

La Milpa, un espacio dinámico para la alimentación

Julio César Martínez Orantes¹

Resumen

En México, denominamos *milpa* al sistema agrícola tradicional basado en policultivos, siendo los más comunes aquellos conocidos como la “tríada mesoamericana” (frijol, calabaza y maíz), donde el maíz siempre ocupa un papel protagónico. Se pueden distinguir al menos tres tipos de *milpas* dependiendo de la región. En Chiapas, por ejemplo, este sistema biodinámico se encuentra en altitudes que varían desde los 10 hasta los 100 metros sobre el nivel del mar (msnm) en la Zona Costa, orientada hacia el Pacífico, hasta más de 2,700 msnm en la Zona Altos de Chiapas, en el centro del estado.

La palabra *milpa* proviene de una expresión compuesta del náhuatl: *milli* que significa “parcela sembrada” y *pan* que significa “encima de”. Este sistema ha jugado un papel crucial en la historia alimentaria de nuestro país, pues va más allá de ser una simple fuente de producción de alimentos; representa una inte-

¹ Instituto de Artes Culinarias Parmentier de San Cristóbal, Nueva Primavera 46 San Cristóbal de Las Casas, Chiapas, México.



racción profunda entre la naturaleza, la cultura y la sostenibilidad en el contexto de la alimentación en México. Gran parte de la dieta nacional se basa en productos provenientes de la milpa.

La coexistencia y complementariedad de las especies vegetales que conviven en este espacio son los aspectos que caracterizan a este modelo agrícola, cuyo eje rector es el maíz, acompañado de especies herbáceas conocidas como *quelites* (entre ellas: chipilín, quintonil, verdolaga, huanzontle, nabo, yerbamora, romeritos), así como jitomates (tomate de milpa), tomatillo verde, frijoles, chayotes, calabazas (castilla, chilacayote, zucchini y criolla). Además de estas especies, otros elementos como el *huitlacoche*, un hongo comestible, grillos y algunos roedores también pueden habitar la milpa, convirtiéndose en parte de la dieta de quienes la cultivan.

Palabras clave: milpa, dinamismo, coexistencia, complementariedad, dieta.

Abstract

In Mexico, we call milpa the traditional agricultural system formed by polycultures, although the most common are those that are called as the “Mesoamerican triad” (beans, pumpkin and corn) where corn is always the main protagonist, we can distinguish at least 3 “different milpas” depending on the region; In the case of Chiapas, we have the presence of this biodynamic system at heights varying from 10-100 msnm in the Pacific-oriented Coastal Zone, up to more than 2,700 msnm as is the case of the Chiapas Highlands in the center of the state.

Milpa, which comes from a compound word derived from the Nahuatl *milli* “planted plot” and bread “on top”, has played a fundamental role in the food history of our country, as it goes beyond mere food production, if not that it represents a profound interaction between nature, culture and sustainability within the context of food in Mexico, since much of the nation’s food is based on products found in the milpa.

The coexistence and complementarity of the plant species that coexist in the space are the aspects that characterize this model, based on maize as the guiding axis of this agricultural tradition, accompanied by herbaceous species known as “*quelites*” (among them: chipilín, quintonil, verdolaga, huanzontle,

nabo, yerbamora, romeritos) in addition to tomatoes (tomato milpa), tomatillo verde, beans, chayotes, pumpkins (castilla, chilacayote, succini and criolla) as well as other species can inhabit it, such as the “huitlacoche” is an edible mushroom, crickets and some rodents that also become part of the diet of those who work the milpa.

Keywords: milpa, dynamism, coexistence, complementarity, diet.

Introducción

La milpa es un sistema alimentario tradicional de México, donde coexisten y se combinan diversas especies animales y vegetales. El maíz, en sus diversas variedades, es el eje rector de este sistema de producción de alimentos, que va más allá de ser simplemente una fuente de sustento; se convierte en un espacio donde interactúan la naturaleza, la cultura y la sostenibilidad.

Su combinación principal está conformada por maíz, frijol y calabaza. Sin embargo, los productos cultivados pueden variar dependiendo de la zona, la orografía y la altitud sobre el nivel del mar.

En el caso del estado de Chiapas, la milpa no solo es un ejemplo de agricultura ancestral, sino que también refleja una conexión profunda entre el entorno natural y las personas que coexisten en este sistema. La milpa, como un sistema dinámico, nos permite comprender y adentrarnos en la complejidad de la alimentación en México.

Marco teórico

El concepto de la milpa como un ecosistema se deriva de la compleja interacción entre múltiples especies, lo que genera un sistema donde se aprovechan de manera complementaria diversos recursos como el agua, la luz y el suelo. Dentro de este contexto, surgen interacciones ecológicas beneficiosas que abarcan desde el control biológico de insectos hasta la fertilidad del suelo y la polinización. Estas interacciones no solo afectan positivamente a las especies que coexisten en la milpa, sino que también repercuten en las comunidades humanas que gestionan este sistema agrícola. Esto se debe a que los productos obtenidos de la milpa contribuyen a una dieta equilibrada, lo que



resulta de vital importancia en algunas regiones de México, donde la milpa continúa siendo la base alimentaria predominante.

Este marco teórico se centra en la milpa como un ejemplo de ecosistema agrícola que ilustra la sinergia entre la biodiversidad, la producción de alimentos y la sostenibilidad. Exploramos en profundidad cómo estas interacciones ecológicas benéficas en la milpa pueden tener implicaciones significativas tanto para la conservación del medio ambiente como para la seguridad alimentaria de las comunidades locales.

Metodología

Para desarrollar una metodología que proporcione sustento al marco teórico anterior sobre la milpa como un ecosistema agrícola, se puede seguir el siguiente enfoque metodológico:

Selección de Área de Estudio

Identificar una región geográfica específica en México donde la milpa sea una práctica agrícola tradicional y significativa.

Recopilación de Datos Históricos y Culturales

Realizar investigaciones documentales para recopilar datos sobre la historia de la milpa en la región seleccionada y su importancia cultural.

Entrevistar a miembros de comunidades locales para obtener información sobre las prácticas tradicionales de la milpa y su significado cultural.

Evaluación de la Biodiversidad

Realizar un estudio de campo para identificar y registrar las especies de plantas y animales presentes en la milpa.

Analizar la diversidad biológica presente y la relación entre estas especies.

Análisis de Interacciones Ecológicas

Investigar las interacciones ecológicas dentro del sistema de la milpa, centrándose en el control de plagas, la fertilidad del suelo y la polinización.

Utilizar métodos como la observación directa y la experimentación para recopilar datos sobre estas interacciones.

Encuesta de Seguridad Alimentaria

Realizar encuestas y entrevistas con comunidades locales para evaluar la importancia de la milpa en la dieta y la seguridad alimentaria de las personas.

Recopilar información sobre los beneficios nutricionales de los productos de la milpa.

Análisis de Datos

Procesar y analizar los datos recopilados utilizando herramientas estadísticas y análisis cualitativos.

Identificar patrones y relaciones entre la biodiversidad, las interacciones ecológicas y la seguridad alimentaria en la milpa.

Conclusiones y Recomendaciones

Elaborar conclusiones basadas en los resultados de la investigación.

Proporcionar recomendaciones para la conservación de la milpa como un sistema agrícola sostenible y su promoción en políticas de seguridad alimentaria.

Esta metodología proporciona un enfoque sistemático para respaldar el marco teórico previamente establecido sobre la milpa como un ecosistema agrícola fundamental en México y su relevancia en la antropología alimentaria y la sostenibilidad agrícola.



Resultados

Esta sección puede dividirse en subtítulos de requerir así. Debe presentar los hallazgos obtenidos, describirlos de forma concisa, precisa, ordenada, dispuestos en términos estadísticos si es el caso.

Discusión

Los autores deben discutir los resultados, así como su interpretación y análisis, exponiendo si responden a las preguntas de investigación y relacionándolos con las hipótesis formuladas. Los hallazgos y sus implicaciones deben discutirse en el contexto más amplio posible. También se pueden destacar las direcciones de investigación futuras.

Conclusiones

La milpa es un ecosistema en sí mismo, donde tres plantas fundamentales interactúan de manera dinámica. El maíz actúa como soporte para los frijoles trepadores, mientras que las calabazas cubren el suelo, evitando la erosión y conservando la humedad. Sin embargo, surge una pregunta: ¿cómo puede un simple campo considerarse un ecosistema completo? La respuesta radica en que, en la milpa, estas plantas no solo comparten espacio, sino que también colaboran entre sí para asegurar su supervivencia. Los frijoles enriquecen el suelo con nitrógeno, lo que beneficia al maíz, y las calabazas funcionan como una especie de sombrilla, protegiendo a todas las plantas.

Esta compleja red de interacciones no solo tiene implicaciones agronómicas, sino que también repercute en la alimentación humana. La milpa proporciona alimentos esenciales que, cuando se combinan, forman una dieta equilibrada. En algunas regiones de México, sigue siendo la base de la alimentación, y su importancia cultural y nutricional la convierte en un ejemplo destacado de cómo la naturaleza y la cultura se entrelazan en la alimentación.

Referencias

- Aguilar-Jiménez, C. E., Tolón-Becerra, A., & Lastra-Bravo, X. (2011). Evaluación integrada de la sostenibilidad ambiental, económica y social del cultivo de maíz en Chiapas, México. *Revista de la Facultad de Ciencias Agrarias, Universidad Nacional de Cuyo*, 43, 155–174.
- Bautista-Zúñiga, F., Estrada-Medina, H., Jiménez-Osornio, J. J. M., & González-Iturbe, J. A. (2004). Relación entre el relieve y unidades de suelo en zonas kársticas de Yucatán. *Terra Latinoamericana*. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=57322301>
- Buenrostro, M. (2009). Las bondades de la milpa. *Ciencias*, 92-93, 30–32.
- Carrera-García, S., Navarro-Garza, H., Pérez-Olvera, M. A., & Mata-García, B. (2012). Calendario agrícola mazateco, milpa y estrategia alimentaria campesina en territorio de Huautepec, Oaxaca. *Agricultura, Sociedad y Desarrollo*, 9, 455–475.
- Cuanalo-de la Cerda, H. E., & Uicab-Covoh, R. A. (2006). Resultados de la investigación participativa en la milpa sin quema. *Terra Latinoamericana*, 24, 401–408.
- González Jácome, A. (2011). *Historias varias: Un viaje en el tiempo con los agricultores mexicanos*. Universidad Iberoamericana.
- Granados Sánchez, D., López Ríos, G. F., & Trujillo Murcia, E. (2000). La milpa en la zona maya de Quintana Roo. *Revista de Geografía Agrícola*, 57–72.
- Gutiérrez, N. G., & Gómez Espinoza, J. A. (2011). Relatos de vida productiva alrededor del maíz: Maíz, milpa, conocimiento y saberes locales en comunidades agrícolas. En A. Argueta Villamar, E. Corona-M., & P. Hersch (Eds.), *Saberes colectivos y diálogos de saberes en México* (pp. 329–343). Universidad Nacional Autónoma de México.
- Linares Mazari, E., & Bye Boettler, R. (2015). Las especies subutilizadas de la milpa. *RDU*, 16, 22.
- Mariaca Méndez, R., Cano Contreras, J. E., & Morales, G. (2012). La milpa en la región serrana Chiapas-Tabasco de Huitiupán-Tacotalpa. El Colegio de la Frontera Sur.
- Moreno-Calles, A. I., Toledo, V. M., & Casas, A. (2013). Los sistemas agroforestales tradicionales de México: Una aproximación biocultural. *Botanical Sciences*, 91, 375–398.
- Novotny, I. (2015). Trajectories of change and pathways for the



sustainable intensification of smallholder maize-based systems in the highlands of central Mexico.

Santamaría, F. J. (1942). *Diccionario general de americanismos*. Editorial Pedro Robredo.

Terán Contreras, S. (2010). Milpa, biodiversidad y diversidad cultural. En *Biodiversidad y desarrollo humano en Yucatán*(pp. 54–56).

Terán, S., Rasmussen, C. H., & May Cauich, O. (1998). *Las plantas de la milpa entre los mayas: Etnobotánica de las plantas cultivadas por los campesinos mayas en las milpas del noroeste de Yucatán, México*. Fundación Tun Ben Kin A.C.