



Artículo

Ruta gastronómica Mazahua. Propuesta para el aprovechamiento de recursos alimentarios tradicionales en pueblos migrantes

Mazahua Gastronomic Route. A proposal for the utilization of traditional food resources in migrant communities

 Iván García-Hinojosa^{1,*}  Norma Baca-Tavira²

¹ Programa Investigadoras e Investigadores COMECYT. CAT2024-0096.

² Instituto de Ciencias Agropecuarias y Rurales. Universidad Autónoma del Estado de México

Resumen

La región Mazahua del Estado de México, reconocida por su riqueza cultural y gastronómica; también sobresale por enfrentar condiciones de pobreza y migración que generan marcadas desigualdades territoriales, sociales y económicas en su población indígena. En este sentido, el presente trabajo propone el diseño de una ruta gastronómica como estrategia para aprovechar su patrimonio alimentario, fortalecer la identidad cultural y promover el desarrollo local sostenible. A través de un enfoque cualitativo y etnográfico, se elaboró un inventario de platillos tradicionales, lo que permitió identificar el potencial gastronómico de las comunidades del municipio de San Felipe del Progreso, considerado a nivel estatal, uno de los territorios más representativos de la cultura mazahua. Los resultados demuestran que, a pesar de estar inmersa en problemas socioeconómicos, la población continúa utilizando ingredientes, herramientas y técnicas tradicionales en su alimentación, lo cual favorece y enriquece el patrimonio gastronómico susceptible de aprovechamiento.

Palabras clave: Gastronomía Mazahua, Turismo Gastronómico, Patrimonio Alimentario, Rutas Turísticas Gastronómicas.

Abstract

The Mazahua region of the State of Mexico, renowned for its cultural and culinary richness, is also marked by poverty and migration, which create significant territorial, social, and economic inequalities among its indigenous population. In this context, the study proposes designing a culinary route to capitalize on the region's food heritage, strengthen cultural identity, and promote sustainable local development. Using a qualitative and ethnographic approach, an inventory of traditional dishes was compiled, which allowed for the identification of the gastronomic potential of the communities in the municipality of San Felipe del Progreso, considered at the state level to be one of the territories most representative of Mazahua culture. The results demonstrate that, despite facing socioeconomic challenges, the population continues to use traditional ingredients, tools, and techniques in their cuisine; this supports and enriches the gastronomic heritage that is ripe for development.

Keywords: Mazahua Gastronomy, Gastronomic Tourism, Food Heritage, Gastronomic Tourism Routes.

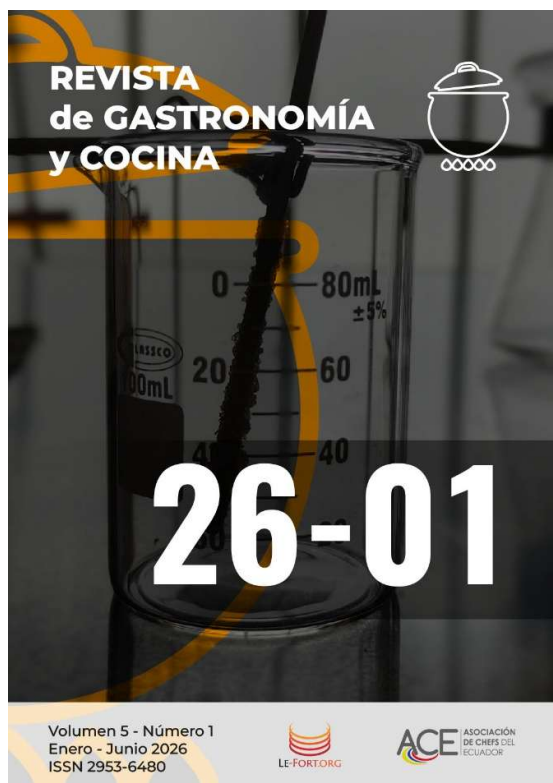
* Correspondencia: igarciah@uaemex.mx

Recibido: 15 de enero 2026. Reenviado 02 de abril 2026. Aceptado: 26 de junio 2026

Publicado en línea: 09 de julio 2025. DOI <https://doi.org/10.70221/rgc.v5i1.131>

ISSN 2593-6480. © 2026, los autores. Publicado por Le-Fort.org y la Asociación de Chefs del Ecuador.

Documento de acceso abierto bajo la licencia internacional [Creative Commons Atribución 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



Introducción

La Región Mazahua¹ en el Estado de México; es un territorio que se caracteriza por su diversidad natural y cultural; así como, por su gastronomía de herencia prehispánica, rica en ingredientes vegetales auto-producidos como el maíz, el frijol, la calabaza y los quelites; además de preparaciones tradicionales como los tamales y el atole agrios, los guisos con salsas verdes y proteínas como los charales y los patos, entre otros. (Serrano *et al.*, 2011: 97).

No obstante, debido a múltiples factores, principalmente la necesidad de escapar de los conflictos sociales como el limitado acceso a servicios de educación, salud y oportunidades de empleo; la región se encuentra bajo un fenómeno de movilización, específicamente de adultos masculinos como de jóvenes de ambos sexos en edad productiva hacia la Ciudad de Toluca y la Ciudad de México (Viczcarrá *et al.*, 2019: 207); consolidando así, un proceso de migración interna que continúa

acentuando el rezago socioeconómico y territorial de su población.

En este sentido, con la intención de contar con una alternativa de desarrollo, el presente trabajo, propone una estrategia de aprovechamiento de sus recursos alimenticios tradicionales, sintetizada en una ruta gastronómica. Que de acuerdo con Montesinos (Montecinos, 2025), este tipo de proyectos emanados del turismo gastronómico, dinamizan la economía, incentivan la cadena productiva alimentaria y generan beneficios para los grupos sociales más vulnerables: marginados, inmigrantes, desplazados, entre otros; principalmente en comunidades rurales e indígenas.

Para tal efecto, se toma como área de estudio al municipio de San Felipe del Progreso, considerado uno de los más representativos de la cultura mazahua, debido a la cantidad de población hablantes de lengua originaria que en ellos habita² y por conservar con mayor rigor el uso de ingredientes, herramientas y técnicas tradicionales en la preparación de sus alimentos.

Con lo anterior, se espera contar con un modelo capaz de comunicar la historia, los valores alimenticios y las relaciones territoriales de esta comunidad y que pueda ser replicable a otras regiones indígenas para dar frente a los retos socioeconómicos de invisibilidad a través de la creación de experiencias culinarias, talleres de cocina tradicional, visitas a productores y festividades locales, bajo un enfoque de turismo responsable y de base comunitaria.

Para el logro del objetivo, el trabajo parte de comprender cuál es la relación entre la gastronomía y el desarrollo local; así como, cuál es el papel del turismo gastronómico como base para el diseño de la ruta. Posteriormente, se explican la metodología, los resultados, la discusión y las principales conclusiones que aluden a la importancia del aprovechamiento gastronómico en los territorios afectados por fenómenos socioeconómicos.

Gastronomía, turismo y desarrollo local

Comprender cómo es la relación entre la gastronomía, el turismo y el desarrollo local, propor-

¹ Grupo étnico del Estado de México, con presencia en 13 municipalidades del noroeste de la entidad y una población de 116.240 habitantes (Inegi, 2020).

² 39.325 habitantes, que representan el 29.63% del total de la región (Inegi, 2020)

ciona las bases para integrar una ruta gastronómica que permita servir de estrategia para incentivar el desarrollo socioeconómico y territorial de las poblaciones indígenas. Al respecto; un trabajo de García & Jiménez (2021: 210) señala que la alimentación, además de satisfacer la necesidad fisiológica del apetito, incluye una serie de elementos sociales, culturales e incluso económicos, que la colocan como un elemento patrimonial que da cuenta del paso de la historia de un lugar; de los integrantes de una comunidad, sus saberes y recursos; brindando identidad a los territorios y en la actualidad, motivando al desplazamiento de turistas y visitantes, que buscan nuevas experiencias sensoriales en torno al patrimonio escondido en los hábitos culinarios.

En este sentido, considerar a la alimentación como ente patrimonial y de atracción para el turismo representa mayores oportunidades de desarrollo para los destinos y, por lo tanto; un aumento en la calidad de vida de su población. Sin dejar a un lado que la interacción entre turismo y residentes fortalece el conocimiento y la preservación de una cultura (Jeambey, 2016: 1188)

Respecto a lo anterior, existen diversos términos para designar al turismo basado en alimentos: turismo gastronómico, turismo gourmet, gastronomía turística entre otros. No obstante, algunos autores como Mason & Paggiaro (2012), coinciden en que este tipo de actividades tiene por objetivo mantener y fortalecer las gastronomías tradicionales a través de propuestas de promoción, conservación y gestión, como son las rutas alimentarias o gastronómicas; museos gastronómicos; festivales y exposiciones, por mencionar algunos. Todas ellas, centradas en incrementar y diversificar los productos, aumentar el número de visitantes a la región y de esta forma contribuir al desarrollo local y el bienestar social común en los destinos.

Para el caso de México; las rutas gastronómicas son las de mayor relevancia en cuanto al aprovechamiento y promoción del turismo gastronómico nacional. De acuerdo con la SECTUR (2012), se tienen definidos 18 recorridos que abarcan 155 destinos en las 32 entidades, integrando 31 Pueblos Mágicos, nueve ciudades Patrimonio de la Humanidad, 14 sitios naturales y culturales, 25 etnias y más de mil 500 platillos y bebidas típicas

de los rincones mexicanos. En términos de desarrollo, estos proyectos generan una derrama por 183 mil millones de pesos anuales. Beneficiando a aproximadamente 80 sectores económicos; entre ellos, los campesinos, restaurantes locales, productores y artesanos (Palazuelos, 2025).

Lo anterior, es una muestra de que el turismo y su relación con la gastronomía tiene el potencial de ser una herramienta poderosa para la preservación del patrimonio, de la identidad cultural y la generación de desarrollo. Sin embargo, su éxito depende de un enfoque estratégico que, como se mencionó anteriormente, busque generar valor tanto para los turistas como para las comunidades locales.

El origen en el diseño de estas rutas, se basa en las metodologías utilizadas para la planeación de rutas netamente turísticas; las cuales, de acuerdo con Montesinos (2022: 101) se centran en tres vertientes; i) el producto estrella que tematiza la ruta y alrededor del cual se desarrollan unas actividades especializadas; ii) los servicios logísticos necesarios para atender a las necesidades del turista; y iii) las actividades complementarias que diversifican la oferta y ofrecen alternativas que se adaptan a los gustos de diversos visitantes.

Por lo tanto, diseñar una ruta gastronómica involucra la adquisición y degustación de un platillo; así como de la interacción entre el turista y la cultura local, acción que posibilita al visitante conocer las motivaciones que llevaron a la preservación de los alimentos locales; dependiendo como se lo interprete, ya sea a través del contexto histórico en que éste surgió, o del conocimiento de los elementos que intervienen para proporcionar placer en la degustación de los sabores que lo conforman, convirtiéndose así, en un atractivo turístico (*Ídem*, 2022: 122).

Lo anterior, podría ser extrapolado a la zona de estudio; la cual tiene recursos gastronómicos muy bien posicionados localmente y, reconociendo a las rutas como herramientas para incentivar la promoción turística y su desarrollo local, multiplicaría los beneficios esperados.

Siendo así, la propuesta de esta ruta tiene los siguientes propósitos:

- Ofrecer una alternativa de desarrollo local basada en el turismo gastronómico.

- Valorizar y conservar la cocina tradicional de los pueblos indígenas, particularmente de los mazahuas.
- Incentivar la competitividad productiva agropecuaria, industrial y comercial; además de la cultural.
- Disminuir las problemáticas socioeconómicas de la región como son la pobreza, la marginación y la migración.

Método

De acuerdo con Montesinos (2022: 64) en el diseño de una ruta gastronómica lo más importante es identificar el potencial gastronómico desde dos grandes dimensiones geográficas; físico natural y sociocultural. Así como, inventariar los recursos susceptibles de aprovechamiento para posteriormente analizar por medio de una matriz FODA sus potencialidades y limitaciones que podría afectar o favorecer el diseño y desarrollo de una ruta.

Bajo este contexto, la metodología utilizada se basó en un enfoque mixto, que combina elementos cualitativos como los recorridos de campo e información censal de fuentes secundarias; así como, técnicas cuantitativas a través de la aplicación de entrevistas a la población local respecto a cuáles consideran que son los platillos más emblemáticos de la zona. Además del uso de Sistemas de Información Geográfica (SIG) como *Google My Maps* para el diseño cartográfico de la ruta.

La población objetivo estuvo conformada por habitantes de la cabecera municipal de San Felipe del Progreso con edades comprendidas entre los 35 y 70 años, se elige este rango ya que desde la perspectiva del turismo gastronómico han participado de manera directa en la preparación, consumo y significado simbólico de los platillos tradicionales, lo que les permite reconocer con mayor precisión aquellos alimentos que representan la identidad culinaria del territorio (López-Guzmán Guzmán & Sánchez Cañizares, 2012:579). A partir de una población total estimada de 2368 habitantes (Inegi, 2020), se determinó que dicho grupo etario representa aproximadamente el 40

% del total, equivalente a 947 personas. Considerando un nivel de confianza del 95 % y un margen de error del 10 %, se obtuvo un tamaño muestral de 74 encuestas, redondeadas a 70 para fortalecer la representatividad estadística del estudio.

Lo anterior a fin de dar respuesta a los siguientes planteamientos: ¿qué platillo típico del municipio conoce y en qué localidad de elabora? ¿qué ingredientes de origen prehispánico reconoce en su preparación? ¿Qué herramientas se utilizan para la elaboración de los platillos que identificó?

De este modo, se definieron dos etapas. La primera, dedicada al análisis del potencial gastronómico de la zona de estudio; la cual incluye el contexto geográfico del territorio; el inventario de atractivos gastronómicos potenciales que le darán identidad a la propuesta de la ruta y el análisis de las fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas. Esto último, con la intención de tener una visión detallada de la situación actual del acervo gastronómico, para poder definir una estrategia integral y viable.

La segunda fase, refiere al diseño y sugerencias de operación del producto; es decir, la organización del recorrido en torno a los productos culinarios estelares. Integrando la descripción de la ruta, su estructura geográfica y las actividades en general, sintetizadas en un itinerario.

Resultados

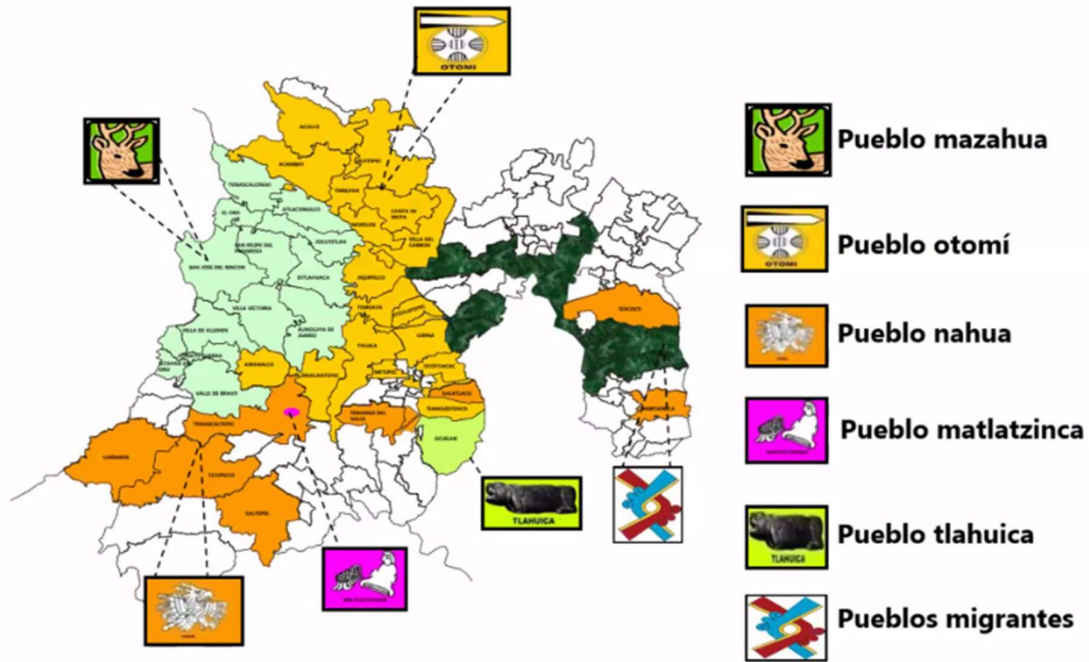
Potencial gastronómico

Contexto geográfico

El Estado de México, es un territorio que sobresale por poseer una gran riqueza en recursos culturales, naturales, históricos y gastronómicos. Principalmente, en sus regiones indígenas. De acuerdo con el CEDIPIEM³ (2024) se reconocen cinco zonas (ver imagen 1) de pueblos originarios en la entidad: Matlazinca, Mazahua, Nahua, Otomí y Tlahuica. Que, en conjunto, abarcan 43 de 125 municipios.

³ Consejo Estatal para el Desarrollo Integral de los Pueblos Indígenas

Imagen 1: Pueblos Indígenas del Estado de México



Fuente: CEDIPIEM, 2024

De las regiones señaladas; la mazahua es la más numerosa en población, con un total de 132 mil 710 personas hablantes de su lengua (Inegi, 2025). Integrada por 13 municipios rurales⁴, de los cuales 9 tienen un alto índice de marginación a consecuencia de otras problemáticas socioeconómicas como la pobreza y la migración, principalmente. Entre los que se encuentra San Felipe del Progreso; municipio que, a pesar de estar inmerso en dichas problemáticas, destaca por ser el icono cultural de este pueblo originario. Razones que orillaron a considerarlo el núcleo para el desarrollo de esta propuesta y cuyas principales características geográficas se describen a continuación.

- Localización

San Felipe del Progreso, se localiza en la región norte del Estado de México (ver imagen 2), aproximadamente a una hora y media de la Ciudad Capital de Toluca, cuenta con una altitud promedio de 2,700 msnm. Limita con los municipios de Jocotitlán, El Oro, Villa Victoria, e Ixtlahuaca, y está

en el Eje Neovolcánico. Sus datos de identificación geográfica y censal son:

Tabla 1. Datos de identificación geográfica y censal. San Felipe del Progreso, Estado de México. México.

Entidad federativa	México (15)
Clave censal	15074
Coordenadas	-Longitud 100°05'06.00" W 99°52'01.92" W, -Latitud 19°31'59.16" N 19°45'54.36" N
Número de localidades	104

Fuente: Elaboración propia con base a Inegi, 2025

⁴ Almoloya de Juárez, Atlacomulco, Donato Guerra, El Oro, Ixtapan del Oro, Ixtlahuaca, Jocotitlán, San Felipe del Progreso, San José del Rincón, Temascalcingo, Valle de Bravo, Villa de Allende y Villa Victoria (CEDIPIEM, 2024).

Imagen 2. Mapa de localización, San Felipe del Progreso, Estado de México. México.



Fuente: Inegi, 2025

- Dimensión físico-natural

Considerar los elementos del entorno físico-natural es fundamental para enriquecer la información de un determinado espacio para los turistas gastronómicos, principalmente para el diseño de los *tours* y del itinerario que acompañará a la ruta propuesta. Principalmente, deberán considerarse los elementos como el clima, el relieve, el suelo, la fauna y la vegetación; mismos que además de dar una identidad al territorio, se relacionan directamente con la producción y disponibilidad de alimentos (Troncoso, 2019).

Para el caso de la zona de estudio, sus principales características (ver tabla 2) se relacionan a paisajes boscosos con amplia disponibilidad de cuerpos de agua (ver imagen 3) y un relieve accidentado que favorece al desarrollo de diferentes actividades turísticas como el ecoturismo y el turismo rural. En cuanto a la parte gastronómica, el clima permite la obtención de diferentes alimentos como el maíz, los hongos silvestres (temporada de lluvias), amplia variedad de quelites y legumbres como el chícharo, el haba y el frijol.

Tabla 2. Entorno físico-natural. San Felipe del Progreso, Estado de México. México.

Componente	Descripción
Clima	Predomina el clima templado subhúmedo y semifrío; lluvias concentradas en verano. Temperatura media anual: 9–15 °C
Geomorfología	Topografía accidentada y quebrada; presencia de cerros, sierras, lomeríos y llanuras; pendientes que condicionan el desarrollo urbano.
Hidrografía	Abundancia de escurrimientos superficiales; ríos, arroyos, manantiales y presas, entre la que destaca Tepetitlán, con importancia para riego y consumo humano.
Vegetación y recursos naturales	Amplias zonas boscosas; presencia de áreas naturales protegidas; alta biodiversidad.
Suelos	Suelos de origen volcánico, aptos para actividades forestales y agrícolas; algunas limitaciones por pendiente y erosión.

Contexto faunístico estrechamente vinculada a los ecosistemas forestales de clima templado y semifrío, que proporcionan refugio, alimentación y zonas de reproducción para diversas especies.

Fuente: Elaboración propia con base a Copladem, 2025.

Imagen 3. Presa de Tepetitlán. San Felipe del Progreso, Estado de México. México.



Fuente: Recorrido de campo.

- Dimensión sociocultural

Para González (*et al*, 2019: 13), esta dimensión en el diseño de una ruta gastronómica; se refiere al conjunto de relaciones sociales y económicas que se establecen en cualquier sociedad y que tienen como base la religión, la ética y la cultura. Tiene como referente obligatorio a la población y presta especial atención a sus formas de organización y de participación en la toma de decisiones. Considera variables como el contexto demográfico, la economía y las manifestaciones culturales.

Tabla 3. Contexto demográfico, San Felipe del Progreso, Estado de México. México.

Indicador	Descripción cualitativa	Datos cuantitativos
Población total	Municipio con población mayoritariamente rural y dispersa.	14,924 habitantes (Censo 2020) 26 localidades concentran el

		57.82% de la población 42.18% en localidades rurales
Densidad de población	Baja densidad debido a la amplia extensión territorial del municipio.	Aproximadamente 296 hab/km ²
Composición étno-cultural	Fuerte presencia indígena que influye en la identidad cultural y social del municipio.	Más de 100,000 habitantes por auto adscripción indígena Mazahua
Lengua indígena	Importante proporción de población hablante de lengua originaria.	Aproximadamente 40,000 hablantes de lengua mazahua

Estructura etaria (tendencia)	Alta presencia de población infantil, adolescente y joven, lo que incrementa la demanda de servicios educativos y sociales.	57.82% concentrada en población joven y adulta en localidades urbanas
Condición general	Municipio con retos en desarrollo social derivados de dispersión territorial y crecimiento poblacional.	IDH municipal (2020): 0.656 (medio)

Fuente: Elaboración propia con base a Inegi, 2020.

a) Contexto económico

Para el caso de la zona de estudio, esta se caracteriza por una estructura productiva predominantemente primaria (ver imagen 4), con fuerte dependencia de actividades agropecuarias, forestales y de autoconsumo, además de actividades ganaderas que se destacan por la cría de aves de corral, borregos, equinos, porcinos y ovinos, complementadas por el comercio local y los servicios básicos. La economía municipal presenta bajos niveles de diversificación, limitada industrialización y una alta vinculación con municipios vecinos y centros regionales como Toluca, Atlacomulco e Ixtlahuaca.

Imagen 4. Paisaje agrícola, San Felipe del Progreso, Estado de México. México.



Fuente: Recorrido de campo.

b) Manifestaciones culturales

Predominan fiestas patronales, celebraciones religiosas, ceremonias tradicionales, danzas, música y una gastronomía tradicional de saberes indígenas⁵, las cuales fortalecen el sentido de pertenencia comunitaria y la continuidad del patrimonio cultural inmaterial. Este tipo de organizaciones festivas y religiosas se sustentan en el sistema de cargos con figuras como: mayordomos, fiscales, promeseros, padrinos del santo, entre otros cargos asignados en asamblea bajo protocolos rituales, estos cargos pueden ser vitalicios, heredados, temporales, individuales o colectivos, características cambiantes de acuerdo con cada comunidad y región. Destacan los rituales asociados al calendario agrícola y a la cosmovisión indígena, en estrecha relación con la naturaleza y el territorio (Ramírez, 2008).

El patrimonio cultural tangible se complementa con espacios de alto valor simbólico, como el Centro Ceremonial Mazahua (ver imagen 5), reconocido como Área Natural Protegida, donde convergen elementos culturales, espirituales y ambientales relacionados con la mariposa monarca. Constituye un referente regional de identidad y un punto estratégico para la revalorización y el turismo cultural y sustentable.

Imagen 5. Centro ceremonial mazahua, San Felipe del Progreso, Estado de México. México.

⁵ Uso de recursos alimenticios endógenos, técnicas y herramientas prehispánicas como el metate y el molcajete.



Fuente: Recorrido de campo.

Con relación a la información del contexto geográfico, se determina que la zona de estudio cuenta con potencial gastronómico; principalmente por las características de su entorno físico-natural, su vocación agropecuaria y su esencia indígena, que en términos de cocina se sustenta en saberes ancestrales, técnicas culinarias tradicionales y el uso de ingredientes endógenos, lo que la convierte en un elemento clave del patrimonio cultural inmaterial del municipio.

Asimismo, la presencia del Centro Ceremonial Mazahua y la cercanía con la Reserva de la Biosfera Mariposa Monarca, ofrece condiciones favorables para vincular la gastronomía con el turismo de naturaleza y cultural, en caso de requerir un producto turístico y gastronómico con mayor extensión; haciendo posible crear ferias de productos locales, exposiciones de cocinas tradicionales y experiencias de agroturismo y etnoturismo.

Siendo identificado el contexto geográfico y los principales platillos emblemáticos de la zona de estudio. Ese necesario realizar un análisis FODA, el cual permite realizar una evaluación general del potencial gastronómico y determinar con los resultados la viabilidad de la ruta que se propone.

Análisis FODA

En este punto se reconocen los factores internos (fortalezas y debilidades) y externos (oportunidades y amenazas) que favorecen u obstaculizan

Por otro lado, este potencial se vislumbra también en su base productiva agroalimentaria, caracterizada por el cultivo de maíz nativo, frijol, haba, quelites y otros productos de temporal, así como la recolección de hongos silvestres comestibles; lo cual alude a una cocina de identidad, estacional y de bajo impacto ambiental. Además de la presencia de cuerpos de agua como la presa de Tepeitlán que permite el aprovechamiento de animales comestibles como el pato y los charales.

Siendo así, se reconoce que estos insumos son viables para integrar una oferta gastronómica con potencial para el desarrollo de recorridos cortos de comercialización, visitas a mercados locales y experiencias culinarias comunitarias como parte de una ruta gastronómica.

Inventario de recursos gastronómicos

El inventario de recursos gastronómicos es el resultado de la aplicación de las encuestas a la población local, quienes identificaron platillos elaborados con recursos de la región, uso de técnicas y herramientas de saberes indígenas y aquellos endémicos o diferentes a otras zonas de la entidad. Del total de encuestas, 46 fueron respondidas por mujeres lo que representa 66% y 24 por hombres, es decir el 24%. En conjunto se identificaron 13 platillos (ver Tabla 7 en la página 20). Sin embargo, para fines prácticos en la ruta se incluirán los 10 con mayor porcentaje de mención.

La información se clasificó en platillo o bebida tradicional, ingredientes, herramientas y técnicas asociadas utilizada; así como, la localidad o localidades donde se elabora; elemento que permitirá connotar el diseño cartográfico de la ruta. Obteniendo los siguientes resultados

el desarrollo de productos turísticos y gastronómicos como las rutas, los cuales se ponderan para definir la viabilidad de estas (

Tabla 4).

Tabla 4: Análisis FODA

	FORTALEZAS	DEBILIDADES
ANÁLISIS INTERNO	Existencia de recursos gastronómicos tradicionales Diversidad de recursos gastronómicos Productores clave de alimentos Recursos naturales y culturales susceptibles de aprovechamiento turístico gastronómico. Oferta turística de hospedaje y alimentos Capacidad asociativa e interés de actores clave para detonar un proyecto de turismo gastronómico Infraestructura de transporte Infraestructura de comunicación Promoción turística del destino	Carencia de una oferta turístico- gastronómica integrada y bien organizada Poca diversificación de los servicios gastronómicos Ausencia de ideas innovadoras. Infraestructura turística limitada y de mediana calidad para el caso de Anganguero Escaso conocimiento sobre la agregación de valor que se le puede dar a la gastronomía vinculada al turismo.
	OPORTUNIDADES	AMENAZAS
ANÁLISIS EXTERNO	Productos alimenticios complementarios Interés de determinados segmentos de consumidores por los alimentos tradicionales. Interés por parte de actores locales insertos en actividades gastronómicas para desarrollar proyectos relacionados al turismo. Posibilidad de vínculo entre instituciones y productores locales.	Influencia gastronómica de otras regiones indígenas. Mayor apoyo a las actividades vinculadas con los recursos turísticos consolidados. Escasos proyectos para aprovechamiento de la gastronomía vinculada a las actividades turísticas.

Fuente: Elaboración propia.

Los resultados anteriores, consolidan que la oferta agroalimentaria a proponer debe involucrar el reconocimiento, preparación y degustación de los platillos tradicionales potenciales, interactuando a su vez, con la cultura, el ambiente y los actores locales. El análisis de fortalezas y oportunidades señala que no bastará con poseer un alimento emblemático o de gran tradición. Sino también contar con actividades relacionadas a los recursos naturales y culturales para complementar la experiencia turística. Por su lado, las debilidades y amenazas indican el especial cuidado para contar con una oferta básica de servicios; así como, productos complementarios y sobre todo el interés por parte de la población local. Además de establecer vínculos con otros actores sociales, económicos y políticos, para generar un producto integral.

Diseño de la ruta

El concepto guía para el diseño de la ruta que se propone, es el de Montesinos (2012: 103), quien la considera como un

“itinerario con un origen, dimensión territorial, y configuración estructural específica que enlaza destinos, productos, atracciones, servicios y actividades fundamentadas en la producción, creación, transformación, evolución, preservación, salvaguarda, consumo, uso, gozo, disfrute de manera saludable y sostenible del Patrimonio Gastronómico Mundial Cultural, Natural, Inmaterial, Mixto y todo lo que respecta al sistema alimenticio de la humanidad”.

Bajo este término, se decide integrar para la zona de estudio, actividades de varias modalidades turísticas y de turismo gastronómico, que permitan

a los visitantes conocer prácticas productivas tradicionales, además de degustar la gastronomía local y productos agroalimentarios; así como disfrutar de la naturaleza y de otras manifestaciones culturales del territorio.

Considerando el contexto geográfico, el inventario gastronómico y los resultados del FODA; así como, lo estipulado por (Reyes et al., 2023) en su metodología para el diseño de rutas. La propuesta tendrá las siguientes características. Por su temática, es etnogastronómica; su dimensión territorial es municipal; su estructura geográfica es semicircular (ver imagen 6), dada la localización de los puntos de interés, la infraestructura vial y la topografía del terreno. En cuanto a su marco natural, es terrestre de ecosistema boscoso y lacustre. Los desplazamientos podrán realizarse por diversos medios de transporte, ya que se cuenta con la infraestructura de comunicación y señalética suficiente (ver imagen 7) para realizar recorridos en grupo o de manera individual.

Como todo producto turístico y gastronómico, es necesario contar con una imagen que permita

realizar posteriormente las labores de promoción. Para tal fin, se diseñó un logotipo que conserva las características de enmarcar los elementos territoriales y gastronómicos clave de la zona de estudio.

Para el trazo de la ruta, como se mencionó en el apartado de metodología, se hace uso del Sistema de Información Geográfica *Google My Maps*, el cual permite señalar los puntos de interés, además de marcar el flujo de inicio y fin del itinerario.

Estructura geográfica

Para el diseño del recorrido de la ruta propuesta se retoman las localidades en donde fueron identificados los platillos emblemáticos. Para fines técnicos se le denominaron nodos de atracción (ver tabla 5). Es decir, aquellos lugares donde los turistas realizaran las actividades gastronómicas correspondientes. Además de otros lugares considerados relevantes para el desarrollo de actividades relacionadas al uso de la naturaleza y la cultura, con la intención de incrementar la experiencia y obtener un producto integral.

Tabla 5. Nodos de interés turísticos y gastronómicos, San Felipe del Progreso, Estado de México, México.

Nodo	Atractivos turísticos o gastronómicos	Localización/ coordenadas Maps	Actividades sugeridas
Agua Zarca Nichi	Taco de tortilla	19.56006, -100.00899	Taller de elaboración de tortillas, salsa tradicional y degustación de taco.
Cabecera municipal de San Felipe del Progreso.	Centro histórico	19.71299, -99.95154	Recorrido por el centro histórico del municipio, visitando la iglesia y edificios administrativos de tipo colonial.
El Obraje	Platillo de charales con nopales y papas	19.72086, -99.95908	Plática sobre la cría y conservación de charal. Degustación de platillo típico.
El Tunal	-Pato en salsa verde -Caldo de guajolote	19.71551, -99.96257	Clase muestra gastronómica sobre la elaboración del platillo y cualidades nutrimentales del pato y el guajolote.

Parque Estatal Centro Ceremonial Mazahua	Centro Mazahua	Ceremonial	19.57269, -99.9629	Recorrido para observación de fauna y flora.
Presa de Tepetitlán	Cuerpo de agua		19.66076, -99.96111	Recorrido en lancha
San Antonio la Ciénega	Tamales y atolos. Tlaxcales		19.65699, -100.06184	Degustación de platillos típicos
Santa Cruz Mextepec	Platillo de papas de agua con habas en salsa verde		19.65972, -99.95305	Taller de recolección y selección de la papa de agua.
San Pablo Tlalchichilpa	Agua de sende o sendeicho		19.72224, -99.98703	Muestra de elaboración y degustación del agua de sende.
San Pedro el Alto	Pipian con papas		19.60898, -99.90322	Taller de elaboración del mole pipian tradicional mazahua.

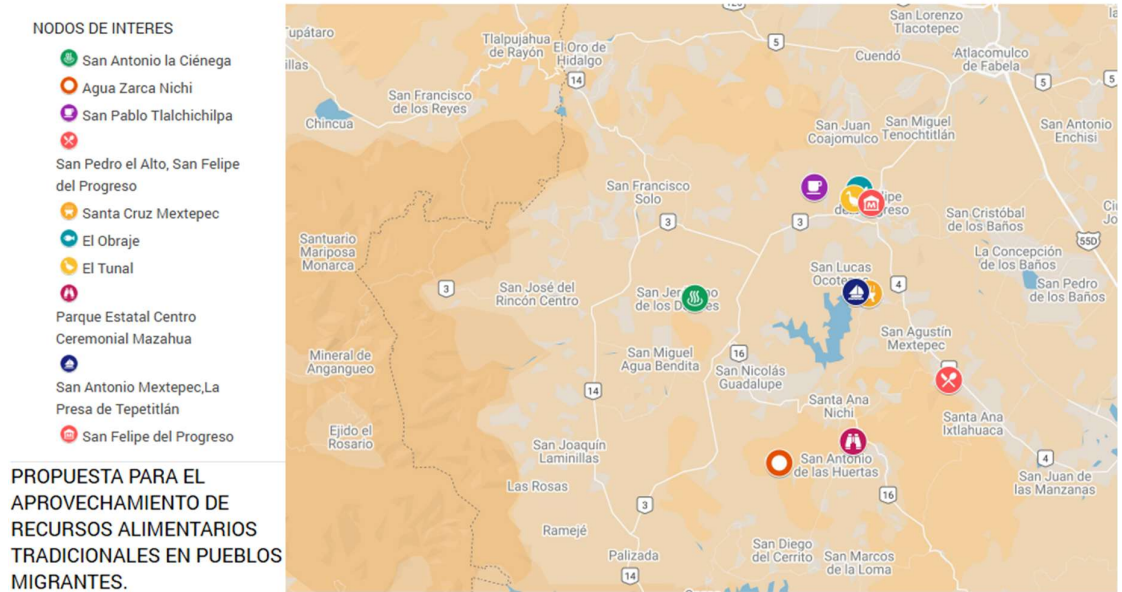
Fuente: Elaboración propia.

La representación cartográfica de la localización y distribución de los nodos de interés se presenta en las siguientes imágenes extraídas del instrumento cartográfico. Mismo que cuenta con las bondades de poder visualizarse *on line*⁶ y revisar la información relevante de cada punto en cuanto a los atractivos y actividades previamente descritos en la tabla 5, además de mostrar la estructura geográfica de la ruta y el flujo que seguirá el itinerario.

Imagen 6. Localización y distribución de nodos de interés.

⁶ https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1VJgPTpEdf8YA-qbWWb665Te7JrY_YwO8&usp=sharing

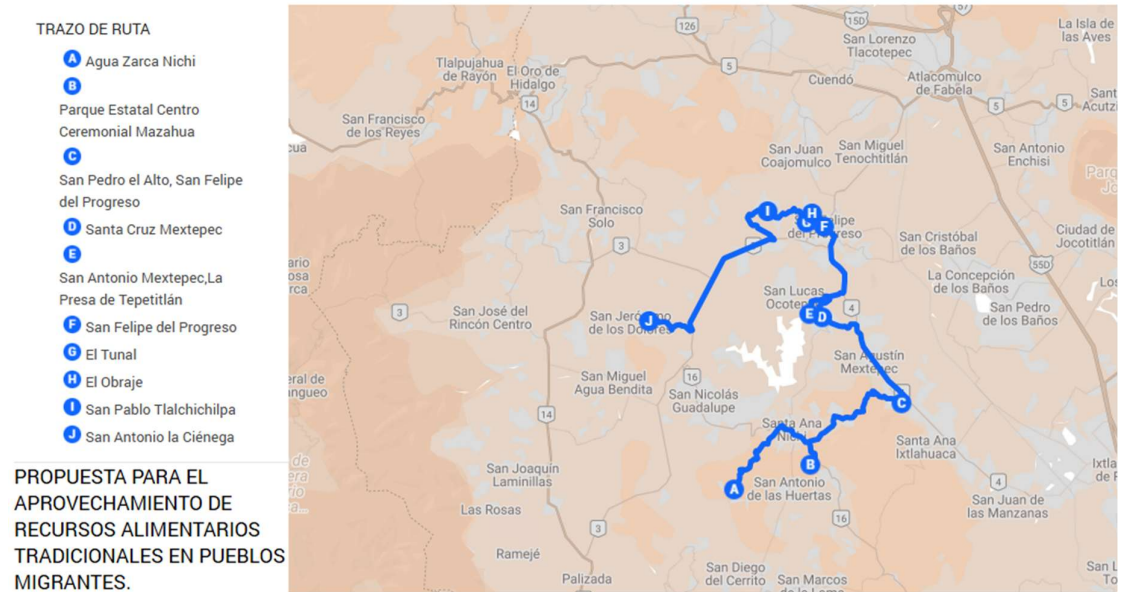
Ruta Gastronómica Mazahua



Fuente: Elaboración propia con uso de Google My Maps.

Imagen 7. Secuencia de flujo de la ruta.

Ruta Gastronómica Mazahua



Fuente: Elaboración propia con uso de Google My Maps.

Itinerario

Con los diez nodos de interés identificados y representados cartográficamente, se muestra el iti-

nerario sugerido. Considerando que este instrumento es la base para el desarrollo de cualquier producto gastronómico y turístico, principalmente si se relaciona a una ruta.

La secuencia de actividades (ver tabla 6) está basada en la localización y distribución de los puntos, a modo de respetar la estructura geográfica y el flujo vial recomendado por el SIG. Además, se consideraron principios de sostenibilidad y equidad social, procurando que los beneficios económicos, culturales y ambientales se distribuyan de manera justa entre las comunidades participantes.

En términos económicos, las actividades (talleres, degustaciones y recorridos) serán operadas por habitantes locales, lo que favorece la generación de ingresos complementarios y fortalece las economías familiares.

En el ámbito sociocultural, se priorizó la participación de cocineras tradicionales, productores agropecuarios y portadores de saberes locales, lo que garantizó la valorización del conocimiento indígena mazahua. Asimismo, se promueve la rotación de nodos dentro de la ruta, de modo que distintas localidades puedan integrarse progresivamente al circuito turístico.

En cuanto al componente ambiental, el itinerario fomenta el uso de insumos locales, de temporada y de bajo impacto ecológico, así como prácticas tradicionales como la recolección responsable, la agricultura de subsistencia y el aprovechamiento integral de los recursos. Las actividades turísticas propuestas son de baja intensidad (talleres, recorridos guiados, degustaciones), lo que minimiza la alteración del entorno natural.

Tabla 6. Propuesta de itinerario

DÍA	HORA	ACTIVIDAD
1	8:00 am	Llegada a la localidad de Agua Zarca Nichi.
	8:30 a 10:00	Taller de elaboración de tortillas, salsa tradicional y degustación de taco.
	10:00: 10:30	Traslado al centro ceremonial Mazahua
	10:30 a 12:30	Recorrido guiado por el centro ceremonial Mazahua y observación de flora y fauna endémicos.
	12:30 a 13:00	Traslado a la localidad de San Pedro el Alto
	13:00 a 15:00	Taller de elaboración del mole pipián tradicional mazahua.
	15:00 a 17:00	Tiempo de alimentación
	17:00 a 17:30	Traslado a la localidad de Santa Cruz Mextepec
	17:30 a 19:00	Taller de recolección y selección de la papa de agua.
	19:00 a 19:30	Traslado al hotel / fin de actividades
	8:00 a 10:00	Desayuno y Recorrido guiado en el centro histórico, conociendo la iglesia principal, el museo de la cultura mazahua y edificios coloniales.
	10:00 a 10:30	Traslado a la comunidad de El Tunal
	10:30 a 12:00	Clase muestra gastronómica sobre la elaboración del platillo y cualidades nutrimentales del pato y el guajolote
	12:00 a 12:30	Traslado a la comunidad de El Obraje

DÍA	HORA	ACTIVIDAD
2	12:30 a 13:30	Plática sobre la cría y conservación de charal. Degustación de platillo típico.
	13:30 a 13:30	Traslado a la presa de Tepetitlán
	13:30 a 15:00	Recorrido en lancha por la presa Tepetitlán, tiempo de alimentación
	15:00 a 15:30	Traslado a la comunidad de San Pablo Tlalchichilpa
	15:30 a 16:30	Muestra de elaboración y degustación del agua de sende o sendecho.
	16:30 a 17:00	Traslado a la comunidad de San Antonio la Ciénega
	17:00 a 19:00	Merienda de despedida con tamales y atole agrios
	19:00	Fin de actividades de la ruta

Fuente: Elaboración propia.

En cuanto a su viabilidad, la propuesta de este itinerario se planea para desarrollarse en dos días y una noche, lo cual favorece la distribución temporal de los visitantes y evita concentraciones excesivas en un solo punto. Asimismo, la distribución espacial de los nodos también contribuye a dispersar los flujos turísticos dentro del territorio.

Aunado a lo anterior, se sugiere que las visitas se realicen bajo esquemas de reservación previa y con grupos no mayores a 10–15 personas por nodo, lo que permitirá mantener la calidad de la experiencia, evitar la saturación de servicios y reducir impactos socioculturales.

Como puede observarse, las actividades propuestas no implican transformaciones intensivas del entorno, ya que se basan en prácticas existentes (preparación de alimentos, recolección, agricultura tradicional, entre otras). No obstante, se recomienda establecer mecanismos comunitarios de monitoreo que permitan evaluar periódicamente el número de visitantes y la percepción de la población local, con el fin de ajustar la operación de la ruta en función de sus límites de tolerancia.

Cabe mencionar que, al ser una propuesta, esta puede adaptarse a los intereses de cualquier servidor turístico y público interesado en recorridos gastronómicos.

Discusión y Conclusiones

El desarrollo de esta propuesta de ruta permite ejemplificar el cómo aprovechar los recursos gastronómicos, naturales y culturales disponibles en un lugar afectado por problemáticas socioeconómicas como lo es San Felipe del Progreso, municipio perteneciente a la región indígena mazahua del estado de México. Donde la pobreza, la migración y la marginación han estado inmersas en su proceso histórico, impidiendo un óptimo desarrollo y calidad de vida en su población.

Desde una perspectiva teórica y conceptual, la propuesta de ruta cumple con los lineamientos básicos en su integración como producto turístico-gastronómico, ya que considera la detección de un inventario gastronómico y turístico en sus vertientes natural y cultural; así como, la disponibilidad de servicios (Montesinos, 2022: 69). Además de contar con características únicas en su acervo gastronómico que no podrían ser estandarizados o replicables en otras zonas debido al uso de ingredientes endémicos.

Con relación a la metodología; los recorridos de campo y las entrevistas a la población local, permitieron identificar los platillos emblemáticos de la zona de estudio, favoreciendo la integración del inventario gastronómico y la localización geográfica de los mismos. Por otro lado, al basarse en otros postulados metodológicos y resultados de la revisión bibliográfica, se logró obtener un contexto geográfico que determinó lugares y actividades complementarias en el ámbito natural y

cultural para enriquecer la propuesta. Asimismo, el uso de un Sistema de Información Geográfica como fue el Google *My Maps*, favoreció la representación, el análisis de la ubicación y distribución de los puntos de interés para definir el recorrido e itinerario de la ruta.

Analizando lo correspondiente al entorno geográfico, se dedujo que San Felipe de Progreso cuenta con un potencial gastronómico y turístico relevante; encontrándose zonas boscosas y lacustres que integran paisajes naturales de singular belleza, apropiados para el diseño de otras propuestas con mayor carga turística (ecoturismo, turismo rural, entre otros) que sin problema pueden aumentar la diversificación de oferta para este producto que se diseñó desde la perspectiva gastronómica.

Respecto al inventario de recursos gastronómicos; los diez platillos seleccionados son una muestra de la capacidad que tiene la población en la conservación de algunos ingredientes, técnicas y herramientas de origen prehispánico en sus actuales modos de alimentación; como son los charales, el pato, las papas de agua, los nopales y el maíz; el metate y las ollas de barro. Elementos clave para la preservación de la identidad cultural y del patrimonio, tanto estatal como nacional.

En atención a la problemática principal que es coadyuvar por medio de estrategias alternativas en el desarrollo local y el aumento de la calidad de vida de la población en entornos migrantes y con otros problemas socioeconómicos. Se reconoce que esta propuesta de producto turístico-gastronómico requiere la intervención de expertos para su puesta en marcha y definición de costos, imagen de promoción y difusión. Elementos que permitirán identificar los beneficios directos en la población. Además de necesitar un respaldo político y legal para su aplicación. Aspectos que se consideran trabajar para desarrollar una segunda parte del proyecto.

No obstante, este trabajo representa un caso ejemplar de cómo un espacio indígena puede consolidarse como un eje articulador de dinámicas derivadas del turismo gastronómico. Sugiriendo la necesidad de implementar políticas públicas y estrategias comunitarias que reconozcan su valor

patrimonial, cultural y natural para un óptimo desarrollo social.

Declaraciones

Uso de herramientas de IA

Los autores declaran haber utilizado herramientas de Inteligencia Artificial generativa (específicamente NotebookLM) como apoyo en tareas relacionadas con la corrección de estilo, revisión gramatical y mejora de la redacción del manuscrito. Dicha herramienta no fue empleada para la generación de datos, el análisis de resultados, la interpretación de hallazgos, la elaboración de conclusiones ni la toma de decisiones científicas. Todo el contenido académico, metodológico y analítico del artículo fue desarrollado, revisado y validado por los autores, quienes asumen plena responsabilidad por la integridad, la originalidad y la precisión del trabajo presentado.

Financiamiento

Asimismo, declaramos que el proyecto fue financiado por el Consejo Mexiquense de Ciencia y Tecnología a través de su Programa de Investigadoras e Investigadores COMECYT (<https://comecyt.edomex.gob.mx/acerca-comecyt>), en la modalidad de Posdoctorado de Cátedra.



Conflictos de interés



Los autores declaran no tener conflictos de interés.



Referencias


- CEDIPIEM. (2024). Pueblos indígenas. Gobierno del Estado de México. https://cedipiem.edomex.gob.mx/pueblos_indigenas
- Comité de Planeación para el Desarrollo del Estado de México (COPLADEM). (2025). Plan de desarrollo municipal de San Felipe del Progreso 2025–2027. Gobierno del Estado de México. https://copladem.edomex.gob.mx/sites/copladem.edomex.gob.mx/files/files/pdf/Planes%20y%20programas/Mpales-2025-2027/PDM_2025-2027_SAN_FELIPE_DEL_PROGRESO.pdf
- García, I., & Jiménez, A. (2021). Ruta gastronómica Monarca. En López et al. (Eds.), *¿Qué se come aquí? La gastronomía en el marco turístico de los pueblos mágicos* (pp. 209–222). UOC Editorial.
- González, M., Blanco, M., Araujo, N., & Escarramán, A. (2019). Diseño y operación de productos agroturísticos. Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura (IICA). https://www.researchgate.net/publication/339508783_Diseño_y_operación_de_productos_agroturísticos
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (2020). Censo de población y vivienda 2020. https://www.inegi.org.mx/app/areasgeograficas/?a_g=150740001#collapse-Resumen
- Jeambey, Z. (2016). Rutas gastronómicas y desarrollo local: Un ensayo de conceptualización en Cataluña. PASOS. Revista de Turismo y Patrimonio Cultural, 14(5), 1187–1198. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=88147717009>
- López-Guzmán, T. J., & Sánchez Cañizares, S. M. (2012). La gastronomía como motivación para viajar: Un estudio sobre el turismo culinario en Córdoba. PASOS. Revista de Turismo y Patrimonio Cultural, 10(5), 575–584. <https://doi.org/10.25145/j.pasos.2012.10.072>
- Mason, M. C., & Paggiaro, A. (2012). Investigating the role of festivalscape in culinary tourism: The case of food and wine events. *Tourism Management*, 33, 1329–1336. <https://doi.org/10.1016/j.tourman.2011.12.016>
- Montecinos, A. (2022). Manual de negocios, productos gastronómicos y turísticos: Competitividad, gestión, servicio e indicadores (1ª ed.). CEGAHO.
- Montecinos, A. (2025). Planificación de destinos de turismo gastronómico sostenible. *Tirant Humanidades*.
- Palazuelos, E. (2025). La importancia del turismo gastronómico en México: Rescate de la identidad y generación de cadenas de valor. Federación de Empresarios Turísticos A.C. <https://fetur.org/2025/03/la-importancia-del-turismo-gastronomico-en-mexico-rescate-de-la-identidad-y-generacion-de-cadenas-de-valor/>
- Ramírez, I. (2008). Mazahuas del Estado de México. Proyecto Perfiles Indígenas de México. <https://www.academica.org/salomon.nahmad.sitt/on/55>
- Reyes Pesante, E. H., Valdés Alarcón, M. E., Santacoloma Pérez, O., & Fierro Mosquera, D. G. (2023). Modelo metodológico para el diseño de rutas gastronómicas en el Ecuador. *Revista Científica Ciencia y Tecnología*, 23(39), 63–72. <https://doi.org/10.47189/rcct.v23i39.618>
- Secretaría de Turismo (SECTUR). (2012). Rutas gastronómicas de México. Gobierno de México. http://rutasgastronomicas.sectur.gob.mx/descargas/guia_rapida.pdf
- Serrano Barquín, R., Gutiérrez Cedillo, J. G., Cruz Jiménez, G., & Madrigal Uribe, D. (2011). Región mazahua mexicana: Una visión desde sistemas complejos para la evaluación multicriterio-multiobjetivo. *Gestión Turística*, 16, 95–125. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=223322452005>
- Troncoso, B. (2019). Geografía del turismo en República Dominicana. *Búho*.
- Vizcarra, I., Lutz, B., & Ramírez, R. (2019). El mismo fogón: Migración y trabajo reproductivo femenino en comunidades mazahuas. *Convergencia*, 20(61), 193–218. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-14352013000100008




Tabla 7. Inventario de Recursos Gastronómicos, San Felipe del Progreso, Estado de México, México.


Platillo tradicional identificado	Localidad donde se elabora	Ingredientes de origen prehispánico reconocidos	Herramientas tradicionales utilizadas	Técnicas tradicionales asociadas	Encuestas que lo mencionan / % sobre el total
Taco de tortilla 	Cabecera municipal y comunidades cercanas: Agua Zarca Nichi, San Antonio la Ciénega, San Pablo Tlalchichilpa, San Pedro el Alto	Maíz nativo, chile seco, agua miel	Comal, metate, molino manual	Nixtamalización, molienda	52 / 74%
Agua de sende o sendencho 	Todo el municipio	Maíz germinado, agua miel.	Olla de barro, cucharón de madera	Nixtamalización, germinación	38 / 54%

Platillo tradicional identificado	Localidad donde se elabora	Ingredientes de origen prehispánico reconocidos	Herramientas tradicionales utilizadas	Técnicas tradicionales asociadas	Encuestas que lo mencionan / % sobre el total
Atole agrio 	Cabecera municipal y zonas rurales	Maíz azul	Olla de barro, molcajete	Nixtamalización, molienda	47 /67%
Tamal agrio 	Cabecera municipal	Masa de maíz, totemoxtle (hojas de maíz secas).	Vaporera tradicional, metate	Nixtamalización, molienda, cocción al vapor	41 /59%

Platillo tradicional identificado	Localidad donde se elabora	Ingredientes de origen prehispánico reconocidos	Herramientas tradicionales utilizadas	Técnicas tradicionales asociadas	Encuestas que lo mencionan / % sobre el total
Pipían con papas y carne de puerco 	Cabecera municipal y comunidades rurales	Semillas de chile seco, epazote.	Metate, cazuela de barro.	Molienda, cocción lenta	31 /44%
Pato en salsa verde 	Localidades lacustres cercanas a la Presa de Tepetitlán: Santa Cruz Mextepec, El Obraje y El Tunal.	Chiles verdes, verdolagas.	cazuela de barro	Caza (pato de la presa)	29 /41%

Platillo tradicional identificado	Localidad donde se elabora	Ingredientes de origen prehispánico reconocidos	Herramientas tradicionales utilizadas	Técnicas tradicionales asociadas	Encuestas que lo mencionan / % sobre el total
Charales con nopales y papas 	Localidades lacustres cercanas a la Presa de Tepetitlán: Santa Cruz Mextepec, El Obraje y El Tunal.	Charales, nopal, chile seco	Comal	Recolección, pesca artesanal	33 / 47%
Papas de agua con habas 	Todo el municipio	Habas, papas de agua, chiles verdes.	Olla de barro, cuchara de madera	Recolección, cocción tradicional	26 / 37%
Tlaxcales o gorditas de maíz dulce 	Todo el municipio	Maíz criollo, piloncillo	Comal, metate	Nixtamalización, molienda	49 / 70%

Platillo tradicional identificado	Localidad donde se elabora	Ingredientes de origen prehispánico reconocidos	Herramientas tradicionales utilizadas	Técnicas tradicionales asociadas	Encuestas que lo mencionan / % sobre el total
Caldo de guajolote 	Festividades y ocasiones especiales en todo el municipio	Guajolote, chile.	Olla grande de barro, molcajete	Cría tradicional, cocción lenta	35 / 50%
Quelites guisados 	Comunidades rurales	Quelites, chile seco o verde	Comal, olla de barro	Recolección	21 / 30%
Pulque 	Todo el municipio	Aguamiel de maguey	Tinacal, recipientes de barro	Recolección, fermentación	18 / 26%

Platillo tradicional identificado	Localidad donde se elabora	Ingredientes de origen prehispánico reconocidos	Herramientas tradicionales utilizadas	Técnicas tradicionales asociadas	Encuestas que lo mencionan / % sobre el total
Chirrión (sin foto)	Todo el municipio	Carne seca, chile	Comal	Secado tradicional	14 / 20%
Barbacoa tradicional 	Platillo regional	Carne de borrego, chile, penca de maguey.	Horno de tierra, ollas de barro	Cocción bajo tierra, uso de pencas.	16 / 23%