

Diálogos virtuales INAFED

Canastas Regionales del Bien Comer

Estrategia Nacional para una Alimentación Saludable, Justa y Sostenible



Ilustración: Daniela Cafaggi

23 de septiembre de 2022



CONABIO
COMISIÓN NACIONAL PARA
EL CONOCIMIENTO Y USO
DE LA BIODIVERSIDAD

Todos los días comemos biodiversidad



Agrobiodiversidad

Agrobiodiversidad



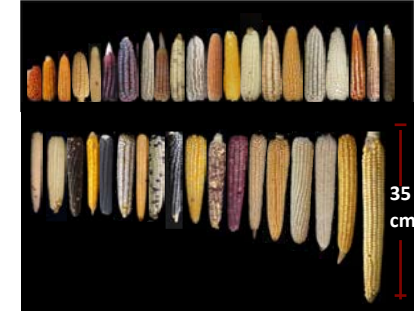
Ecosistemas

Diversidad de
agroecosistemas



Especies

Diversidad de especies



Genes

Diversidad dentro de una
misma especie



**Especies
silvestres -
domesticadas**



**Parientes
silvestres**



Polinizadores

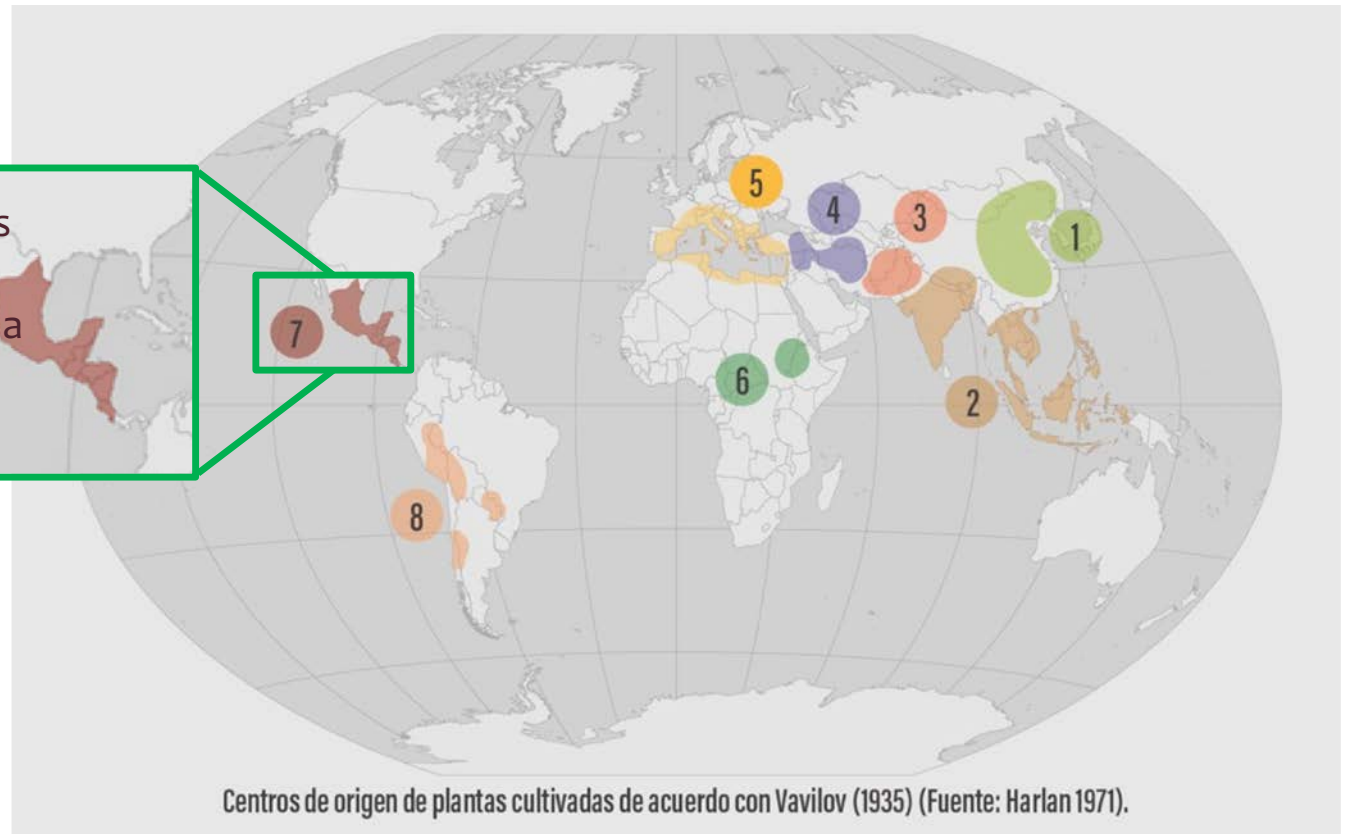


Microorganismos

De raíces mexicanas para el mundo

Grafico: WEB Biodiversidad Mexicana/CONABIO

Calabazas Maíces
Frijoles Chiles
Amarantos Vainilla
Tomates verdes
Nopales ...



Fotografías: Banco de imágenes/CONABIO





CONABIO
COMISIÓN NACIONAL PARA
EL CONOCIMIENTO Y USO
DE LA BIODIVERSIDAD

Plantas

Maíces mexicanos
México es el centro de origen, domesticación y diversificación del maíz

húmedos
secos
cálidos
frios

10,000

El maíz es patrimonio biológico, agrícola, cultural y ecológico

COMISIÓN NACIONAL PARA EL CONOCIMIENTO Y USO DE LA BIODIVERSIDAD

Calabazas DE MÉXICO

Las cultivadas

Los polinizadores

¡Qué te pasa, calabaza!

CONABIO

Frijoles domesticados en México

ayote tolimani bonol frijolón patula

fríjol el bo'ol

tiquri escumete

Cada pueblo de México tiene su frijol

CONABIO

CHILES DE MÉXICO

Introducidos

Nativos domesticados

¿Te importa un bledo?

Si no le pusiste chile, no esperes que te sepa

CONABIO



CONABIO
COMISIÓN NACIONAL PARA
EL CONOCIMIENTO Y USO
DE LA BIODIVERSIDAD

Animales



Peces



Insectos



Aves



Mamíferos



CONABIO
COMISIÓN NACIONAL PARA
EL CONOCIMIENTO Y USO
DE LA BIODIVERSIDAD

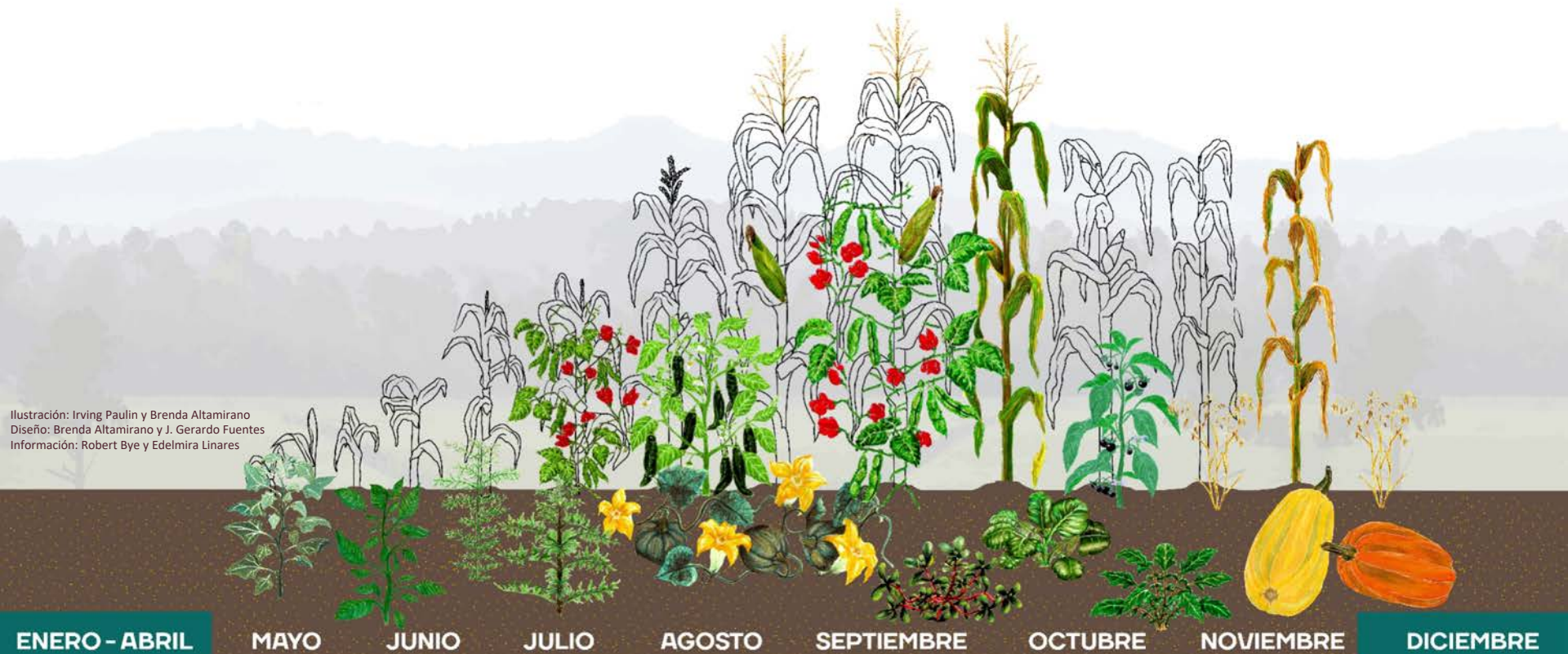
Hongos





CONABIO
COMISIÓN NACIONAL PARA
EL CONOCIMIENTO Y USO
DE LA BIODIVERSIDAD

La agrobiodiversidad está disponible para el consumo de acuerdo a su **temporada de aprovechamiento**



Gradiente de domesticación



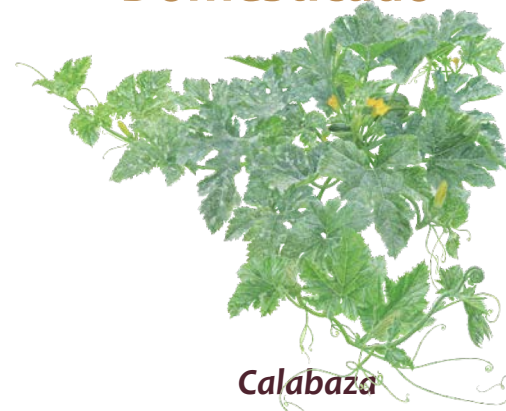
Silvestre



Manto

Ipomoea dumosa

Domesticado



Calabaza

Cucurbita pepo

Tolerada



Quelite cenizo

Chenopodium berlandieri

Protegida



Guaje

Leucaena esculenta

Fomentada



Alaches

Anoda cristata

Cultivada

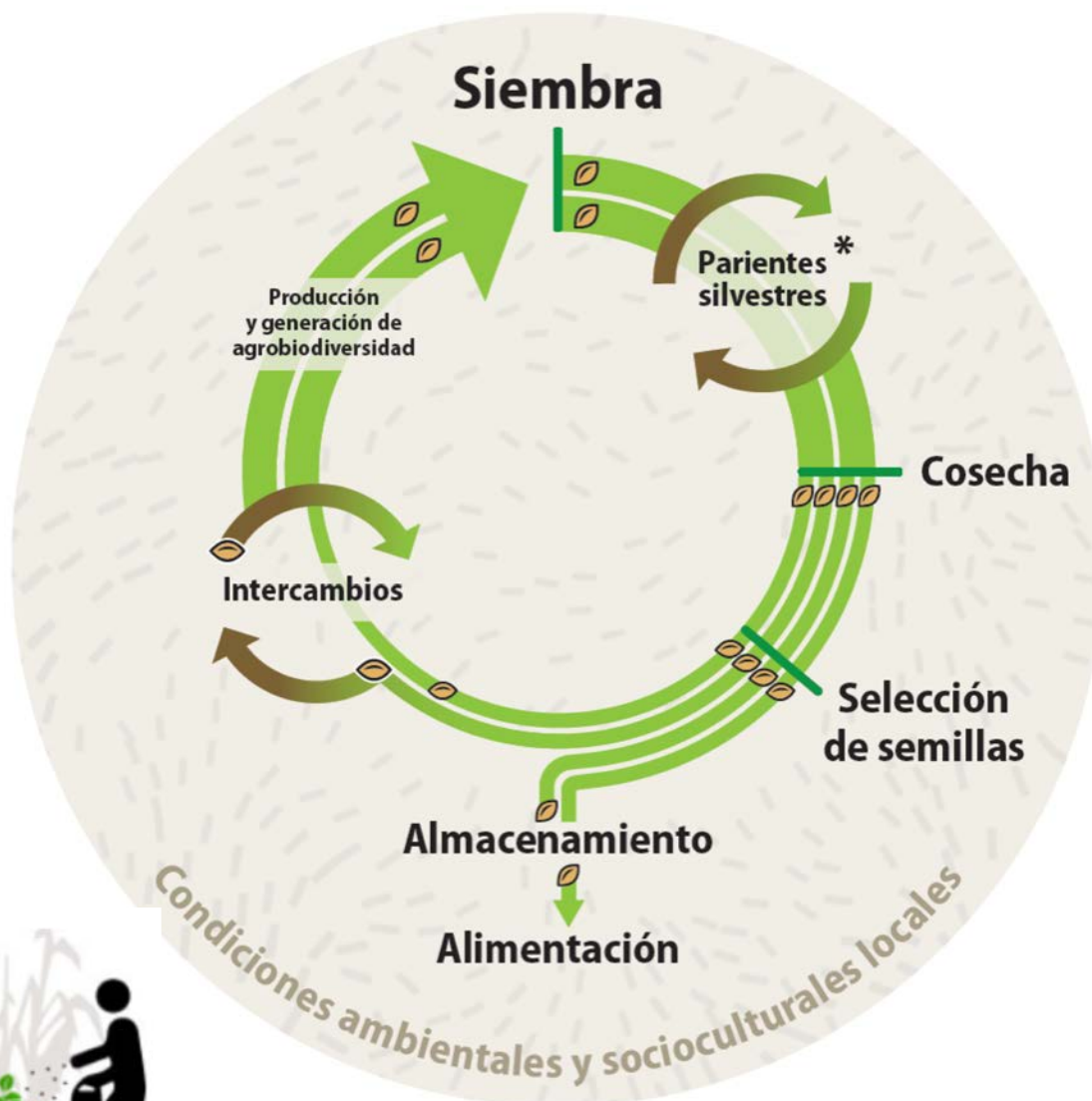


Verdolaga

Portulaca oleracea

Evolución bajo domesticación

Esquema: BiodiversidadMexicana/CONABIO



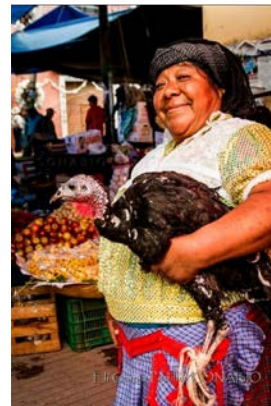
* En ocasiones, entre la siembra y la cosecha, las plantas se mezclan con sus parientes silvestres



CONABIO
COMISIÓN NACIONAL PARA
EL CONOCIMIENTO Y USO
DE LA BIODIVERSIDAD



Gracias a las familias del campo



¿De qué nos alimentamos?

50,000
especies
comestibles


arroz, trigo, maíz

3

cultivos cubren 3/4 partes
de las calorías consumidas

15

cultivos cubren el 90%
de la demanda energética

250

especies
domesticadas

2,500

especies en proceso
de domesticación

Especies de plantas para la alimentación mundial

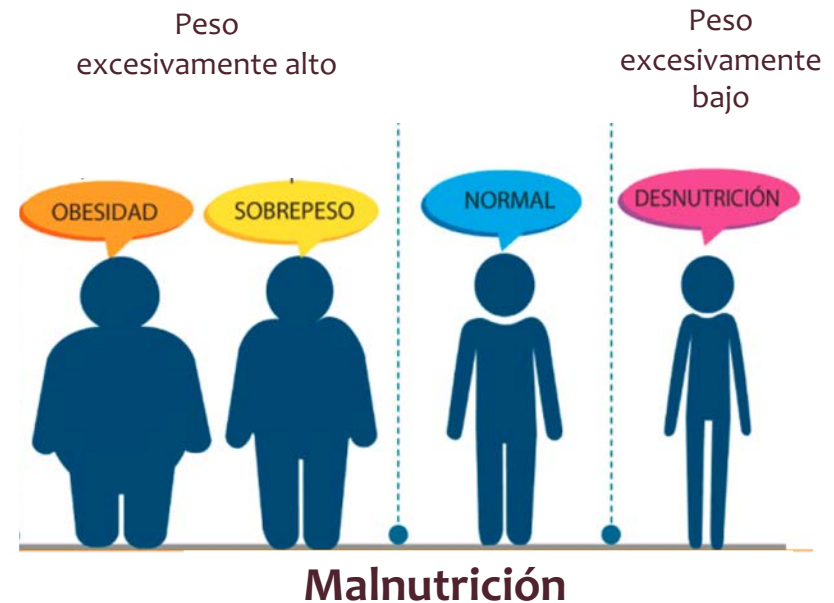


¿De qué nos alimentamos?

Las dietas dominantes **no son óptimas nutricionalmente**, contribuyen al **cambio climático** y aceleran la **pérdida de biodiversidad**



Recuperar los elementos de la **dieta tradicional mexicana** puede **mejorar las condiciones nutricionales** y contribuir a mantener los **procesos de adaptación a cambio climático**.



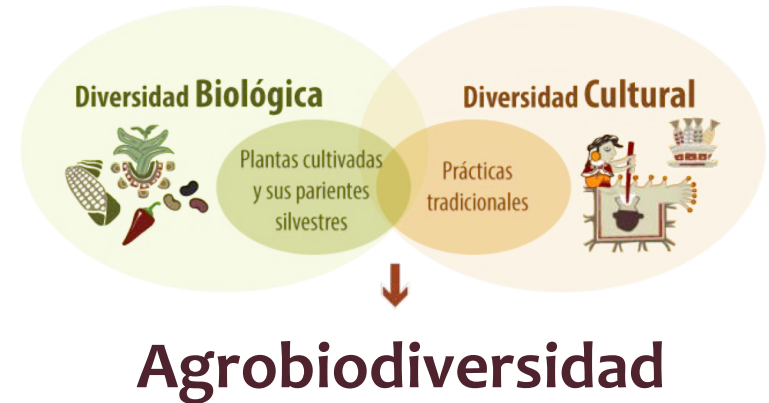


CONABIO
COMISIÓN NACIONAL PARA
EL CONOCIMIENTO Y USO
DE LA BIODIVERSIDAD

No comemos lo mismo a lo largo y ancho del país



Superficie aproximada: 2 millones km²



Esquema: BiodiversidadMexicana/CONABIO

Fotografías: Banco de imágenes/CONABIO

Canastas Regionales del Bien Comer

Las Canastas Regionales del Bien Comer (CRBC) son una iniciativa de CONABIO para recopilar información sobre la diversidad de alimentos, platillos y bebidas de uso cotidiano, de temporada, festivo e incluso aquellos en riesgo de pérdida. Las CRBC contribuyen al reconocimiento y valoración de la agrobiodiversidad vinculada a las costumbres, las tradiciones y la identidad de las personas de las diferentes regiones de México.



Ilustración: Daniela Cafaggi

<https://www.biodiversidad.gob.mx/diversidad/alimentos/canastas-regionales>

Regionalización de las Canastas Regionales del Bien Comer



<http://geoportal.conabio.gob.mx/#!l=canbcomegw:1@m=mixto>

Superficie aproximada: 2 millones km²

| No. | Nombres |
|-----|---|
| 1 | Baja California Mediterranea |
| 2 | Desiertos semiáridos de Baja California |
| 3 | Desiertos semiáridos del Altiplano centro |
| 4 | Desiertos semiáridos del Altiplano norte |
| 5 | Desiertos semiáridos del Pacífico norte |
| 6 | Elevaciones Semiáridas Meridionales del Altiplano central |
| 7 | Elevaciones Semiáridas Meridionales del Altiplano norte |
| 8 | Elevaciones Semiáridas Meridionales del Pacífico norte |
| 9 | Grandes Planicies del Altiplano norte |
| 10 | Grandes Planicies del Golfo norte |
| 11 | Selvas Cálido-Húmedas de Yucatán |
| 12 | Selvas Cálido-Húmedas de la Huasteca |
| 13 | Selvas Cálido-Húmedas del Altiplano sur |
| 14 | Selvas Cálido-Húmedas del Golfo sur |
| 15 | Selvas Cálido-Húmedas del Pacífico centro |
| 16 | Selvas Cálido-Húmedas del Pacífico sur |
| 17 | Selvas Cálido-Húmedas meridionales del Golfo centro |
| 18 | Selvas Cálido-Húmedas septentrionales del Golfo centro |
| 19 | Selvas Cálido-Secas de Baja California |
| 20 | Selvas Cálido-Secas de Yucatán |
| 21 | Selvas Cálido-Secas de la Huasteca |
| 22 | Selvas Cálido-Secas del Altiplano central |
| 23 | Selvas Cálido-Secas del Altiplano sur |
| 24 | Selvas Cálido-Secas del Golfo centro |
| 25 | Selvas Cálido-Secas del Golfo norte |
| 26 | Selvas Cálido-Secas del Pacífico centro |
| 27 | Selvas Cálido-Secas del Pacífico norte |
| 28 | Selvas Cálido-Secas del Pacífico sur |
| 29 | Selvas Cálido-Secas meridionales del Altiplano sur |
| 30 | Selvas Cálido-Secas septentrionales del Altiplano sur |
| 31 | Sierras Templadas de la Huasteca |
| 32 | Sierras Templadas del Pacífico norte |
| 33 | Sierras Templadas meridionales del Pacífico centro |
| 34 | Sierras Templadas occidentales del Altiplano norte |
| 35 | Sierras Templadas occidentales del Altiplano sur |
| 36 | Sierras Templadas occidentales del Pacífico sur |
| 37 | Sierras Templadas orientales del Altiplano central |
| 38 | Sierras Templadas orientales del Altiplano norte |
| 39 | Sierras Templadas orientales del Altiplano sur |
| 40 | Sierras Templadas orientales del Pacífico sur |
| 41 | Sierras Templadas septentrionales del Pacífico centro |
| 42 | Sierras Templadas transversales del Altiplano central |

Productos

1.- Fichas técnicas de los alimentos representativos que integran las canastas

- Información sobre los alimentos, platillos y bebidas

2. Fotografías de alimentos

- Imágenes de cada uno los alimentos

3. Fotografías de las actividades de dónde proviene los alimentos

- Imágenes de contexto, por ejemplo, cacería, minería, recolección, pesquerías, ganadería, agricultura

4. Dieta

- De semana, temporada y festivos, incluyendo colaciones y recetas

5. Recetarios

- Listado de recetarios existentes de la región, indicando su disponibilidad (internet, tiendas, bibliotecas, entre otros)

6. Frases sobre alimentación

- Frases típicas regionales utilizadas en relación con la alimentación

7. Prototipo del diseño gráfico de la CRBC

- Reflejar riqueza biológica y cultural de la región



CONABIO
COMISIÓN NACIONAL PARA
EL CONOCIMIENTO Y USO
DE LA BIODIVERSIDAD

12 Canastas Regionales del Bien Comer

Fase 1



Ilustración: Daniela Cafaggi



CONABIO
COMISIÓN NACIONAL PARA
EL CONOCIMIENTO Y USO
DE LA BIODIVERSIDAD

12 seleccionados

CANASTAS REGIONALES DEL BIEN COMER:

Regiones y municipios apoyados
en el marco del Proyecto
Canastas Regionales del
Bien Comer:

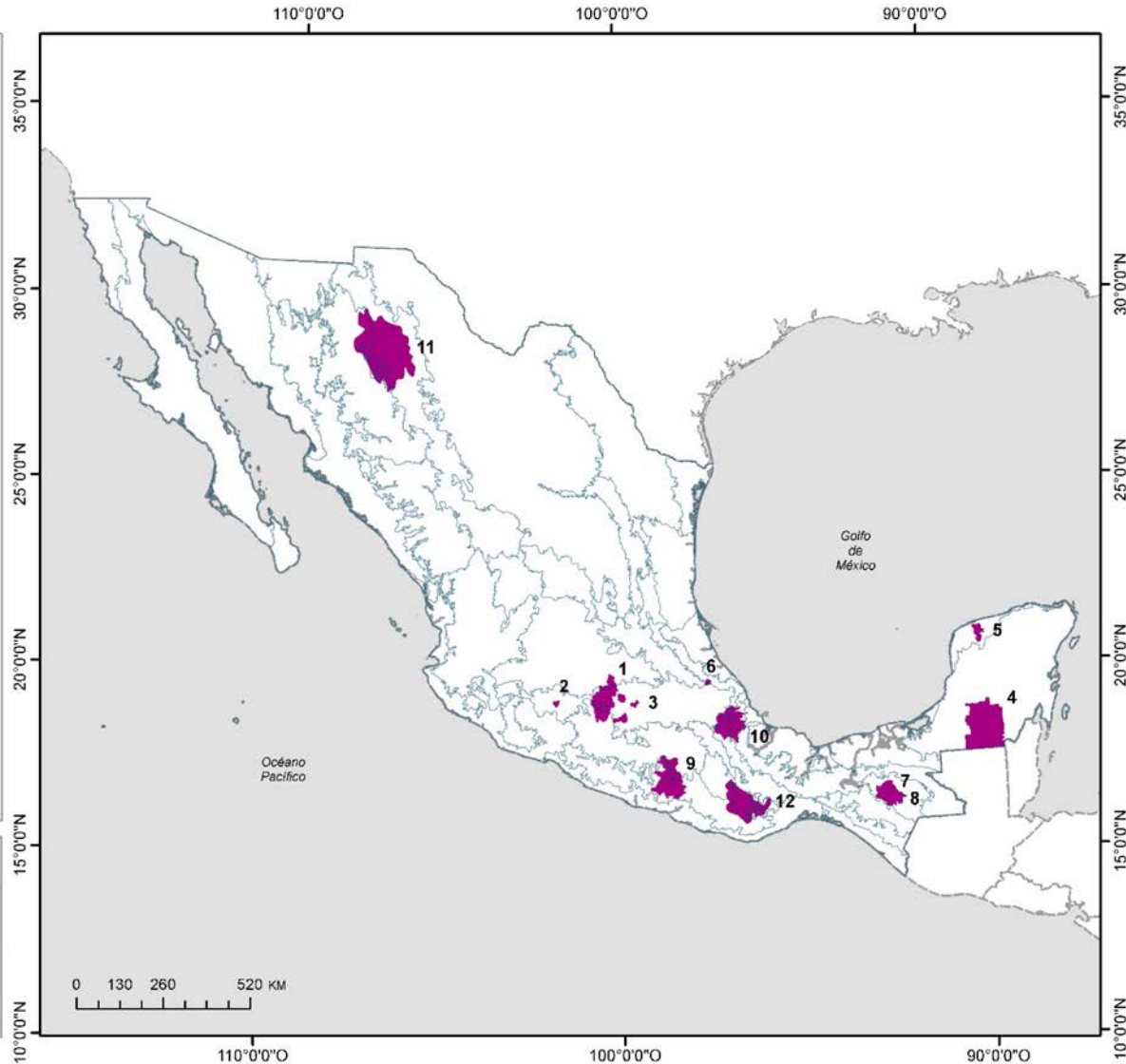
- 1 Oriente de Michoacán
- 2 Municipio Tingambato
- 3 Municipios del Edo. de México
- 4 Municipio Calakmul
- 5 Municipio Mérida
- 6 Municipio Cuetzalán del Progreso
- 7 Municipio Tenejapa
- 8 Región Los Altos de Chiapas
- 9 Región Montañosa Alta de Guerrero
- 10 Región Sierra Zongolica
- 11 Región Sierra Tarahumara
- 12 Región Valles Centrales de Oaxaca

Simbología:

- CRBC
- Sitios apoyados
- Límites internacionales
- Límite internacional

Referencias espaciales:

Sistema de coordenadas geográficas.
Esferoide y datum horizontal WGS84



7 personas físicas (varios
equipos multidisciplinares)

1 organización de la Sociedad
Civil

3 universidades públicas:

- Universidad Intercultural del
Estado de Guerrero
- ECOSUR (Chiapas y
Campeche)
- UNAM

Canastas Regionales del Bien Comer

Prototipos gráficos

Autores: García et al., 2019.
Diseño: Chávez C. H. A.



**Tres localidades indígenas
del Estado de México**
219 alimentos , platillos y bebidas

Autores: Bye et al., 2019.
Universidad Nacional Autónoma de México



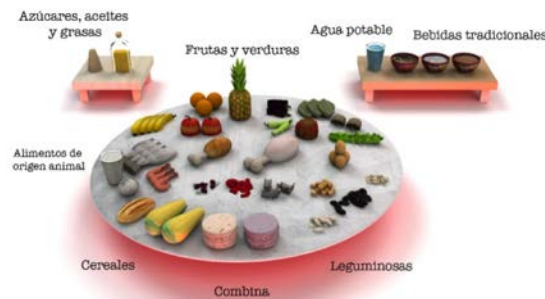
**Sierra Tarahumara,
Chihuahua**
95 alimentos , platillos y bebidas*

Autores: Pérez et al., 2019.
Patronato Pro Zona Mazahua A. C.



Tenejapa, Chiapas
21 alimentos , platillos y bebidas

Autores: Flores y Arellano, 2019.
Diseño: Del Río S. C.



Valles Centrales, Oaxaca
196 alimentos , platillos y bebidas

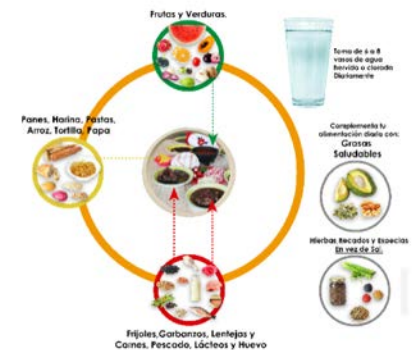
Autores: Silva et al., 2019.
Universidad Intercultural del Estado de
Guerrero



Montaña de Guerrero
113 alimentos , platillos y bebidas

Autores: De la Lla N., 2019.
Diseño: Ramírez R. J.

Incluye los 3 colores en tu alimentación Diaria



Yucatán
64 alimentos

Canastas Regionales del Bien Comer

Prototipos gráficos

Autores: García et al., 2019.



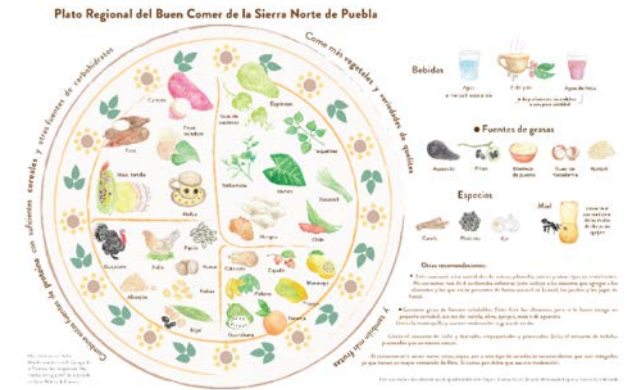
Pichátaro, Michoacán
98 alimentos, platillos y bebidas*

Autores: Díaz et al., 2019.
Diseño: Álvarez F. B.



Altos de Chiapas
286 alimentos, platillos y bebidas*

Autores: Zepeda et al., 2019.
Diseño: Maldonado E. A, Maldonado E.A.B. y Lara M.F



Sierra Norte de Puebla
315 alimentos, platillos y bebidas

Autores: Díaz et al., 2019.

La Canasta Regional del Bien Comer de la Sierra de Zongolica



Región de Zongolica, Veracruz
50 alimentos, platillos y bebidas

Autores: Hernández et al., 2019.



MA'HNINI
Canasta regional del bien comer

Otomí, Michoacán
153 alimentos, platillos y bebidas*

Autores: Gurri et al., 2019.
El Colegio de la Frontera Sur



Calakmul, Campeche
133 alimentos, platillos y bebidas

Algunos platillos y bebidas

Fotógrafa: Alma Lili Cárdenas Marcelo



Hongos con nopales

Tres localidades indígenas del
Estado de México

Fotógrafa: Ana Luisa Ruiz Peña



Dulce de chilacayote

Altos de Chiapas

Fotógrafa: Marisa Silva Aparicio



Sopa de chipile

Montaña de Guerrero

Fotógrafa: Delia Castro



Chacales

Sierra Tarahumara, Chihuahua

Fotógrafas: Jessica Gabriela Arellano López
Nelly Angélica Flores Pacheco



Chicatanas

Valles Centrales, Oaxaca

ND Autor/a de la fotografía



Xocoatol

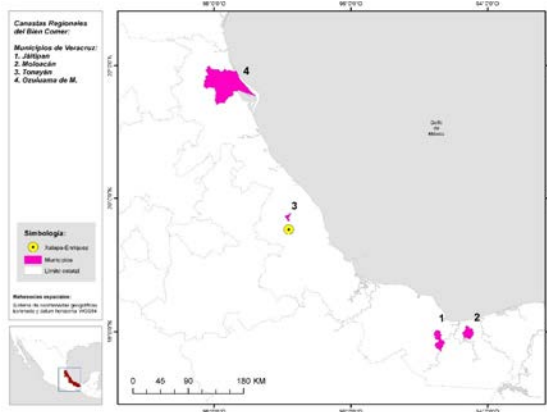
Sierra Norte de Puebla

Resumen 12 CRBC

| | Título | No. Alimentos, platillos y bebidas |
|--|-----------|--|
| Localidad | Municipio | Regional |
| Alimentar el cuerpo, la mente y el espíritu: La dieta Milpa-Monte-Traspatio en tres localidades indígenas del Estado de México | | 219 |
| Batsil we'elil tajlumaltik: comida típica de nuestra tierra de Chiapas | | 21 |
| Diversidad biológica utilizada por los pobladores indígenas de la región Montaña de Guerrero, México | | 113 |
| Canasta del bien comer de la Sierra Tarahumara, Chihuahua, México | | 95* |
| En jícara o en barro: canasta del bien comer para la región Valles Centrales, Oaxaca de Juárez | | 196 |
| “Regionalización de guías alimentarias en México: adaptación y validación en el estado de Yucatán” Plato del Bien Comer Yucateco | | 64 |
| A la canasta Regional “la cocina tradicional de Pichátaro Michoacán, México” | | 98* |
| La dieta de la milpa y otros alimentos que la complementan en la región Los Altos de Chiapas | | 286* |
| Canasta del bien comer de Cuetzalan, Sierra Norte de Puebla | | 315 |
| Biodiversidad y conocimiento tradicional indígena para integrar el Plato del Bien Comer a partir de entomofauna y quelites en la región de Zongolica, Veracruz | | 50 |
| Ma'hnini (Mi pueblo) en Otomí | | 153* |
| Canasta del bien comer para campesinos de Calakmul, Campeche | | 133 |

* Pendiente de determinar el número final

Proyecto piloto: Canastas Regionales del Bien Comer en Veracruz



Municipios en los cuales se desarrolló el proyecto piloto

| Nombre de la Canasta Regional del Bien Comer | No. Alimentos, platillos y bebidas |
|--|------------------------------------|
| <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="width: 15px; height: 15px; background-color: #92d050; margin-right: 5px;"></div> Municipio </div> | |
| <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="width: 15px; height: 15px; background-color: #92d050; margin-right: 5px;"></div> Canasta regional del bien comer Ozuluama </div> | 177 |
| <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="width: 15px; height: 15px; background-color: #92d050; margin-right: 5px;"></div> Canasta regional del bien comer Tonayán </div> | 140 |
| <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="width: 15px; height: 15px; background-color: #92d050; margin-right: 5px;"></div> Canasta regional del bien comer Jáltipan </div> | 88 |
| <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="width: 15px; height: 15px; background-color: #92d050; margin-right: 5px;"></div> Canasta regional del bien comer Jáltipan </div> | 88 |

Canastas Regionales del Bien Comer

Fase 2



Ilustración: Daniela Cafaggi

CRBC, Fase 2

| No. | Nombre de la Canasta Regional del Bien Comer |
|-----|--|
| | <div>Localidad</div> <div>Municipio</div> <div>Estado</div> <div>Regional</div> |
| 1 | Integración del catálogo de alimentos básicos para la conformación de la canasta regional del bien comer para el estado de Quintana Roo |
| 2 | Rescatando la diversidad original alimenticia de la zona centro y sur de Tamaulipas |
| 3 | ¡¡A comer bien en el Altiplano Potosino!! |
| 4 | Alimentación saludable para la población de la Sierra Juárez de Oaxaca |
| 5 | Canasta tlaxcalteca del bien comer: sabrosa, saludable y sostenible |
| 6 | Entre maíz, nopales y otros cactus. Comida del semidesierto |
| 7 | Proyecto de integración de información para la elaboración de la Canasta regional del bien comer del sur de la Ciudad de México |
| 8 | La canasta del bien comer del valle Puebla-Tlaxcala |
| 9 | Biodiversidad, delicia que es tesoro del sur de Hidalgo |
| 10 | Canasta regional del bien comer del centro de Guanajuato |
| 11 | Canasta veraniega acambareense del bien comer |
| 12 | Canasta Dr. Moreense del bien comer |

Sistematización CRBC, Fase 2

KoBoToolbox

CRBC_Formato1

▼ **informacion general**

* **Clave Canasta Regional del Bien Comer**
Colocar CRBC y el número que se le asigna. Ejemplo: CRBCI_13. campos obligatorios

CRBCI_13



* **Se integrará la información de**
Seleccione a qué va a hacer referencia a la información. campos obligatorios


☐ Alimento sencillo (ingrediente)
☐ Platillo
☐ bebida
☐ Producto procesado o ultraprocesado

* **Nombre**
Name in English del alimento, platillo, bebida o producto procesado o ultraprocesado. La primera letra en mayúscula. Para tener mayor claridad con respecto a los productos procesados, revisar <https://www.insp.mx/infografias/clasificacion-nova-alimentos-2019.html>. Ejemplo: Chayia. campos obligatorios

Nombres locales del alimento, platillo o bebida en otras lenguas
Seleccione la lengua del nombre del alimento, platillo o bebida. campos obligatorios

ninguna seleccionada

 Guardar borrador 

 Entregar

Energizado por ENKETO

Formato 1

- Producto 1. Fichas técnicas de los alimentos, platillos y bebidas
- Producto 2. Fotografías de alimentos, platillos y bebidas

Formato 2

- Producto 3. Fotografías de las actividades de donde provienen los alimentos

Formato 3

- Producto 4. Dieta

Formato 4

- Producto 5. Recetarios

Formato 5

- Producto 6. Frases sobre alimentación

En formato libre

Producto 7. Prototipo del diseño gráfico de la CRBC

Incidencia en política pública

Grupo de trabajo intersecretarial en preparación de la
Estrategia Nacional para una Alimentación Saludable, Justa y Sostenible

Gobernanza del sistema agroalimentario

Regulación de entornos sostenibles para alimentación
saludable

Producción y articulación de cadenas agroalimentarias

Promoción de alimentación saludable y sostenible



CONABIO
COMISIÓN NACIONAL PARA
EL CONOCIMIENTO Y USO
DE LA BIODIVERSIDAD

En resumen

México es país con gran diversidad biológica y cultural que da como resultado una vasta **agrobiodiversidad**.

Revalorar la alimentación regional a través de las Canastas Regionales del Bien Comer.

Las CRBC son un grupo de **orientaciones cualitativas** en materia alimentaria.

Las CRBC contribuyen a **mejorar el sistema alimentario**



CONABIO
COMISIÓN NACIONAL PARA
EL CONOCIMIENTO Y USO
DE LA BIODIVERSIDAD

Dudas y reflexiones

alimentos

#SabrososSanosSustentables

de

#RaicesMexicanas

Para mayor información:

Lucila Neyra: lneyra@conabio.gob.mx

Mahelet Lozada: glozada@conabio.gob.mx



PROYECTO

agro biodiversidad mexicana



Ilustración: Aslam Narváez