y un testimonio de adaptación comunitaria, donde la cocina funciona como una historia viva que integra cultura, territorio y recursos naturales.

#### **Transformaciones tecnológicas y culturales**

Los cambios tecnológicos y sociales han transformado la organización del trabajo doméstico y la alimentación en Santo Tomás Apipilhuasco. La transición del fuego de leña a estufas de gas o petróleo, y del metate al molino de masa, no solo alteró los instrumentos, sino también los tiempos, roles y relaciones familiares. Como recuerda la entrevistada: "Antes era con puro mesote, guaraña... pero después fue de petróleo", reflejando la adaptación a nuevas fuentes de energía, aunque con pérdida del sentido ritual y comunitario de la preparación colectiva.

La industrialización de insumos básicos, como la masa comprada o la levadura comercial, evidencia la inserción de la comunidad en mercados más amplios y la dependencia de productos externos, generando tensiones entre eficiencia económica y preservación cultural. Esta transformación ha desvinculado la alimentación del territorio, sustituyendo la relación directa con "lo que daba el campo" por lógicas de consumo moderno. Aun así, la memoria culinaria persiste: las mujeres mayores actúan como guardianas de este patrimonio, manteniendo viva la historia social y ecológica del pueblo.

#### **Alimentación, festividad y cohesión social**

##### **La mesa como espacio ritual y comunitario**

En las comunidades rurales, la comida va más allá de la nutrición: funciona como acto social y simbólico que refuerza la pertenencia y los lazos comunitarios. En Santo Tomás Apipilhuasco, las festividades religiosas y familiares giran en torno a la preparación y consumo colectivo de alimentos tradicionales, convirtiendo la cocina en un espacio de memoria y cohesión social.

Desde una perspectiva antropológica, cada plato de estas celebraciones actúa como un ritual de transmisión de valores, jerarquías y recuerdos compartidos (Douglas, 1972). La práctica del Día de Muertos, por ejemplo, combina la preparación del pan de muerto con pulque y la ofrenda de camote y calabaza, conectando la vida cotidiana con la cosmovisión indígena y reafirmando la función espiritual de la cocina. Así, los alimentos se convierten en portadores de significado, cocinar y compartir festivamente recrea la identidad colectiva y fortalece las redes de solidaridad que sostienen la comunidad.

### **Festividades, género y reproducción cultural**

Las festividades culinarias funcionan también como espacios de reproducción de roles de género y de autoridad moral femenina. En Santo Tomás, las mujeres mayores organizan la preparación de los alimentos en fiestas religiosas y familiares, lo que les confiere prestigio y reconocimiento. Dominar la elaboración de mole, pan o pozole de semilla se entiende como un signo de sabiduría y respeto social.

Al mismo tiempo, la cocina festiva articula un modelo de trabajo colectivo femenino, combinando cooperación y jerarquía entre madres, hijas y nueras, y generando redes de apoyo que trascienden la familia nuclear. Estas prácticas representan una forma de liderazgo comunitario femenino, donde la organización de la cocina y el mantenimiento de las tradiciones contribuyen tanto a la reproducción cultural como a la economía moral y afectiva de la comunidad.

### **Dimensión económica del rescate culinario**

#### **Revalorización de productos locales y desarrollo rural**

La cocina tradicional de Santo Tomás Apipilhuasco es, además de patrimonio cultural inmaterial, un recurso económico con potencial para el desarrollo local. Las prácticas agroalimentarias tradicionales permiten generar circuitos económicos alternativos basados en la identidad territorial, el consumo responsable y el turismo cultural (Ploeg, 2010; Schneider & Niederle, 2010). Históricamente, la comunidad ha combinado autosuficiencia alimentaria con pequeños intercambios de productos locales como pulque, hierbas medicinales y panes artesanales, fortaleciendo la autonomía y la cohesión comunitaria.

El pulque, por ejemplo, más allá de su valor ritual y social, posee potencial de comercialización local y regional, mientras que las hierbas medicinales podrían incorporarse a una economía verde orientada al bienestar. El rescate de estas prácticas como estrategia de diversificación económica rural, que permita integrar recetas tradicionales a mercados locales, educación alimentaria y turismo puede generar ingresos para las familias, sobre todo para las mujeres rurales, y al mismo tiempo conservar el patrimonio cultural y ambiental. Así, la identidad alimentaria gestionada de manera sostenible se convierte en un activo económico y simbólico que ofrece alternativas frente a la urbanización, la migración y la presión sobre la agricultura (Bessière, 1998).

#### **Políticas públicas y estrategias de desarrollo regional**

La valorización de la gastronomía tradicional como motor de desarrollo rural requiere políticas públicas que reconozcan el valor económico y cultural del patrimonio alimentario. Organismos internacionales como la UNESCO (2003) destacan la necesidad de integrar la cultura alimentaria en estrategias de desarrollo sostenible, vinculando la conservación del conocimiento ancestral con la generación de empleo y la seguridad alimentaria. En Santo Tomás Apipilhuasco, estas iniciativas podrían traducirse en programas de inventario culinario, ferias agroalimentarias y rutas gastronómicas rurales que visibilicen el trabajo de las mujeres y fomenten circuitos cortos de comercialización.

La colaboración con instituciones académicas, como la Universidad Autónoma Chapingo, y organismos de ciencia y tecnología, como el COMECYT, es clave para documentar, capacitar y difundir los saberes locales, fortaleciendo la cadena de valor del patrimonio alimentario. Estas acciones no solo impactarían la economía, sino también la educación y la cultura, promoviendo orgullo local, dietas saludables y sostenibles. Así, la incorporación del patrimonio culinario en las políticas de desarrollo regional puede consolidar un modelo de economía cultural territorial, donde identidad, conocimiento y recursos locales se conviertan en pilares del bienestar comunitario y la sostenibilidad ambiental (Prats, 2005).

## Implicaciones

Desde el punto de vista teórico, este estudio fortalece enfoques interdisciplinarios que articulan patrimonio cultural, agroecología, desarrollo rural y economía feminista, al mostrar que las recetas tradicionales funcionan como nodos donde convergen dimensiones culturales, ecológicas, económicas y de cuidado. La evidencia empírica confirma que la cocina tradicional es un patrimonio biocultural vivo, dinámico y territorialmente anclado, cuya continuidad depende tanto de la biodiversidad local como de la transmisión intergeneracional del conocimiento.

En el ámbito social y cultural, los resultados evidencian que la identidad culinaria regional actúa como un sistema de resiliencia comunitaria. La cocina no es una práctica aislada, sino un eje que articula valores como solidaridad, cooperación y respeto, expresados históricamente en el trabajo colectivo durante festividades y rituales. La pérdida de recetas implica, por tanto, no solo la desaparición de prácticas alimentarias, sino también la erosión de la memoria histórica y de la cohesión social.

Desde la perspectiva del desarrollo rural y la salud pública, el rescate y documentación de los saberes culinarios se proyectan como estrategias para fortalecer la soberanía alimentaria, revalorizar insumos locales y reducir la dependencia de productos industrializados. Además, abren oportunidades para iniciativas de educación alimentaria, turismo cultural y promoción de dietas saludables, integrando el conocimiento local en políticas comunitarias de prevención y bienestar, y reconociendo la cocina tradicional como recurso estratégico para la salud, la economía y la cohesión social.

## Limitaciones

El estudio presenta limitaciones que conviene considerar al interpretar sus resultados. Aunque el número de entrevistas fue adecuado para un análisis cualitativo profundo, no permite generalizar los hallazgos a otras comunidades, dado el carácter contextual de los saberes documentados. Además, al centrarse principalmente en mujeres adultas y mayores, se restringe la incorporación de perspectivas de jóvenes, cuyos relatos podrían aportar información sobre los procesos contemporáneos de transmisión y resignificación de la cocina tradicional.

Al basarse en historia oral, los conocimientos dependen de la memoria de las entrevistadas, lo que puede implicar pérdida de detalles técnicos, como proporciones, tiempos de preparación o variantes de ciertas recetas, especialmente en prácticas modificadas o sustituidas por versiones comerciales.

Por último, factores externos como la degradación ambiental y el uso creciente de agroquímicos limitan la disponibilidad de ingredientes silvestres tradicionales, dificultando la reproducción fiel de las recetas y la observación de estas prácticas en su contexto ecológico original, afectando la continuidad material del patrimonio culinario.

## Recomendaciones

A partir de los hallazgos, se recomienda que futuras investigaciones incluyan estudios comparativos con otras comunidades rurales del Estado de México y del país para identificar similitudes y particularidades en la transmisión culinaria y la resignificación cultural. Es pertinente incorporar metodologías participativas que involucren a jóvenes y niños, así como profundizar en las potencialidades económicas del patrimonio alimentario, vinculándolo con la economía social y solidaria, el turismo rural y los mercados locales.

También se sugiere desarrollar un catálogo botánico-gastronómico que documente especies de recolección, evaluando su valor nutricional, cultural y de conservación, así como investigar el impacto de agroquímicos en la biodiversidad alimentaria y en la dieta tradicional.

Complementariamente, conviene diseñar programas de revalorización intergeneracional que incluyan desde la nixtamalización hasta la molienda tradicional, con el objetivo de reducir la brecha cultural y asegurar la continuidad de los saberes.

En el ámbito de políticas públicas y educativas, se recomienda establecer marcos normativos que protejan las zonas de recolección y cultivo tradicional, fomenten la soberanía alimentaria mediante semillas criollas y apoyos a la producción campesina, e integren contenidos sobre gastronomía y saberes comunitarios en la educación básica, reconociendo a las mujeres como portadoras de conocimiento.

Desde una perspectiva social, cultural y de género, es importante promover festividades tradicionales, campañas de revalorización de alimentos silvestres y programas que dignifiquen la economía del cuidado, fortaleciendo la autonomía femenina.

Finalmente, se sugiere impulsar huertos familiares y comunitarios que reproduzcan las condiciones del monte y recuperar espacios de molienda y uso compartido de herramientas tradicionales, garantizando la continuidad de prácticas culinarias esenciales para la identidad, la cohesión social y la sostenibilidad territorial.

### **CONCLUSIÓN**

El presente estudio analizó el rescate de las recetas tradicionales y ancestrales de Santo Tomás Apipilhuasco como expresión del patrimonio cultural inmaterial y como componente del desarrollo rural regional desde perspectivas social y económica. A través de entrevistas en profundidad, se documentaron saberes culinarios transmitidos intergeneracionalmente, que evidencian la estrecha relación entre alimentación, territorio, identidad cultural y organización comunitaria. Las recetas tradicionales constituyen sistemas complejos de conocimiento que integran biodiversidad local, técnicas ancestrales, procesos productivos específicos y valores simbólicos asociados al cuidado, la salud y la convivencia social. Su base alimentaria se sustenta en semillas criollas, productos de recolección silvestre como quelites, malvas, lengüitas y hongos de temporada, y en tecnologías tradicionales como la nixtamalización, la molienda en metate y la cocción en fogones de leña, elementos reconocidos por las portadoras como fundamentales para el sabor, la calidad nutricional y el significado cultural de los alimentos.

Asimismo, la cocina tradicional se articula con la medicina comunitaria, donde ingredientes cotidianos cumplen funciones preventivas y curativas, reforzando la alimentación como práctica integral de cuidado y bienestar, sostenida principalmente por el trabajo doméstico y culinario de las mujeres, históricamente invisibilizado.

El estudio también identificó transformaciones socioculturales que amenazan la continuidad de estos saberes, como la ruptura en la transmisión intergeneracional, la migración, la incorporación de alimentos industrializados y los cambios en los estilos de vida, lo que pone en riesgo la memoria histórica, la autosuficiencia alimentaria y los vínculos comunitarios.

Desde una perspectiva de desarrollo rural, la revalorización de la cocina tradicional ofrece oportunidades para fortalecer la identidad comunitaria, promover la soberanía alimentaria y generar estrategias de desarrollo endógeno basadas en recursos culturales y naturales. En conjunto, el estudio demuestra que preservar los saberes culinarios tradicionales no es solo un acto patrimonial, sino una estrategia social, económica y ambiental para garantizar la sostenibilidad territorial y la continuidad de una forma de vida en equilibrio con la naturaleza y la memoria colectiva.

## REFERENCIAS

- Altieri, M. A., & Nicholls, C. I. (2010). *Agroecología: Teoría y práctica para una agricultura sustentable*. Mundi-Prensa. Recuperado de [https://www.icia.es/icia/download/Agroecología/Material/Teoria\\_agricultura\\_sustentable.pdf](https://www.icia.es/icia/download/Agroecología/Material/Teoria_agricultura_sustentable.pdf)
- Bessièrè, J. (1998). Local development and heritage: Traditional food and cuisine as tourist attractions in rural areas. *Sociologia Ruralis*, 38(1), 21–34. <https://doi.org/10.1111/1467-9523.00061>
- Carrasco, C. (2014). La economía del cuidado: Una propuesta necesaria. *Revista de Economía Crítica*, (18), 7–37. <https://www.legisver.gob.mx/equidadNotas/publicacionLXIII/Revista%20de%20Economía%20Crítica%205%20-%20La%20economía%20del%20cuidado.pdf>
- Coraggio, J. L. (2015). *La economía social y solidaria: El trabajo antes que el capital*. Abya-Yala. Recuperado de [https://dhs.hegoa.ehu.eus/uploads/resources/5448/resource\\_files/Coraggio\\_ESS\\_Trabajo\\_antes\\_que\\_e\\_capital.pdf](https://dhs.hegoa.ehu.eus/uploads/resources/5448/resource_files/Coraggio_ESS_Trabajo_antes_que_e_capital.pdf)
- Douglas, M. (1972). Deciphering a meal. *Daedalus*, 101(1), 61–81. Recuperado en
- Federici, S. (2012). *Revolución en punto cero: Trabajo doméstico, reproducción y luchas feministas. Traficantes de Sueños*. Recuperado de : <https://traficantes.net/sites/default/files/pdfs/Revolucion%20en%20punto%20cero-TdS.pdf>
- García Canclini, N. (1999). *La globalización imaginada*. Paidós. Recuperada de <https://scispace.com/pdf/la-globalizacion-imaginada-4c1j3umufy.pdf>
- Ingold, T. (2000). *The perception of the environment: Essays on livelihood, dwelling and skill*. Routledge. Recuperado el 18 de febrero de 2026 <https://leiaarqueologia.wordpress.com/wp-content/uploads/2017/08/the-perception-of-the-environment-tim-ingold.pdf>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2021). *Censo de Población y Vivienda 2020. Municipio de Tepetlaoxtoc, Estado de México*. <https://www.inegi.org.mx/programas/ccpv/2020/>
- Mapcarta. (s. f.). Santo Tomás Apipilhuasco map location in Mexico. Recuperado el 12 de febrero de 2026, de <https://mapcarta.com/es/19379318>
- Mintz, S. (1985). *Sweetness and power: The place of sugar in modern history*. Penguin Books. Recuperado en [https://is.muni.cz/el/fss/jaro2017/SAN106/\\_Sidney\\_W.\\_Mintz\\_\\_Sweetness\\_and\\_Power.pdf](https://is.muni.cz/el/fss/jaro2017/SAN106/_Sidney_W._Mintz__Sweetness_and_Power.pdf)
- Pérez Orozco, A. (2019). *Subversión feminista de la economía: Aportes para un debate sobre el conflicto capital-vida*. Traficantes de Sueños. Recuperado en [https://traficantes.net/sites/default/files/pdfs/Subversión%20feminista%20de%20la%20economía\\_Traficantes%20de%20Sueños.pdf](https://traficantes.net/sites/default/files/pdfs/Subversión%20feminista%20de%20la%20economía_Traficantes%20de%20Sueños.pdf)
- Ploeg, J. D. van der. (2010). *Los nuevos campesinos: Campesinos e imperios alimentarios*. Icaria. Recuperado el 12 de diciembre en [https://jandouwvanderploeg.com/ESP/doc/nuevos\\_campesinos\\_campesinos\\_e\\_imperios\\_alimentar.pdf](https://jandouwvanderploeg.com/ESP/doc/nuevos_campesinos_campesinos_e_imperios_alimentar.pdf)
- Prats, L. (2005). *Concepto y gestión del patrimonio local*. Ariel. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/1809/180913910002.pdf>


Schneider, S., & Niederle, P. (2010). Resistance strategies and diversification of rural livelihoods: The construction of autonomy among Brazilian family farmers. *Journal of Peasant Studies*, 37(2), 379–405. Recuperado en

[https://www.researchgate.net/publication/248943654\\_Resistance\\_Strategies\\_and\\_Diversification\\_of\\_Rural\\_Livelihoods\\_The\\_Construction\\_of\\_Autonomy\\_among\\_Brazilian\\_Family\\_Farmers/link/564520a808ae451880a8b81f/download?\\_tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIiwicGFZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIn19](https://www.researchgate.net/publication/248943654_Resistance_Strategies_and_Diversification_of_Rural_Livelihoods_The_Construction_of_Autonomy_among_Brazilian_Family_Farmers/link/564520a808ae451880a8b81f/download?_tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIiwicGFZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIn19)

Toledo, V. M., & Barrera-Bassols, N. (2008). La memoria biocultural: La importancia ecológica de las sabidurías tradicionales. *Icaria*. Recuperado el 22 de febrero en Toledo, V. M., & Barrera Bassols, N. (2009). La memoria biocultural. La importancia ecológica de las sabidurías tradicionales. *Ciencias*, 96(096). Recuperado a partir de <https://www.revistas.unam.mx/index.php/cns/article/view/17958>

UNESCO. (2003). Convención para la salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial. Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. Recuperado de <https://ich.unesco.org/es/convención>

Yúnez-Naude, A. (2020). Economía rural y pobreza en México: estructuras, políticas y perspectivas. Colegio de México. Recuperado de <https://2010.colmex.mx/16tomos/XI.pdf>

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) .