

LAS
semillas
QUE NOS
dieron patria

SISTEMA
DE TRANSPORTE
COLECTIVO

DIRECCIÓN GENERAL
DE CULTURAS POPULARES,
INDÍGENAS Y URBANAS

CulturasPopularesOficial
@dgcpopulares
culturas.populares

Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa.

GOBIERNO DE
MÉXICO | **CULTURA**
SECRETARÍA DE CULTURA

gob.mx/cultura

Cartografía de Sabores

Flor de cempasúchil

#CulturaAlimentaria

Cartografía de Sabores

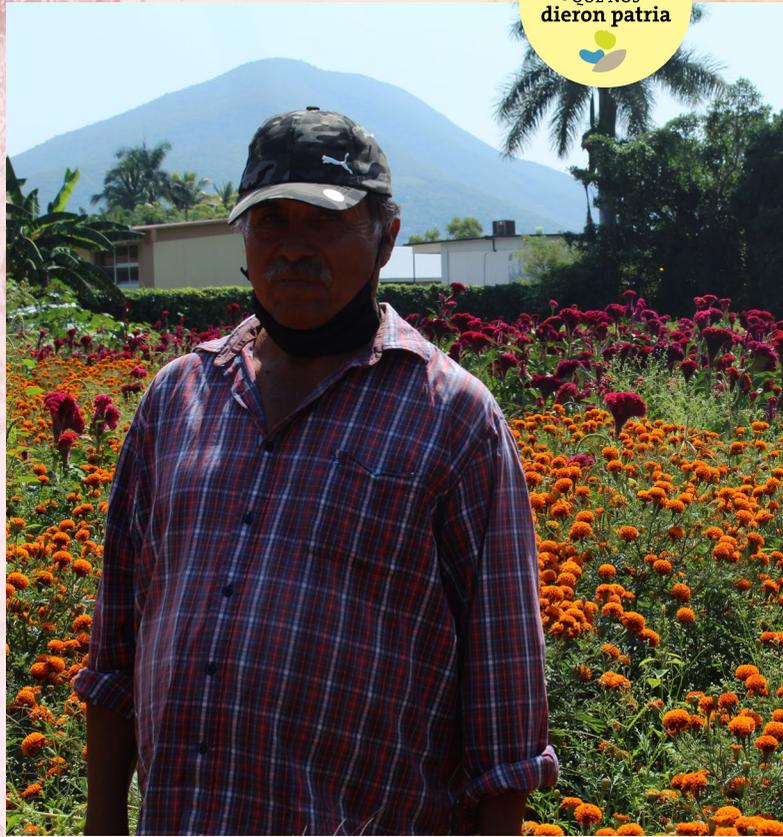
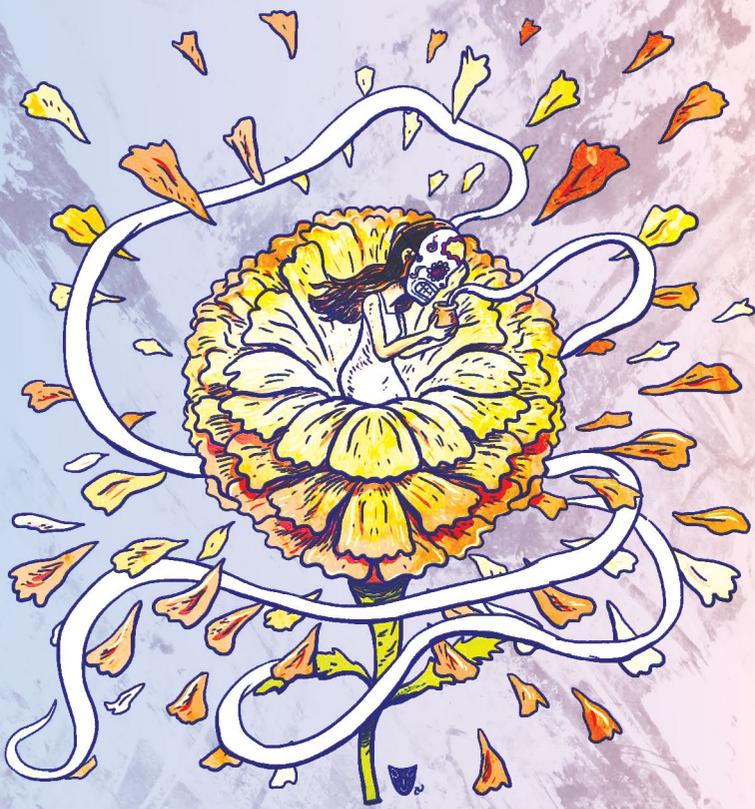
Flor de cempasúchil /
R'igajú (mè'phàà)

Desde épocas prehispánicas, las flores de cempasúchil han sido utilizadas en celebraciones y actos rituales.

Consumir los pétalos de cempasúchil como alimento aporta alto contenido de carotenoides (antioxidantes) y beberlos en infusiones es relajante, además de ser de gran ayuda por sus propiedades antioxidantes y germicidas. Gran parte de sus especies contienen sustancias químicas que contribuyen al control de plagas y enfermedades de los cultivos, y en el norte del país se utiliza para lavar las sábanas y así evitar que se suban las plagas.

Los mayores productores de esta flor son los estados de Guerrero, Jalisco, México, Morelos, Oaxaca y Puebla.





Eleuterio Crespo

Productor de flor de cempasúchil de Jojutla, Morelos

Desde niño me he dedicado a la flor de cempasúchil; con mucho amor me gusta plantarla, sembrarla, regarla y abonarla. Recuerdo que desde siempre me he sentido atraído por su color, su olor y los animales que vienen a alimentarse de las flores.

Mis padres y mis abuelos se dedicaron a su cultivo, y desde niños trabajamos en las hortaliizas con la flor, para sacar adelante a nuestras familias, porque éste es el sustento, el porvenir.

El cempasúchil se siembra del 15 al 20 de agosto; la flor de terciopelo, del 10 al 25 de julio. En tierra fría tenemos otro tipo de flor de cempasúchil. La de tierra caliente es más grande, tiene más mercado. Nuestra flor es criolla, no es mejorada. Así la heredamos.

Es un orgullo y satisfacción sembrar lo que nos dieron los ancestros; aun con tantos problemas, no bajamos la guardia. Aquí, la flor es para la tradición del Día de Muertos; los yerberos la usan para preparar té, que cura el dolor de cabeza; los de Tonatico la encargan seca y la usan para evitar la caída del pelo.

El problema de la flor de cempasúchil de temporal es el clima, porque ha cambiado mucho. Antes no llovía, y ahora se viene de repente el agua con hielo por el cambio climático. Además, antes se vendía más.

A pesar de la pandemia, no se ha dejado de hacer la labor de venta, luchamos por la flor de las tradiciones de muertos; la gente no olvida a sus muertitos, eso es importante.

Yo quiero compartir esto que mis ancestros me enseñaron, a seguir adelante; nuestro sustento es el campo. Ahora, mis hijos no quieren sembrarla; ellos no sienten inclinación hacia el campo, tienen otros intereses, otras metas. En cambio, yo siempre busco un espacio para sembrar. No quiero que el campo se pierda.

TÉ DE FLOR DE CEMPASÚCHIL

INGREDIENTES

- Pétalos de dos flores de cempasúchil
- Hojas frescas de hierbabuena
- 1 taza de agua potable
- Medio limón
- Miel o endulzante al gusto

PREPARACIÓN

- Lavar y desinfectar los pétalos de cempasúchil y las hojas de hierbabuena, de preferencia con gotas de yodo.
- Agregar los pétalos al agua y hervir durante tres minutos.
- Colar y servir en una taza, junto con la hierbabuena, y dejar reposar cinco minutos.
- Agregar unas gotas de limón y miel o endulzante.

El mè'phàà o tlapaneco es una lengua que se habla en el centro y sur del estado de Guerrero; debido a los procesos migratorios, es la tercera lengua indígena más hablada en el estado de Morelos, con más de mil hablantes.*

Somos lo que comemos. Hablamos lo que somos. Hablar lo que comemos da gusto. Nuestro deseo es que esta cartografía le dé ruta a su gusto.

*Fuente: Instituto Nacional de Lenguas Indígenas (INALI).