

Una revista de colección

Cuadernos de

nutrición

Volumen 44 Número 4 Periodo julio / agosto 2021



**Trabajo
comunitario
con mujeres**

**Verduras e ideas
para prepararlas**

**Los chiles
que dan sabor
al mundo**



INCMNSZ

Fundador

Salvador Zubirán Anchondo*

Consejo Consultivo

Víctor Gavito M., Manuel Martínez D., Julio Monteverde Z., Simón Nizri C., Sergio Reyes Osorio, Raúl Quintana N., Enrique Rubio L., Rosalío Rodríguez R., Azucena Suárez De M.

Director y Editor Emérito

Héctor Bourges Rodríguez

Directores y Editores

Martha Kaufer Horwitz
Carlos Alberto Aguilar Salinas

Editores Asociados

Josefina C. Morales de León, Jeanette Pardío López, Victoria Ramos Barragán, Luis Alberto Vargas Guadarrama

Comité Editorial

Paris Aguilar Piña, Jiapsi Arias, Sarah Bak-Geller, Salvador Badui Dergal, Lilia Castillo Martínez, Luz María de Regil, Guadalupe Esquivel Flores, Amanda Gálvez, Vera González Inzunza, Zazil Olivares Sandoval, Otilia Perichart Perera, Rosa María Ramos, Aurora Serralde, Loredana Tavano, Colaizzi, Elizabeth Tejero Barrera

Coordinación Editorial

Vanessa Orozco Márquez

Asistente Administrativa

Guadalupe Roldán Roldán

Promoción de Suscripciones

Roberto Rodríguez Martínez,
Luis Manuel Sandate Rojas

Diseño gráfico

Artecomun

Oficinas

Altata 51 Planta Baja, Col. Hipódromo Condesa,
CP 06170, Ciudad de México,
Tels. y fax: 5515 1939 y 5272 6207
Correo electrónico: cuadernos@fns.org.mx



FOMENTO DE NUTRICIÓN Y SALUD, A.C.

Consejo Directivo

Presidente José Ernesto Costemalle Botello

Secretario José Urquiaga Blanco

Tesorero Enrique Jiménez Espriu

Vocales Héctor Bourges R.,
Manuel Campuzano F.,
Fernando Gabilondo N.,
Eduardo García García,
Clara Jusidman de B.,
David Kershenobich S.,
Ana Bertha Pérez Lizaur,
Enrique Ríos Espinosa

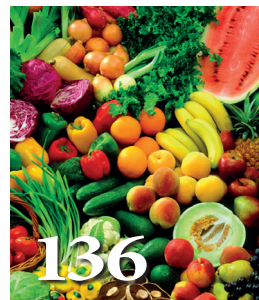
Director General Benjamín Gutiérrez Onofre

ISSN-0186-3274

Cuadernos de Nutrición es una publicación bimestral editada por Fomento de Nutrición y Salud, A.C., que tiene como fin divulgar el conocimiento de la nutrición básica y aplicada, así como la economía, la producción y la tecnología de los alimentos. Los artículos firmados son responsabilidad exclusiva de sus autores y no reflejan necesariamente la opinión de los editores. El contenido de Cuadernos de Nutrición, incluido el material gráfico, está sujeto a la Ley de Derechos de Autor, y sólo podrá ser reproducido mediante previo permiso por escrito de los editores y siempre con el requisito de que se mencione la fuente. Certificado de licitud de título y contenido por la Comisión Certificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas No. 16918, expediente número CCPRI/3/TC/17/20832. Reserva los Derechos al uso exclusivo de título Cuadernos de Nutrición número 04-1984-00000000090-102 expedido por la Dirección General de Derecho de Autor. Registro como publicación periódica expedido por la Dirección de Correos No. PP 09-0205, características 229421122; oficio número 317, expediente 091.70/2123. Incluida en la base Periódica, en el catálogo RENCIS del CICH y en el catálogo SERIUNAM que publica la DGB. Los contenidos de la publicidad son responsabilidad de las instituciones o empresas anunciantes.

SUMARIO

CUADERNOS DE NUTRICIÓN / VOLUMEN 44 / NÚMERO 4 / JULIO-AGOSTO 2021



122 EDITORIAL

México, mosaico alimentario: las canastas regionales del bien comer

124 DEL MUNDO DE LA NUTRIOLOGÍA
Experiencia en el trabajo rural comunitario con mujeres indígenas y afromexicanas de Oaxaca

131 CONTEXTO HISTÓRICO Y CULTURAL DE LA ALIMENTACIÓN
¡Fuera con la copa!
Cruzada de la Iglesia Metodista Episcopal contra la cerveza a través del periódico El Abogado Cristiano Ilustrado, 1882-1917

136 EN EL CENTRO DEL INTERÉS
En el año de las verduras y las frutas

146 ¿CÓMO HACER PARA...
¿Cómo hacer para agregar más verduras a sus platillos?

149 BOCADOS DE NUESTRA HISTORIA: MEMORIA DE LA ALIMENTACIÓN HUMANA
El *Pan de San Carlos* y el combate a la tortilla.
Un antecedente poco conocido de las políticas públicas alimentarias en México (1786-1806)

151 RECOMENDACIONES PARA LEER
Presentación del libro llamado "Los chiles que le dan sabor al mundo"

157 INFORMACIÓN PARA LOS AUTORES

158 PIZARRA



FOTOGRAFÍA / CORTESÍA: SILVIA DíEZ-URDANIVIA CORIA

Experiencia en el trabajo rural comunitario con mujeres indígenas y afroamericanas de Oaxaca

Silvia Díez-Urdanivia Coria

*Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán
Centro de Capacitación Integral para Promotores Comunitarios (CECIPROC)*

Es para mí un placer compartir con ustedes mi experiencia de trabajo que realmente cambió mi vida y me permitió conocer la realidad de este maravilloso país. Desde que estaba en la universidad estudiando la Licenciatura en Nutrición y Ciencia de los Alimentos mi ilusión fue siempre tra-

bajar en comunidades indígenas. Nací en la Ciudad de México pero desde muy chica, a los 9 años, me fui a vivir a Chiapas, por cierto hermoso Estado, y cuando mi papá nos llevaba de paseo a Los Altos de Chiapas y a la zona Lacandona, y nos encontrábamos con comunidades indígenas (tzotziles, tzeltales, zoques, lacan-