

Desafíos para una nutrición intercultural en el diseño de políticas públicas y programas sociales en México

Challenges in integrating intercultural nutrition into the design of public policies and social programs in Mexico

Fernando Chávez-Corona* , Dennis Alberto Meza Peña , Iris Mireille Ramírez Canales 

Maestría en Ciencia del Comportamiento con orientación en Alimentación y Nutrición, Universidad de Guadalajara

*Centro Universitario del Sur, Avenida E. Arreola Silva 883, 49000 Ciudad Guzmán, Jalisco, México, fernando.chavez2780@alumnos.udg.mx

Perspectiva de estudiantes

Resumen

En México, las políticas públicas orientadas a combatir la desnutrición han logrado avances en términos de cobertura y reducción de indicadores específicos, pero persisten desafíos significativos cuando se trata de atender a las comunidades rurales e indígenas desde un enfoque culturalmente pertinente. Este artículo de perspectiva revisa las limitaciones del paradigma de la nutrición basada en evidencias en contextos diversos, subrayando la necesidad de transitar hacia un modelo de nutrición intercultural que integre los saberes locales, el comportamiento alimentario y el derecho a una alimentación adecuada. A través de una revisión conceptual, se abordan seis temas: el concepto y limitaciones de la nutrición basada en evidencia; la situación nutricional y sociocultural de los pueblos indígenas mexicanos; la evaluación y transformación de la cultura alimentaria en México; la caracterización de la dieta mesoamericana, así como una caracterización de los programas sociales y el aporte de la antropología alimentaria al diseño de políticas públicas. Se enfatiza en la necesidad de replantear los modelos institucionales para garantizar el derecho a una alimentación adecuada, pertinente y sostenible. De este modo, las estrategias alimentarias deben construirse desde la participación comunitaria, reconociendo la riqueza de los sistemas alimentarios tradicionales. Esto implica no solo adaptar los programas a las lenguas, cosmovisiones y prácticas locales, sino también incorporar enfoques territoriales, agroecológicos en las intervenciones alimentarias.

Palabras clave: políticas públicas, programas sociales, interculturalidad, nutrición, comportamiento alimentario

Abstract

In Mexico, public policies aimed at addressing malnutrition have made progress in terms of coverage and the reduction of specific indicators. However, significant challenges remain in addressing the needs of rural and Indigenous communities through a culturally appropriate approach. This perspective article examines the limitations of the evidence-based nutrition paradigm in culturally diverse contexts, highlighting the need to move toward an intercultural nutrition model that integrates local knowledge, eating behavior, and the right to adequate food. Through a conceptual review, six topics are addressed: the concept and limitations of evidence-based nutrition; the nutritional and sociocultural situation of Indigenous peoples in Mexico; the evaluation and transformation of Mexican food culture; the characteristics of the Mesoamerican diet; the main features of social programs; and the contribution of food anthropology to the design of public policy. The need to rethink institutional models in order to guarantee the right to adequate, culturally adequate, and sustainable food is emphasized. Therefore, nutrition strategies must be built through community participation, recognizing the richness of traditional food systems. This involves not only adapting programs to local languages, worldviews, and practices, but also incorporating territorial and agroecological approaches into food-related interventions.

Keywords: public policies, social programs, interculturality, nutrition, eating behavior

Recibido: 24-05-2025

Aceptado: 30-05-2026

Volumen 6, núm. 11

Julio - Diciembre de 2026

<https://doi.org/10.32870/jbf.v6i11.104>

v6i11.104



Copyright: © 2026 by the authors. This is an open-access perspective distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (CC BY). The use, distribution or reproduction is permitted, provided the original author(s) and the copyright owner(s) are credited and that the original publication in this journal is cited, in accordance with accepted academic practice. No use, distribution or reproduction is permitted which does not comply with these terms.

Introducción

Actualmente, aunque México lidera las estadísticas globales de obesidad, la desnutrición persiste como un problema crítico, particularmente en los niños de pueblos indígenas. Según datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT), la desnutrición crónica afecta al 24.5% de los hogares indígenas, en comparación con el 17.5% en hogares con mayores carencias socioeconómicas y el 15.3% en aquellos con inseguridad alimentaria moderada a severa (Rivera-Dommarco et al., 2024). El gobierno mexicano ha implementado diversos programas y estrategias para combatir la desnutrición en comunidades indígenas como el Programa Abasto Social de Leche, Programa de Salud y Nutrición para Pueblos Indígenas y Casas y Comedores del Niño Indígena (INPI) (Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural, 2022). Sin embargo, aunque las políticas y programas implementados han contribuido a mejorar la situación nutricional de las comunidades indígenas en México, es evidente que se requiere replantear los programas para mejorar la salud y nutrición de los habitantes, ya que estos actualmente se diseñan según una concepción reduccionista de los hábitos y estilos de vida: si se consigue cambiarlos, se combate o previene la enfermedad (Gutiérrez et al., 2012).

La principal causa de esta problemática es que los programas sociales no han sido diseñados desde la cultura alimentaria de estas comunidades indígenas y las acciones implementadas han sido aisladas, sin una visión integral orientada al desarrollo sustentable (Crocker-Sagastume et al., 2004). La cultura desempeña un papel determinante en el comportamiento alimentario (Gómez Delgado y Velázquez Rodríguez, 2019). Las tradiciones, modos de vida, creencias y simbolismos son elementos clave de la cultura alimentaria, ya que influyen en lo que se consume, en las formas de preparación, en quién asume la responsabilidad de cocinar y en los lugares donde se adquieren los ingredientes (Bertrán, 2006).

Por lo anterior, el objetivo de esta perspectiva es analizar los problemas y limitaciones que enfrenta el diseño de estrategias y programas nutricionales orientados a reducir la prevalencia de desnutrición en comunidades rurales indígenas, así como reevaluar los enfoques aplicados durante su implementación.

Nutrición basada en evidencia, conceptualización y limitaciones

La nutrición basada en evidencia se deriva de la medicina basada en evidencia, utilizando sus principios, pero aplicados a la práctica en el campo de la nutrición (Valenzuela-Rubio, 2023). De acuerdo con los autores del *Evidence Based Medicine Working Group*, es el nuevo paradigma para la práctica de la medicina, restándole importancia a la intuición, así como a la experiencia clínica no sistemática y a la base fisiopatológica, resaltando la importancia de pruebas o evidencias procedentes de la investigación para la toma de decisiones clínicas (Del Olmo et al., 2005; Valenzuela-Rubio, 2023).

En este sentido, se propone que la nutrición basada en evidencia se respalde en las pruebas científicas disponibles tanto para la práctica clínica, como en las recomendaciones a escala comunitaria; sin embargo, se considera que se presentan ciertas limitaciones y problemas en su aplicación, tales como la inexistencia de pruebas sobre la eficacia y beneficio del soporte nutricional en diversas situaciones clínicas, además de las dificultades de diseño y calidad metodológica de los estudios prospectivos aleatorizados, considerados como el

estándar de oro de mayor evidencia científica (Del Olmo et al., 2005).

Asimismo, la búsqueda y generación de conocimiento basado en evidencias presentan otra limitante, especialmente cuando se basa en un modelo homogéneo, sin considerar la interculturalidad de la región, como es el caso de América Latina, particularmente México (Méndez y Robles, 2021). Es por ello que, como lo señalan el CONEVAL y la FAO, muchas intervenciones diseñadas con base en criterios técnicos no logran el impacto esperado al no integrar aspectos como los valores, creencias, sistemas alimentarios ni prácticas cotidianas de los grupos a los que van dirigidos, como en el contexto de la población rural e indígena, donde la noción de “saludable” no siempre coincide con las recomendaciones oficiales, lo que puede provocar resistencia o baja adherencia a los programas de nutrición (Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social [CONEVAL] 2009, 2010; Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura [FAO] y Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2018).

En los contextos rurales e indígenas, los sistemas alimentarios tradicionales suelen responder a cosmovisiones propias de su cultura y la imposición de prácticas alimentarias ajenas, aunque respaldadas por la ciencia, pueden generar conflictos culturales, desconfianza institucional y el abandono de las prácticas saludables locales (Crocker-Sagastume et al., 2004; Gasca, 2022).

Los pueblos indígenas en México

De acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), la cultura se define como el conjunto de rasgos distintivos, espirituales, materiales, intelectuales y afectivos que caracterizan a una sociedad o grupo social, abarcando todas las expresiones artísticas, prácticas comunitarias, sistema de valores, tradiciones y creencias (Diop, 1982). De acuerdo con datos del Instituto Nacional de los Pueblos Indígenas (INPI), en México existen 70 pueblos indígenas, con una población estimada de más de 23 millones de habitantes indígenas por autoidentificación, lo que representa el 19.4% de la población nacional (Instituto Nacional de los Pueblos Indígenas [INPI], 2020), catalogando a México como el país con la mayor población indígena de América Latina en 2020 (Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI], s.f.). Sin embargo, estas poblaciones habitan principalmente en zonas rurales y marginadas, siendo espacios donde existe una precariedad sistemática en las condiciones de vida, comparado con las poblaciones no indígenas (Almonte-Gutiérrez et al., 2024; CONEVAL, 2019a). En este mismo contexto, el CONEVAL ha reportado un incremento de la población de habla indígena en situación de pobreza del 75.8% en 2018 (CONEVAL, 2021) a 76.8% en 2020 (CONEVAL, 2021, 2022).

Los pueblos indígenas se caracterizan por el desarrollo de estrategias en el manejo de agroecosistemas y de los recursos con la finalidad de construir medios y modos de vida, permitiéndoles cubrir las necesidades básicas, haciéndole frente a las condiciones de pobreza (Almonte-Gutiérrez et al., 2024). No obstante, factores como los bajos ingresos, los programas de salud deficientes y la inestabilidad de costos de la canasta básica, se encuentran estrechamente relacionados con la inseguridad alimentaria y nutricional en estos grupos poblacionales (Almonte-Gutiérrez et al., 2024). Aunado a esto, se estima que el 30% de la población indígena presenta

carencia en el acceso a la alimentación, colocando a este sector con mayor nivel de precariedad alimentaria moderada y severa (Álvarez Gordillo, 2022; CONEVAL, 2019b).

Por otra parte, en términos de nutrición, la población indígena presenta una tasa de desnutrición infantil del 33.2%, siendo casi tres veces más alta que en poblaciones no indígenas (10.6%) (Rivera-Dommarco et al., 2013). Además, Álvarez Gordillo (2022) reporta que en zonas rurales se ha consolidado la cultura global de comercialización de alimentos industrializados, derivando en la modificación de prácticas alimentarias tradicionales basadas en el autoconsumo, como el maíz y frijol. Asimismo, menciona que las políticas de salud y alimentación no han sido efectivas, ya que no consideran las condiciones de marginación y pobreza de estas comunidades ni su contexto sociocultural (Álvarez Gordillo, 2022).

Cultura alimentaria en México

A lo largo del tiempo, la cultura alimentaria en México ha experimentado transformaciones significativas que reflejan cambios históricos, sociales y económicos (Gómez Delgado y Velázquez Rodríguez, 2019). En la época prehispánica, la dieta se basaba en alimentos nativos como el maíz, frijol, chile y calabaza, con una fuerte carga simbólica y ritual, y prácticas culinarias saludables como la nixtamalización (Gómez Delgado y Velázquez Rodríguez, 2019). Su cosmovisión sostiene que “se debe comer con el espíritu y con los dioses”, y en este sentido, los alimentos no solo aportan nutrientes, sino también energía sagrada proveniente de ellos. Por ello, es necesario realizar ceremonias para agradecer lo que proporcionan al pueblo (Crocker-Sagastume et al., 2004).

Tras la conquista española, se integraron ingredientes europeos (por ejemplo, trigo, arroz, garbanzos, aceitunas, cerezas, uvas, duraznos y manzanas, así como la carne del cerdo, oveja, gallina, huevos, leche y sus derivados) y métodos de cocción distintos, dando origen a la cocina novohispana (Vargas, 2002). Posteriormente, durante los siglos XIX y XX, la gastronomía mexicana incorporó influencias internacionales que enriquecieron aún más su diversidad. Sin embargo, en las últimas décadas, la globalización y el Tratado de Libre Comercio de América del Norte (TCLAN) han generado un entorno alimentario obesogénico, marcado por el aumento en el consumo de productos ultraprocesados (altamente calóricos y pobres en nutrientes) y bebidas azucaradas (por ejemplo, jarabe de maíz, soya, azúcar, bocadillos altos en calorías, refrescos y productos cárnicos), desplazando la dieta tradicional (Clark et al., 2012).

Este cambio ha contribuido a la coexistencia de obesidad y desnutrición, sobre todo en la población infantil de zonas rurales, así como al aumento de enfermedades crónicas. Ante esta situación, Gómez Delgado y Velázquez Rodríguez (2019) señalan la necesidad de rescatar la dieta tradicional mexicana no solo por su valor nutricional, sino también como parte esencial del patrimonio cultural, y de implementar estrategias educativas que consideren los determinantes sociales y culturales de la alimentación.

Caracterización nutricional de la dieta Mesoamericana

A pesar de los procesos de colonización, modernización y globalización alimentaria, muchas comunidades indígenas en México continúan preservando esta dieta tradicional mexicana como parte fundamental de su herencia cultural y su práctica cotidiana (Gómez Delgado y Velázquez Rodríguez, 2019). El

elemento central en la dieta mesoamericana es el maíz, un cereal que proporciona grandes cantidades de hidratos de carbono y en menor proporción proteínas, grasas, vitaminas y calcio (Serna-Saldívar et al., 2013). Este alimento es consumido diariamente durante todo el año en combinación con frijoles, que contienen altas concentraciones de hierro y proteínas, así como fibra, fósforo, magnesio, zinc, tiamina, niacina y ácido fólico (Ulloa et al., 2011). En este sentido, estos dos alimentos suelen condimentarse con chile (fuente de vitaminas A y C, y un aporte considerable de hierro y potasio); semillas de calabaza (ricas en proteínas, grasas vegetales y vitaminas) y jitomate (con alto contenido de vitamina C) (Crocker-Sagastume et al., 2004; Ruiz-Lau et al., 2011). Cabe mencionar que este patrón alimentario puede incorporar alimentos de temporal, como los guajes (leguminosa rica en proteínas); quelites (alto aporte de vitaminas del complejo B) y nopales (fuente de fibra, carbohidratos y vitaminas del complejo B) (Crocker-Sagastume et al., 2004). Aunado a lo anterior, es importante destacar que estos alimentos combinados adecuadamente pueden aportar los nutrientes básicos para una buena salud.

En este sentido, muchos de estos alimentos continúan consumiéndose en México, dando continuidad cultural alimentaria. Sin embargo, la implementación del TCLAN, firmado entre México, Canadá y Estados Unidos en 1994, generó diversas implicaciones políticas, económicas y sociales en el país, particularmente por la disminución de la autosuficiencia alimentaria derivada del incremento en la importación de granos provenientes de Estados Unidos (Barquera y Arellano, 2025; Novotny et al., 2021; Otero, 2011). Asimismo, las políticas mexicanas alineadas al TCLAN incentivaron a los campesinos y a comunidades indígenas a alejarse de los sistemas tradicionales de producción alimentaria, favoreciendo modelos orientados a cultivos económicamente más rentables y sistemas de monocultivo, lo que desincentivó la producción tradicional de maíz progresivamente (Novotny et al., 2021).

No obstante, Crocker-Sagastume y colaboradores (2004) señalan que otros factores asociados a este problema incluyen el abandono de técnicas tradicionales de cultivo, las cuales han sido sustituidas por métodos modernos; el deterioro del entorno ecológico; la escasez de agua y de abonos orgánicos para enriquecer los suelos; así como las condiciones de pobreza. Como consecuencia, la producción de estos cultivos ya no resulta suficiente para cubrir las necesidades alimentarias durante todo el año en numerosas comunidades rurales e indígenas (Crocker-Sagastume et al., 2004). Ante esto, se ha observado un incremento en el consumo de alimentos altamente procesados, ricos en azúcares, grasas saturadas y sodio, pero con bajo aporte nutricional, ya que son alimentos de bajo costo y de fácil acceso, ocasionando un desplazamiento progresivo de algunos alimentos característicos de la dieta tradicional mesoamericana, contribuyendo al aumento de enfermedades crónicas no transmisibles como obesidad, hipertensión y diabetes mellitus (Aguilar Rodríguez, 2019; Barquera y Arellano, 2025; Gómez Delgado y Velázquez Rodríguez, 2019).

Además, si a esta problemática se le agrega la incorporación de alimentos ajenos a la cultura alimentaria local dentro de los programas sociales de suplementación y complementación alimentaria, se favorece el debilitamiento de los sistemas alimentarios tradicionales y se vuelve comprensible la persistencia de hambre crónica que afecta a numerosas comunidades indígenas (Crocker-Sagastume et al., 2004; Rivera-Dommarco et al., 2024).

Programas y políticas de nutrición en México

Garantizar el acceso de la población a la alimentación representa uno de los desafíos para la sociedad contemporánea, ya que atender a esta demanda conlleva a la articulación de diversas fases, involucrando a distintos agentes y procesos de producción, distribución, nutrición y político (Gasca, 2022). A través de los años, en México se han implementado diversos programas sociales y políticas públicas con enfoque en la alimentación y nutrición; cada uno de estos se ha implementado con diversos objetivos, entre ellos reducir la desnutrición y pobreza alimentaria en poblaciones vulnerables, como los pueblos indígenas (González et al., 2008; González y Cilia, 2019). Dentro de los programas sociales más relevantes se encuentran el Sistema Alimentario Mexicano (SAM), Programa Abasto Social de Leche (PASL), Programa Nacional de Alimentación (PRONAL), Programa de Educación, Salud y Alimentación (PROGRESA), Programa de Desarrollo Humano Oportunidades, Programa Estratégico de Seguridad Alimentaria (PESA), Cruzada Nacional Contra el Hambre (CNCH), Programa de Inclusión Social (PROSPERA) y Programa de la Producción para el Bienestar (PPB) (Gasca, 2022). De acuerdo con González et al. (2008) y Gasca (2022), se distinguen diversos enfoques, estrategias y diseños institucionales de las diversas políticas públicas de alimentación, agrupadas en tres generaciones:

1. Política subsidiaria: caracterizada por el uso de recursos destinados a subsidios generalizados, con programas y acciones de apoyo a los productores rurales y al consumo de productos subsidiados (Gasca, 2022; González et al., 2008).
2. Política alimentaria asistencial: con un enfoque dirigido a mejorar las condiciones familiares, ampliando la provisión y calidad de servicios sociales generales, aumentando la capacidad de consumo y desarrollo de capital humano (Gasca, 2022; González et al., 2008).
3. Política alimentaria concurrente: con una perspectiva hacia una concepción sistémica del problema alimentario, bajo un esquema de articulación y complementariedad en el que diferentes dimensiones, estrategias y las acciones institucionales puedan converger en la alimentación de la población (Gasca, 2022).

A pesar de los esfuerzos y de los objetivos de estos programas sociales y políticas públicas, evaluaciones realizadas por instancias como el CONEVAL, identificaron limitaciones estructurales en la forma en que estas políticas abordan las particularidades de las poblaciones rurales e indígenas (CONEVAL, 2009). Muchos de los programas que se aplican suelen promover el consumo de alimentos fortificados o complementarios ajenos a los hábitos alimentarios locales, lo que vulnera la identidad cultural al desplazar ingredientes nativos y desestructurar los sistemas alimentarios tradicionales en favor de la adopción gradual de los productos industrializados (FAO y OPS, 2018). En este sentido, Espinda Pérez y Galindo Ramírez (2024) señalan la importancia de preservar la alimentación cultural a través del consumo de alimentos frescos, así como la necesidad de contrarrestar el incremento de las cadenas de supermercados, lo cual puede afectar la economía local, sino también los hábitos alimentarios tradicionales y el acceso a alimentos básicos.

Esta imposición puede ocasionar desconfianza, rechazo o bajo consumo. Desde la ciencia del comportamiento, esta resistencia podría comprenderse a través de mecanismos

como la neofobia alimentaria, es decir, el rechazo cultural hacia lo desconocido como medida de protección (Białek-Dratwa et al., 2022; Molina Castillo y Espinoza Ortega, 2024). De acuerdo con Fischler (1995) (citado por Molina Castillo y Espinoza Ortega, 2024), la incorporación de alimentos puede contribuir a la construcción de identidad individual y colectiva, así como al sentido de pertenencia a un grupo o cultura, o contrariamente, traer implicaciones negativas.

Por otra parte, otro factor importante asociado a lo anterior es el uso de mensajes educativos con una visión occidentalizada de la alimentación, sin considerar los sistemas de valores, prácticas simbólicas ni cosmovisiones alimentarias de los pueblos indígenas (FAO y OPS, 2018). Ejemplo de esto es el modelo del Plato del Bien Comer, herramienta utilizada para la promoción de salud y orientación alimentaria; sin embargo, su uso es poco viable en regiones rurales o indígenas, debido a que contiene alimentos desconocidos por esta población, así como la falta de acceso a supermercados o la carencia de recursos económicos (Cabrera-Araujo et al., 2018).

El rol de la antropología de la alimentación

La antropología de la alimentación es una rama de la antropología social que estudia la alimentación como un fenómeno cultural, simbólico, social y político, permitiendo comprender que el acto de alimentarse no se limita a la ingestión de nutrientes, sino que está mediado por significados, emociones, prácticas comunitarias y sistemas de creencias (Saucedo, 2011). Uno de los aportes más relevantes de la antropología de la alimentación es su capacidad de analizar los sistemas alimentarios en su totalidad, incluyendo procesos de producción, distribución, preparación, consumo y significado social de los alimentos, lo que permite identificar las lógicas locales que guían el comportamiento alimentario en diferentes contextos (Guidonet, 2007).

En el caso de las poblaciones indígenas de México, la antropología de la alimentación ha documentado cómo la alimentación está profundamente ligada a la cosmovisión, los rituales y la relación con el territorio, como ocurre en algunas comunidades, donde los alimentos tradicionales no se valoran por su función nutricional, sino también por su vínculo espiritual y el papel que desempeñan en las celebraciones colectivas (Bertrán, 2006; Crocker-Sagastume et al., 2004; Gómez Delgado y Velázquez Rodríguez, 2019). Estas prácticas otorgan un sentido de identidad y pertenencia, que difícilmente puede ser reemplazado por esquemas alimentarios estandarizados (Bertrán, 2006). Al incorporar una metodología como la observación participante, las historias de vida y estudios de caso, esta disciplina permite construir conocimiento situado, que visibiliza las estrategias de resistencia, adaptación y reinterpretación cultural que las comunidades enfrentan ante los cambios alimentarios impuestos por la globalización, la migración y la implementación de políticas públicas (Conteras y Gracia, 2007; Díaz, 2012).

En este sentido, incluir la antropología de la alimentación en el diseño de programas sociales y políticas públicas de alimentación y nutrición no debe considerarse como una opción accesorio, sino como una necesidad epistemológica (Carrasco Henríquez, 2007; Díaz, 2012). Esto implica reconocer la diversidad como una riqueza, no como un obstáculo y asumir que los cambios en los patrones alimentarios son sostenibles a través del tiempo solo si son culturalmente significativos para quienes los viven (Carrasco Henríquez, 2007). Asimismo, este

enfoque se encuentra en concordancia con los Objetivos del Desarrollo Sostenible (ODS), particularmente el ODS 2: Hambre Cero, el ODS 4: Educación de Calidad, y el ODS 10: Reducción de las Desigualdades, al promover políticas que valoren los saberes tradicionales de las comunidades, fomentando la equidad cultural, en el derecho a una alimentación adecuada (Organización de las Naciones Unidas [ONU], s.f.).

Conclusión

Las nuevas propuestas para el desarrollo de programas sociales enfocados a la nutrición deberían considerar el uso de productos locales con los que las comunidades rurales e indígenas se sientan identificadas, así como la enseñanza de técnicas sostenibles para la producción de composta, fertilizantes e insecticidas orgánicos, además del cultivo de árboles frutales, hortalizas y cereales tradicionales, como el amaranto. La implementación de estos programas debe considerar, en primer lugar, la adaptación de los contenidos y estrategias educativas a las lenguas originarias y, en segundo, las experiencias históricas de exclusión, desconfianza y falta de pertinencia cultural que han caracterizado diversas políticas dirigidas a los pueblos indígenas.

En este contexto, el diseño de programas debe enfatizar la necesidad de desarrollar intervenciones orientadas a modificar el comportamiento alimentario de forma gradual, sutil y respetuosa, no como una reestructuración impositiva de sus hábitos o tradiciones. Para ello, podrían incorporarse estrategias basadas en principios de la arquitectura de decisiones, facilitando la elección de alimentos o técnicas saludables dentro de su propio entorno cultural y alimentario. Es decir, en lugar de prohibir o exigir cambios abruptos, se diseñan alternativas o estrategias que podrían apoyarse en los saberes, conocimientos y tecnologías agrícolas locales como mecanismos para fortalecer los modelos alimentarios sustentables y recuperar la cultura alimentaria tradicional de esta población. La transición hacia estos modelos participativos implica reconocer a las comunidades indígenas no como beneficiarias pasivas, sino como agentes con saberes válidos y soluciones propias. La revalorización de la dieta tradicional y el respeto por los vínculos espirituales y territoriales de los pueblos son aspectos fundamentales que deben integrarse en el diseño e implementación de cualquier intervención alimentaria.

Referencias

- Aguilar Rodríguez, S. (2019). Raza y alimentación en el México del siglo XX. *INTER DISCIPLINA*, 7(19), 119–138. <https://doi.org/10.22201/ceiich.24485705e.2019.19.70290>
- Almonte-Gutiérrez, Z. Z., Morales-Jiménez, J., Jaramillo-Villanueva, J. L., Díaz-Ruiz, R., y Díaz-Cervantes, R. (2024). Pobreza alimentaria rural y medios de vida en el municipio de Zacapoaxtla, Puebla. México. *Estudios Sociales. Revista de Alimentación Contemporánea y Desarrollo Regional*, 34(64), e241546. <https://doi.org/10.24836/es.v34i64.1546>
- Álvarez Gordillo, G. C. (2022). Población indígena, entre la alimentación inadecuada. <https://www.ecosur.mx/poblacion-indigena-entre-la-alimentacion-inadecuada/>
- Barquera, S., y Arellano, M. (01 de octubre de 2025). La transición alimentaria en México: una amenaza para la salud humana y planetaria. *Instituto Nacional de Salud Pública*. <https://www.insp.mx/informacion-relevante/la-transicion-alimentaria-en-mexico-una-amenaza-para-la-salud-humana-y-planetaria>
- salud-humana-y-planetaria
- Bertrán, M. (2006). La alimentación indígena de México como rasgo de identidad. En A. L. Alonzo y F. Peña (Coords.), *Cambio social, antropología y salud* (pp. 167-175). CONACULTA.
- Białek-Dratwa, A., Szczepańska, E., Szymańska, D., Grajek, M., Krupa-Kotara, K., y Kowalski, O. (2022). Neophobia - A natural developmental stage or feeding difficulties for children? *Nutrients*, 14(7), 1521. <https://doi.org/10.3390/nu14071521>
- Cabrera-Araujo, Z. M., Hernández-Escalante, V. M., Marín-Cárdenas, A. D., Murguía-Argüelles, R., Magaña-Be, N., Ramón-Escobar, K., Hirose-López, J., Tuz-Chi, L., Salas-Góngora, A., Peña-Alcocer, J., Tumas, N., Castro-Sansores, C. J., y Juárez-Ramírez, C. (2018). Opiniones de adolescentes sobre el Plato del Bien Comer Maya como herramienta de promoción de la salud. *Salud Pública de México*, 61(1), 72-77. <https://doi.org/10.21149/9362>
- Carrasco Henríquez, N. (2007). Desarrollos de la antropología de la alimentación en América Latina: Hacia el estudio de los problemas alimentarios contemporáneos. *Estudios sociales*, 15(30), 80-101. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0188-45572007000200003&lng=es&nrm=iso&tlng=es
- Clark, S. E., Hawkes, C., Murphy, S. M. E., Hansen-Kuhn, K. A., y Wallinga, D. (2012). Exporting obesity: US farm and trade policy and the transformation of the Mexican consumer food environment. *International Journal of Occupational and Environmental Health*, 18(1), 53-64. <https://doi.org/10.1179/1077352512Z.0000000007>
- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social. (2009). *Mejorando el desempeño del presupuesto: Políticas públicas de nutrición basadas en la evidencia*. https://www.coneval.org.mx/rw/resource/coneval/med_pobreza/banco_mundial/nota8.pdf
- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social. (2010). *Informe de evolución histórica de la situación nutricional de la población y los programas de alimentación, nutrición y abasto en México*. (Primera edición). CONEVAL. https://www.coneval.org.mx/rw/resource/coneval/info_public/pdf_publicaciones/evolucion_historica_050411.pdf
- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social. (2019a). *La pobreza en la población indígena de México, 2008-2018*. https://www.coneval.org.mx/Medicion/MP/Documents/Pobreza_Poblacion_indigena_2008-2018.pdf
- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social. (2019b). La población indígena es el grupo que presenta la mayor carencia por acceso a la alimentación. [Comunicado de prensa]. https://www.coneval.org.mx/SalaPrensa/Comunicadosprensa/Documents/2019/NOTA_INFORMATIVA_DIA_MUNDIAL_DE_LA_ALIMENTACION.pdf
- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social. (2021, 5 de agosto). *CONEVAL presenta las estimaciones de pobreza multidimensional 2018 y 2020* [Comunicado de prensa]. https://www.coneval.org.mx/SalaPrensa/Comunicadosprensa/Documents/2021/COMUNICADO_009_Medicion_pobreza_2020.pdf
- Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social. (2022). *Educación para la población indígena en México: el derecho a una educación intercultural bilingüe*. México.
- Contreras, J., y Gracia, M. (2007). Alimentación y cultura. Perspectivas antropológicas. *Investigaciones Sociales*,

- 11(19), 387-392. <https://doi.org/10.15381/is.v11i19.8073>
- Crocker-Sagastume, R., Cosío González, A., López López, M., Ruiz Domínguez, L., Andrade Ureña, D., y Gutiérrez Gómez, Y. (2004). Interculturalidad alimentario-nutricional en la etnia Wixarika de México. *Revista Española de Salud Pública*, 78(6), 691-700. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1135-57272004000600004&lng=es&nrm=iso&tlng=es.
- Del Olmo, D., Alcázar, V., y López Del Val, T. (2005). Nutrición basada en la evidencia: Presente, limitaciones y futuro. *Endocrinología y Nutrición*, 52, 2-7. <http://www.elsevier.es/es-revista-endocrinologia-nutricion-12-articulo-nutricion-basada-evidencia-presente-limitaciones-futuro-13088199>
- Díaz, D. M. (2012). Los métodos cualitativos y la antropología alimentaria. *Diaeta*, 30(141), 25-36. https://www.researchgate.net/publication/262662355_Los_metodos_cualitativos_y_la_antropologia_alimentaria
- Diop, C. A. (1982). *Los tres pilares de la identidad cultural*. UNESCO. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000069316_spa
- Esponda Pérez, J. A., y Galindo Ramírez, S. M. (2024). Antropología y seguridad alimentaria en Ocozocoautla, Chiapas: Análisis cultural, político y social a través de las prácticas alimentarias. *Anales de Antropología*, 58(1), 105-116. <https://doi.org/10.22201/iaa.24486221e.2024.58.1.83934>
- Gasca, J. (2022). Las políticas alimentarias en México. En R. Cordera y A. Ziccardi (Comps.), *Las políticas sociales de México: Derechos constitucionales, arquitectura institucional, 2000-2018* (pp. 175-191). Siglo Veintiuno Editores.
- Gómez Delgado, Y. y Velázquez Rodríguez, E. B. (2019). Health and food culture in Mexico. *Revista Digital Universitaria*, 20(1). <https://doi.org/10.22201/codeic.16076079e.2019.v20n1.a6>
- González, A., y Cilia, V. G. (2019). Inseguridad alimentaria en la población rural indígena. *Universitarios Potosinos*, 237, 18-21.
- González, T., Rivera-Dommarco, J. A., López, G., y Rubio, G. M. (2008). *Nutrición y Pobreza: Política pública basada en evidencia*. SEDESOL.
- Guidonet, A. (2007). *La antropología de la alimentación*. Editorial UOC. <https://openaccess.uoc.edu/bitstream/10609/110906/9/La%20antropología%20de%20la%20alimentación%20CAST.pdf>
- Gutiérrez, J. P., Rivera, J., Shamah-Levy, T., Villalpando, S., Franco, A., Cuevas, L., Romero, M., y Hernández, M. (2012). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012. Resultados Nacionales*. Instituto Nacional de Salud Pública.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (s.f.). *La población indígena en México*. https://beta.cuentame.inegi.org.mx/explora/poblacion/pueblos_indigenas/#:~:text=En%202020%2C%20se%20estim%C3%B3%20que,por%20eso%20hay%20que%20preguntar
- Instituto Nacional de los Pueblos Indígenas. (2020). *Población autoadscrita indígena y afromexicana e indígena en hogares con base en el Censo de Población y Vivienda 2020*. <https://www.inpi.gob.mx/indicadores2020/>
- Méndez, M. A., y Robles, B. A. (2021). Nutrición Basada en Evidencia para la práctica comunitaria: Entre la búsqueda de la científicidad y la homogeneidad clínica. *DIVULGARE Boletín Científico de la Escuela Superior de Actopan*, 8(15), 1-7. <https://doi.org/10.29057/esa.v8i15.6289>
- Molina Castillo, S., y Espinoza Ortega, A. (2024). Conocer la neofobia alimentaria para incentivar el consumo de alimentos de recolección. *Enfoque Rural*, 2(2), 11-15. <https://enfoquerural.uaemex.mx/article/view/24917>
- Novotny, I. P., Tiltonell, P., Fuentes-Ponce, M. H., López-Ridaura, S., y Rossing, W. A. H. (2021). The importance of the traditional milpa in food security and nutritional self-sufficiency in the highlands of Oaxaca, Mexico. *PLOS ONE*, 16(2), e0246281. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246281>
- Organización de las Naciones Unidas. (s. f.). Objetivos y metas de desarrollo sostenible. Desarrollo Sostenible. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, y Organización Panamericana de la Salud. (2018). *Políticas y programas alimentarios para prevenir el sobrepeso y la obesidad: Lecciones aprendidas*. FAO.
- Otero, G. (2011). Neoliberal globalization, Nafta, and migration: Mexico's loss of food and labor sovereignty. *Journal of Poverty*, 15(4), 384-402. <https://doi.org/10.1080/10875549.2011.614514>
- Rivera-Dommarco, J. A., Cuevas-Nasu, L., y De Cosío, T. G. (2013). Desnutrición crónica en México en el último cuarto de siglo: Análisis de cuatro encuestas nacionales. *Salud Pública de México*, 55(Supl.2), 161. <https://doi.org/10.21149/spm.v55s2.5112>
- Rivera-Dommarco, J. A., Cuevas-Nasu, L., Bonvecchio-Arenas, A., Unar-Munguia, M., Gómez-Acosta, L. M., Muñoz-Espinosa, A., García-Feregrino, R., Ávila-Arcos, M. A., Méndez-Gómez-Humarán, I., Ávila-Curiel, A., Galindo-Gómez, C., y Shamah-Levy, T. (2024). Mala nutrición en menores de cinco años. *Salud Pública de México*, 66(4), 395-403. <https://doi.org/10.21149/15864>
- Ruiz-Lau, N., Medina, F. y Martínez, M. (2011) El chile habanero: su origen y usos. *Ciencia*, 63(3), 70-76.
- Saucedo, G. (2011). Antropología alimentaria y nutricional. En A. Barragán Solís y L. González Quintero (Eds.). *La complejidad de la antropología física. T. 1* (1. ed). Instituto Nacional de Historia y Antropología.
- Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural. (2022). *Conoce todo sobre el Programa Abasto Social de Leche*. <https://www.gob.mx/agricultura/articulos/conoce-todo-sobre-el-programa-abasto-social-de-leche>
- Serna-Saldívar, S. O., Gutiérrez-Urbe, J. A., Mora-Rochin, S., y García-Lara, S. (2013). Potencial nutraceutico de los maíces criollos y cambios durante el procesamiento tradicional y con extrusión. *Revista Fitotecnica Mexicana*, 36(3-S3-A), 295. <https://doi.org/10.35196/rfm.2013.3-S3-A.295>
- Ulloa, J. A., Rosas, P., Ramírez, J. C., y Ulloa, B. E. (2011). El frijol (*Phaseolus vulgaris*): su importancia nutricional y como fuente de fitoquímicos. *Revista Fuentes*, 3(8). <https://aramara.uan.mx/bitstream/123456789/582/1/EI%20frijol%2028Phaseolus%20vulgaris%29%2C%20su%20importancia%20nutricional.pdf>
- Valenzuela-Rubio, N. G. (2023). Nutrición basada en la evidencia. *Revista Especializada de Nutrición (ReNut)*, 16(1), 2086-2088. <https://doi.org/10.52099/renut.v16i1.299>
- Vargas, A. (2002). La alimentación de los criollos y mestizos en el México colonial. En D. Alarcón y H. Bourges (Eds.), *La alimentación de los mexicanos* (pp. 47-66). El Colegio Nacional.