

113
22)



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA
DE MEXICO**

FACULTAD DE CIENCIAS POLITICAS Y SOCIALES

**REPORTAJE TELEVISIVO SOBRE LA
PROBLEMATICA ALIMENTARIA EN LA
SIERRA JUAREZ**

**TESIS PROFESIONAL
QUE PARA OBTENER EL TITULO DE:
LICENCIADO EN CIENCIAS DE LA COMUNICACION
P R E S E N T A :
CLAUDIA FABIOLA ORTEGA BARBA**

DIRECTORA DE TESIS: REGINA JIMENEZ-OTTALENGO



CD. UNIVERSITARIA, MEXICO

1997

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

PAGINACION VARIA

COMPLETA LA INFORMACION

Dedicatorias

Este trabajo es el producto de la atención, confianza y apoyo recibido a partir de que dos personas decidieron ser padres. A ellos regalo el esfuerzo para concluirlo.

Gracias papás.

Una vez al platicar con mi madre le pregunté que por qué no había sido hija única y me contestó: te hubieras sentido muy sola, frente a esa respuesta no tuve nada más que decir, por eso este trabajo también está dedicado a ustedes Cynthia y Crisol por ser mis espías y confidentes.

No podía faltar en esta parte del trabajo el nombre de la persona que estuvo a mi lado durante toda la carrera compartiendo mis éxitos y fracasos y animandome con su optimismo cada que estaba a punto de claudicar. Gabriel gracias por tó amor.

También te quise poner en esta parte del trabajo a ti Gabby que fuiste la portera que me ayudó a dar a luz al producto que muchos años cargue en la espalda, te doy las GRACIAS con mayúsculas.

Y por último a una persona que no solo forma parte de mi desarrollo profesional, sino que me ha enseñado valores humanos muy importantes y a la cual admiro mucho. A Usted maestra Regina. Gracias.

Un apartado muy especial en el trabajo y en mi corazón a mi querida Mocho, donde quiera que te encuentres, porque sé que estás conmigo como siempre, en todos los momentos importantes de mi vida. Gracias por quererme y consentirme, no te olvido.

Reconocimientos

A la Universidad Nacional Autónoma de México

por aceptarme en sus aulas.

A la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales

por permitirme formar parte de sus estudiantes.

Al Instituto de Investigaciones Sociales

por abrirme sus puertas.

Al Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología

por el apoyo al Proyecto de Educación Alimentaria.

Agradecimientos

Joaquín gracias por ser la compañía de dos mujeres solas en los diversos viajes por aquellos lejanos parajes y por ayudarme a mitigar mi cansancio quitándome un peso de encima.

Enrique Basurto agradezco tu tiempo libre cedido a la causa y como no me dejo de preocupar te vuelvo a dar las gracias por ello.

Luz Elena gracias por habernos motivado a conocer y trabajar en un lugar tan alejado del asfalto y tan cerca de las nubes en donde la gente es cálida y entregada.

Genaro Jardón si no hubiera sido por tus 1000.000 chistes no me hubiera divertido tanto en el viaje, gracias por hacernos reír y por tu compañía.

A Mónica por haber llegado en el momento exacto y tener una voz con tono tan grave, ¡buena tenía que ser de la familia!, muchas gracias.

Al señor Armando García por iluminarme con su saber, ayudarme a la edición del video y resolver mis dudas durante este proceso.

Si diara las gracias a toda la gente que quiero, resultarían más páginas que la misma tesis es por esto que solo nombro a algunos y si olvidé a alguien, recuérdemelo y lo anotare con pluma.

Marituro, Lety, Sandra, Alicia, Isaac, Chucho, Martha, Alberto, Doris, Yolanda, Isabel.

Margarita, Malena.

Luz Alva, Poncho, Abel.

Alma, Ma. Elena, Edith.

A mi familia.

A la familia de Gabo.

A mis compañeros en los múltiples viajes a la Sierra.

A Dary y José Luis por darle de comer al hambriento.

etc.

INDICE

PRESENTACIÓN	1
CAPÍTULO I	6
PLAN DE PRODUCCIÓN	6
CAPÍTULO II	11
PREPRODUCCIÓN	11
2.1 Objetivo	18
2.2 Características del destinatario	19
2.3 Guión literario	27
2.4 Guión técnico	51
CAPÍTULO III	74
PRODUCCIÓN	74
CAPÍTULO IV	78
POSTPRODUCCIÓN	78
4.1 Sinopsis	84
ANEXOS	85
FUENTES CONSULTADAS	91

PRESENTACIÓN

Este trabajo trata sobre el problema alimentario de una zona rural mexicana, ubicada en la sierra del estado de Oaxaca, la cual es denominada como el Rincón zapoteco, específicamente las comunidades San Miguel Talea de Castro, San Juan Yace, Tanetze de Zaragoza, Santa María Lachichina, Santiago Yagallo, San Isidro Reforma y Santa María Yaviche.

En el aspecto alimentario, gran parte de la población presenta carencia en cuanto a la calidad, variedad y cantidad a pesar de que las características bióticas del entorno no son adversas. Este fenómeno es inquietante pues, de acuerdo con Héctor Bourges R., el 30% de la población del país pertenece al rango de lo marginal, rural y tiene una dieta monótona, que ocasiona deficiencias "nutrimentales" generalizadas.

Una de las zonas que se caracteriza por el contraste entre su diversidad biótica y lo poco variado de los alimentos es la zona a la que se hizo referencia anteriormente y de la cual se va a hablar en este trabajo. Así, el presente reportaje busca mostrar el problema alimentario que los aqueja y las aristas que lo rodean.

* BORGUES, Héctor, "Panorama de la alimentación y la nutrición", Seminario sobre la alimentación en México, UNAM, Instituto de Geografía, 1984, p.39.

Presentación

El trabajo trata de responder a las siguientes preguntas: ¿qué se come? y ¿que se comió en la región?, ¿cuándo y cómo se prepara?, ¿quién lo prepara? y ¿quién lo consume?, y el ¿por qué? de la desnutrición en esa población. Ello con el objeto de despertar la conciencia de los miembros de la comunidad del Rincón para mejorar su dieta diaria.

Para lograr el propósito de comunicar el mensaje a los habitantes de la zona, se hizo necesario que por medio de la observación participante, se reconociesen sus tradiciones, sus usos y costumbres mismos que fueron recreadas en el video. Se buscó, también, dar una información objetiva haciendo difusión de los hallazgos y reconocimientos que la comunidad científica ha realizado en materia de salud y alimento en la zona.

Las destinatarias del reportaje son las mujeres "zapotecas netzichu", quienes también protagonizan el mismo, ya que son ellas quienes encargan de la compra y elaboración de los alimentos. Sin embargo, se piensa que la recepción del mensaje podrá tener un público mayor, como son los niños y los adultos que compartirán, en las plazas públicas el lugar, la proyección del video.

El título del reportaje es: El problema alimentario en el Rincón.

Este reportaje se empieza a concebir como una inquietud personal que surge a partir de la participación en el Programa de Educación Alimentaria

realizado en la zona del Rincón Zapoteca. Dicho programa tuvo sus antecedentes en un proyecto más pequeño el cual abarcaba sólo a tres comunidades y que sirvió de base para el primero, y así, la idea de crear este reportaje en video se revitalizó gracias a la interacción que se logró con la población, que supo acogernos y ayudarnos a la realización de este trabajo.

El tema tratado en el reportaje televisivo es el de la alimentación como un elemento de tipo fisiológico, ecológico y cultural, porque si bien es cierto que el comer es una actividad primaria del hombre, el entorno ecológico y la modalidades sociales, que se dan alrededor de ella muestran una diversidad rica en matices, ya que el hombre come a partir de varios factores que incluyen lo mismo sus necesidades naturales, que su condición de hombre social.

Tenemos pues que el tema de la alimentación en la zona del Rincón de la Sierra de Juárez se abordó a partir del punto de vista del lenguaje audiovisual, ya que se desea de aportar material en video para una población marginal en lo social y en lo económico, que refleje su realidad, a través de un reportaje televisivo que presente las aristas que rodean el problema alimentario de la zona.

La investigación se apoyó en dos técnicas principalmente, por un lado en la observación documental en donde se hizo la revisión de varios trabajos

Presentación

sobre alimentación, nutrición, e información sobre el lugar al que se refiere este trabajo, y por el otro, la observación sobre el terreno o de campo, en donde se hicieron entrevistas a personas reconocidas de la región que brindaron la información pertinente en apoyo al trabajo como el doctor de la comunidad, las enfermeras, el comerciante, la "mejor" cocinera, entre otras.

El trabajo del reportaje tuvo tres momentos: el de la preproducción en donde se realizó la investigación, la planeación y la elaboración del guión, el de la producción en donde se hizo la filmación y la recopilación de material grabado y el de la postproducción o edición del programa, en donde se le dio coherencia al material recabado en la producción.

El guión:

- 1) sitúa el tema en tiempo y espacio,
- 2) habla sobre las antiguas costumbres alimentarias de la zona,
- 3) presenta el problema,
- 4) pondera las costumbres alimentarias diarias,
- 5) señala las costumbres alimentarias en días festivos
- 6) habla de como debe ser la buena alimentación,
- 7) recapitula y concluye sobre el tema.

Presentación

Se tiene la intención y la posibilidad de que este reportaje televisivo sea presenciado por la población del Rincón ya que en las comunidades más grandes se cuenta con un lugar en donde se reúnen los habitantes convocados a través de la bocina y allí ponen una televisión con video casettera.

CAPÍTULO I

PLAN DE PRODUCCIÓN

El trabajo en video es un reportaje que aborda el tema del problema alimentario en la Sierra Juárez, con el propósito de tratar de concientizar a la población de que deben mejorar su dieta.

El plan de producción sirve para preveer de los elementos y los tiempos de la realización, y debe tomar en cuenta varios principios y reglas que faciliten el desarrollo de lo planeado.

Para preveer la producción se requirió contemplar elementos tales como: los recursos materiales, recursos humanos y la búsqueda de información para crear un el guión. y el tiempo.

Entonces se tiene que el plan de producción se refiere al calendario de actividades, determinando éstas de manera específica, y de la relación de recursos que se requiere en cada momento de la producción.

Así, el Plan de Producción del presente trabajo quedó integrado de la siguiente manera:

Plan de producción

Actividades (Ver anexo 1).

- **Investigación documental..**
- **Jerarquización de la investigación documental.**
- **Redacción de la información documental.**
- **Investigación de campo (visita de reconocimiento a la zona de estudio).**
- **Jerarquización de la información de campo.**
- **Redacción del guión literario.**
- **Redacción del guión técnico.**
- **Grabación de imágenes (segundo viaje a la zona).**
- **Casting (prueba de voces).**
- **Grabación de imágenes (tercer viaje a la zona).**
- **Grabación de locutores.**
- **Grabación de imágenes (cuarto viaje a la zona).**
- **Clasificación del material grabado.**
- **Edición.**
- **Transferencia.**
- **Entrega del material terminado.**

Plan de producción

Después de haber planteado las actividades que se realizarían a lo largo del trabajo fue necesario también hacer una relación de recursos tanto humanos como materiales y desglosarlos en las tres fases que se tendrían que seguir para concluir con este trabajo satisfactoriamente.

RELACION DE RECURSOS

Etapas del Plan de Producción	Recursos necesarios	
	Materiales	Humanos
<ul style="list-style-type: none"> • Preproducción. 	<ul style="list-style-type: none"> • Material bibliográfico. • Material fonográfico (discos compactos y cassettes que se elegirán para el fondo musical del reportaje y que deben estar especificados en el guión). 	<ul style="list-style-type: none"> • Investigador. • Guionista. • Casting de locutores. • Realizador.
<ul style="list-style-type: none"> • Producción. 	<ul style="list-style-type: none"> • Viáticos y gastos de viaje. • Materiales de grabación (cintas de video formato 8 mm). • Cámara de video (formato V8). • Tripié. • Auricular. • Grabadora. • Baterías de cámara. • Foco para la cámara. • Micrófono. • Cinta de carrete abierto para la grabación en frío de las voces. 	<ul style="list-style-type: none"> • Locutores (grabación). • Camarógrafo. • Realizador.
<ul style="list-style-type: none"> • Postproducción. 	<ul style="list-style-type: none"> • Videocassettera. • Cabina de radio. • Televisión. • Cabina de edición. • Videocassettes formato VHS. • Videocassette formato 3/4. • Generador de caracteres. • Generador de imágenes. • Material grabado en videocassette formato 8 mm. • Discos compactos elegidos para el fondo musical. • Cassettes elegidos para el fondo musical. • Cinta de carrete abierto en donde se grabaron las voces en frío. 	<ul style="list-style-type: none"> • Editor. • Realizador.

Plan de producción

Sin embargo, hay que tomar en cuenta que "toda planificación debe ser flexible y estar sujeta a revisiones posteriores si se vuelve aparente que el plan original no puede ser cumplido"¹. Con lo anterior se quiere decir que la flexibilidad del plan de producción radica en la modificación de algunos detalles mínimos, de forma y no de contenido.

En la realización del reportaje televisivo sobre la problemática alimentaria en la Sierra Juárez de Oaxaca se tenía contemplado que se contaría con los recursos indispensables.

Como se observó en el cuadro anterior el plan de producción tiene tres etapas: la preproducción, la producción y la postproducción, a las que se hacen referencia en los siguientes capítulos.

¹BERWANGER, Dietrich, Cine y televisión a bajo costo, p. 137.

CAPÍTULO II

PREPRODUCCIÓN

La preparación de un programa para televisión se llama preproducción. Esta etapa consistió en la organización, preparación y obtención de todos los elementos indispensables para la realización del reportaje televisivo.

Esta parte del trabajo se organizó a partir de los siguientes elementos:

Plan de trabajo, equipo material, equipo humano y el guión.

Aplicación del plan de trabajo

El plan de trabajo propuesto se plasma en un cronograma de actividades. (Ver anexo 1).

Primero se hizo un plan de trabajo y calendario de actividades el cual quedó de la siguiente manera:

Se propuso la investigación sobre la alimentación y nutrición en general, después se buscaría información acerca de los protagonistas del relato (los pobladores de la Sierra Juárez de Oaxaca), también se tendría que recopilar datos sobre las costumbres alimentarias de la zona del Rincón. Ello se pretendía lograr en tres meses, asistiendo a diferentes bibliotecas, entre ellas

la del Instituto Nacional de la Nutrición, la Biblioteca Nacional, y la Biblioteca Central. Lo anterior serviría de base para tener la suficiente información que diera sustento al reportaje.

El paso siguiente debería ser hacer la jerarquización de la información documental tomando en cuenta temas como:

- la ubicación geográfica del lugar al que hace referencia el video,
- la desnutrición en nuestro país, en el estado de Oaxaca y en la zona del Rincón,
- la cultura alimentaria zapoteca desde antes de la conquista y en actualidad.

Se propuso la redacción del contenido después de la jerarquización de la información documental, donde se sacaría la información para crear el guión técnico.

El paso siguiente sería la elaboración del guión técnico provisional para que sirviera de guía de recopilación de imágenes durante el primer viaje y si se requería, éste se modificaría a partir del contacto que se tuviera con la comunidad, ya que algunas anotaciones quizá no coincidieran con la realidad. Antes de realizar los otros tres viajes se debería tener el guión definitivo el cual serviría de base para buscar las imágenes y hacer las

entrevistas necesarias para sustentar la información documental y así lograr el cumplimiento del mismo.

Después se propuso que la grabación de las imágenes se hiciera durante los cuatro viajes, en el primero se recopilarían imágenes del pueblo más grande de la zona, en el segundo se grabarían escenas referentes al Día de Todos Santos, el tercero serviría para grabar en las otras seis comunidades a las que se hace referencia en el reportaje y en el último se completarían las imágenes que faltaran y que estarían contempladas en el guión, así se tenía planeado lograr más de diez horas de grabación. Cabe mencionar que durante las cuatro visitas se tendrían que hacer las diferentes entrevistas que sustentaran la información documental.

La clasificación del material grabado se haría al mes siguiente de que se visitara por último vez la zona (cuarto viaje), cuando ya se tuviera todo el material recabado, se requeriría de tres meses para ello, ya que se tendría que monitorear todo los videos y poner en una hoja de clasificación para la edición (Ver anexo 2) la imagen de la que se trata, el número de toma, el número o letra del videocassette y por último los tiempos en los que se localiza esa imagen, ya terminado esto se elegirían las imágenes que se apegaran al guión y se ordenarían en otra hoja igual. De un total de 10 horas de grabación se elegirían sólo las imágenes que se solicitaran en el guión.

Preproducción

Para grabar el audio en frío se requeriría de dos voces femeninas, la grabación del mismo se realizaría en una de las cabinas de radio de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales.

Así con el material recabado se propuso lograr la edición del reportaje televisivo sobre la problemática alimentaria en la Sierra Juárez.

Para la transferencia del video se requerirá transferir del *master* de ¼ a formato VHS, y sacar veinte copias, siete de ellas para ser distribuidas en las comunidades que componen el relato del reportaje y para quienes está dirigido.

La entrega del material terminado se propuso hacerse un mes después de que se elaboraran las copias del trabajo.

»Recursos materiales

Este trabajo se hizo bajo las condiciones mínimas de grabación, ya que se realizó con una sola cámara lo que ocasionó que algunas veces se duplicaran las funciones del realizador, como normalmente sucede cuando se trabaja con poco presupuesto.

Para aprovechar al máximo los recursos materiales se diseñó el presupuesto de la producción, sobre el conocimiento de los costos respectivos o aproximados de los servicios o elementos requeridos en este

Reproducción

caso viáticos y gastos de viaje, materiales de grabación y material pregrabado.

Gastos específicos de la producción

Viáticos y gastos de viaje	N\$ 950.00 (alimentación, hospedaje y transporte) para cada viaje. Se hicieron cuatro.
Materiales de grabación	N\$1,500.00 (video cassettes y audio cassettes).

Se necesitó de materiales como:

- Cintas de video de 8 mm (10 piezas).
- Cinta de carrete abierto (1 pieza).
- Cinta de ¼ (1 pieza).
- Cintas de video VHS (20 piezas).
- Material musical grabado en discos compactos y audiocassettes.

En lo correspondiente al equipo técnico a utilizar estuvo una cámara, una videocasetera, una grabadora, un tripie, un auricular, un foco, un micrófono y las baterías para la cámara.

»Recursos humanos

Para la producción el realizador desempeñó varios papeles: investigador, guionista, camarógrafo, director y productor; estos roles se hicieron en diferentes momentos del trabajo, y algunos de forma simultánea.

Aunque ya se haya mencionado con anterioridad, parece pertinente recalcar que es en esta etapa en donde se buscó a las personas que se consideraron como las adecuadas para cumplir la función de locutor. En este caso dos voces femeninas. Para ello se hicieron varias pruebas (*casting*) entre compañeros del equipo de trabajo que participó en el proyecto de Educación Alimentaria y conocidos. Primero se habían elegido dos voces femeninas, pero una de ellas tenía un tono de voz muy por debajo de la otra, después se cambió a la primera por una voz masculina con un tono de voz a la par de la femenina, pero su entonación no era la adecuada, hasta que se encontró otra voz femenina con el mismo tono de voz que la primera.

»Guión.

El contenido se desarrolló sobre la base de la bitácora que generó la observación documental y sobre el terreno. Un momento después se realizó la adaptación que se estructuró de acuerdo a un listado de locaciones y la selección de los lugares factibles y adecuados para la misma.

Preproducción

Para lograr lo anterior se realizó una primera visita a la Sierra Juárez que sirvió de acercamiento a la comunidad y se tomó nota en fichas de observación.

Otros aspectos que se consideraron fueron: confrontar la realidad con el guión y detectar errores mínimos en el mismo para después modificarlo y que ello no afectara la idea original del mismo.

Además, se conocieron las limitaciones de clima y ubicación de las locaciones, que en el caso de la Sierra estamos hablando de un clima que casi todo el año es de tipo húmedo y la lluvia es una constante de la zona.

En tanto se resolvió adecuadamente toda la preproducción no se presentó ningún problema en la siguiente fase, que fue la producción o realización (grabación).

2.1 Objetivo del reportaje

El objetivo específico e inmediato del reportaje es mostrar algunos de los aspectos del problema alimentario en los pueblos San Miguel Talea de Castro, San Juan Tanetze de Zaragoza, San Juan Yacc , Santiago Yagallo, Santa María Lachichina, Santa María Yaviche y San Isidro Reforma, localizados en la zona denominada como el Rincón. Ello con el propósito de despertar la conciencia de los pobladores de la región para que generen respuestas viables.

En él se presentaría el problema de la desnutrición a nivel nacional, estatal y regional, el caso específico de la Sierra Juárez, el cómo debe ser una buena alimentación y una posible solución al problema de la zona.

Un objetivo mediano es que el video también sirva, de testimonio para el resto de los mexicanos de una parte de la vida de sus coterráneos.

2.2 Características del destinatario.

El trabajo está dirigido a las mujeres zapotecas netzichu de las siete comunidades mencionadas en el apartado anterior, ya que son ellas las que compran y preparan el alimento. Sin embargo, se piensa que la recepción del mensaje podrá tener un público mayor, como son los niños y adultos que compartirán, en las plazas públicas de las diferentes comunidades la proyección del video.

Aun cuando las personas antes mencionadas son las destinatarias del reportaje, también son los protagonistas del trabajo, cabe aclarar que la mayor parte de la información planteada en el reportaje fue dada por ellos.

Para identificar al destinatario fue necesario recopilar la siguiente información:

a) Ubicación geográfica.

Las siete comunidades a las que se dirige este trabajo se localizan al noreste del Estado de Oaxaca, en el Distrito de Villa Alta que colinda al norte con del Distrito de Tuxtepec, al sur con el Distrito de Tlacolula, al este con los Distritos de Choapan y Mixe, y al oeste con Ixtlán. (Ver anexo 3).

San Juan Yace, es cabecera de municipio de la que dependen Sta. Ma. Lachichina, y Santiago Yagallo. San Miguel Talea de Castro es también cabecera de municipio y de ella depende Reforma. Sta. Ma. Yaviche, pertenecen al Municipio de Tanetze de Zaragoza. Todas se ubican en el distrito de Villa Alta. (Ver anexo 4).

Su localización y altitud, de acuerdo con los datos que el Anuario Estadístico del Estado de Oaxaca (1994) presenta es la siguiente:

San Juan Yace: 17°26' de latitud N. y 96°17' de longitud O. del meridiano de México. Situado a 1 440 metros de altura sobre el nivel del mar.

San Miguel Talea de Castro: 17°22' de latitud N. y 96°15' de longitud O. del meridiano de México. Situado a 1 600 metros de altura sobre el nivel del mar.

Tanetze de Zaragoza: 17°22' de latitud N. y 96°18' de longitud O. del meridiano de México. Situado a 1 280 metros de altura sobre el nivel del mar.

Las otras cuatro comunidades no se encuentran contempladas en el documento revisado por ser comunidades muy pequeñas.

b) Referencia histórica.

Según los documentos consultados no se tienen hasta la fecha datos suficientes que orienten sobre el origen de la cultura zapoteca. Pero a pesar de lo anterior, se sabe que los zapotecas es un grupo lingüístico que se desprende del núcleo paleo-olmeca que emigró del Pánuco hacia el este, penetró al actual territorio de Oaxaca por el Soconusco; en la zona del Istmo encontró y venció a otro pueblo de nombre los huaves, en Compoaltéptel combatió con los mixes, que opusieron resistencia pero finalmente perdieron, así la tribu invasora siguió avanzando hasta llegar al Teotitlán del Valle, en las estribaciones de la Sierra Madre Oriental.

En los escritos del Padre Gay "Historia de Oaxaca" se menciona que los zapotecas poblaron el valle de Oaxaca 100 años A. C., y crearon la población de Villa Talea de Castro.

"Los zapotecos de la sierra vivían en asentamientos dispersos, con varios lugares ceremoniales sagrados, y se dedicaban a la agricultura y a la caza"²

c) Poblaciones y número de habitantes.

Según el Censo de 1990 la población destinataria del reportaje es la siguiente:

² INI, Pueblos indígenas de México. Zapotecas de la Sierra Madre de Oaxaca, p. 8-9.

Reproducción

Localidad	Hombres	Mujeres	Total
•San Miguel Talea de Castro	1010	1084	2094
•Tanetze de Zaragoza	641	687	1328
•Santa María Yaviche	253	256	509
•San Juan Yac	399	469	868
•Santa María Lachichina	195	240	435
•Santiago Yagallo	176	170	346
•La Reforma	114	104	218
Población total			5778

La población pertenece al ámbito rural y en algunos pueblos es monolingüe, de lengua indígena: zapoteco netzichu -los menos- y bilingüe español y zapoteco netzichu -los más-, como lo muestran los siguientes datos tomados del Censo General de Población y Vivienda 1990.

Preproducción

Localidad	Población de cinco años y más que hablan lengua indígena y no habla español.	Población de cinco años y más que hablan lengua indígena y habla español.
•San Miguel Talea de Castro	42	1152
•Tanetze de Zaragoza	68	1059
•Santa María Yaviche	41	396
•San Juan Yae	138	608
•Santa María Lachichina	52	343
•Santiago Yagallo	40	255
•La Reforma	-	-
Población total	379	3813

d) Comunicaciones

Para llegar a las poblaciones del Rincón se requiere abordar un camión de pasajeros que sale diariamente de la ciudad de Oaxaca y que recorre parte de la Sierra a través de un pequeño camino construido de asfalto (aproximadamente 70 kilómetros), el cual se daña constantemente por el clima húmedo que prevalece en la zona. Por ello, se recorre aproximadamente en ocho horas, un tramo de sólo 120 kilómetros. Las dos líneas de autotransporte que dan servicio a las comunidades son Servicio Federal de Autotransporte Tlaxtlahuaca S.A. (S.F.A.T.S.A.) y Autotransporte Benito Juárez S.A.

En Yace hay un campo de aterrizaje construido por los habitantes de la zona, pero su uso es excepcional. Son pocas las veces en que aterrizan avionetas en ese lugar.

Se cuenta con servicios de teléfono rural, telégrafo, servicio postal y radio afición de banda civil, televisión, radio convencional y en Talea de Castro existen aproximadamente 30 casas con antena parabólica, las cuales se encuentran enlazadas con 5 satélites en promedio.

En esas comunidades no se cuenta con ningún medio de comunicación impreso, ni siquiera llegan los diarios de la ciudad de Oaxaca.

e) Comercio.

En la Región del Rincón el ámbito de intercambio más importante es el mercado-plaza semanal.

Hay tres comunidades que tienen los mercados más importantes de la zona el de San Juan Yace, el cual se pone los sábados y el de Talea de Castro que se pone los lunes y Tanetze de Zaragoza que tiene mercado los domingos.

2.3 Guía Literario"

Reportaje sobre la problemática alimentaria en la Sierra Juárez de Oaxaca

• *El problema*

En México una de las 20 principales causas de mortalidad general, la doceava en orden de importancia, es por deficiencias en la nutrición. Según el informe del Banco de México en 1993 se presentaron 10,005 casos, de los cuales Oaxaca es el segundo estado que más muertes tuvo por desnutrición (1,053), y cuya tasa³ es la mayor con un 32.5%.⁴

Un dato importante es que a nivel nacional la séptima causa de defunciones fatales es el crecimiento lento del producto y la desnutrición del nuevo ser, lo que indica que un número considerable de la población femenina en etapa reproductiva padece de desnutrición.⁵

En cuanto a la mortalidad infantil, las deficiencias de la nutrición son la quinta causa, a nivel nacional de defunciones, con 2,236.⁶

También es importante mencionar que en la etapa preescolar la desnutrición queda como cuarta causa de muerte en los infantes con 1,435 casos.⁷

** Información documental y de campo del tema a tratar en el reportaje.

³ Número de defunciones por cada 100,000 habitantes.

⁴ BANAMEX, *México Social 1994-1995*, p.343.

⁵ SSA-INEGI, *Mortalidad 1989*, p. 279.

⁶ *Ibidem*, p. 44.

Siguiendo con la edad escolar la mala alimentación queda como la séptima causa de fallecimientos en los niños. En 1989 se presentaron 352 casos a nivel nacional.⁸

En la etapa productiva de los mexicanos se siguen presentando casos de deficiencias nutrimentales y por el número de muertes aparece en la tabla como el treceavo lugar con 1,719 defunciones.⁹

En el rango de edad post-productiva las deficiencias nutrimentales quedan como octava causa de muerte en nuestro país con 6,356 casos.¹⁰

Lo anterior son cifras a nivel nacional, pero como se expuso al principio, la tasa más alta de mortalidad por problemas alimentarios se presentó en el estado de Oaxaca el cual tiene como la séptima causa de mortalidad fetal a la desnutrición en el producto¹¹ y el quinto de muerte infantil,¹² por la misma causa.

Llama la atención el caso particular de la zona del Rincón de la Sierra Juárez de Oaxaca, en su problemática alimentaria por ser una zona con una gran diversidad biótica frente a la escasa variedad alimentaria.

⁷ *Idem.* P. 47.

⁸ *Idem.* P. 48.

⁹ *Idem.* P. 49.

¹⁰ *Idem.* P. 50.

¹¹ *Idem.* P.299.

¹² *Idem.* P. 104.

Reproducción

Al acudir a las dos entidades de salud que existen en la zona, el Centro de Salud de la población de San Miguel Talea de Castro, por un lado, y el de la comunidad de San Juan Yace por el otro, se detectó que:

En la zona una de las principales causas de mortalidad infantil en 1996 fue la desnutrición severa.¹³

El diagnóstico del estado nutricional de la comunidad es el siguiente:

El 80% de la población general se encuentra desnutrida.

Un 20% de los niños en etapa preescolar y escolar con peso y talla normal, mientras que un 40% con desnutrición leve (sic) y el otro 40% con desnutrición moderada.

•Ubicación del problema

San Miguel Talea de Castro es considerada como municipio, tiene una superficie territorial es de 150 km², su área de influencia en cuanto a la unidad de salud, es de diez poblados más. Tiene una población de 2094 habitantes.

Tanetze de Zaragoza es considerada como municipio y tiene una población total de 1,328 habitantes.

¹³ Estudio de comunidad realizado en 1996 en el Centro de Salud Rural de San Juan Yace.

Preproducción

Santa María Yaviche se considera como ejido perteneciente al municipio de Tanetze de Zaragoza y tiene una población total de 509 habitantes.

San Juan Yaec tiene el rango de municipio con una población de 1053 habitantes.

Santa María Lachichina está a 20 Km. de San Miguel Tala de Castro, es decir a 3 horas de camino, esta población cuenta con 435 habitantes y es ejido de San Juan Yaec.

Santiago Yagallo está a 18 Km. de distancia lo que significa 2 horas con 40 minutos de camino de una comunidad a otra. Este pueblo cuenta con 346 habitantes, y al igual que la anterior comunidad es ejido de San Juan Yaec.

Reforma es un ejido con 218 habitantes.¹⁴

«La alimentación en los primeros pobladores.

En nuestro país los primeros pobladores tenían una alimentación de tipo mixto que incluía productos agrícolas en gran cantidad, con maíz como alimento fundamental y con productos obtenidos del reino animal.¹⁵ Así, se les reconoce como sabios, en el sentido de saber aprovechar los recursos naturales que el entorno les brindaba, ejemplo de ello es la

¹⁴ INEGI, Censo General de población y vivienda 1990.

¹⁵ DÁVALOS Hurtado Eusebio, "La alimentación entre los mexicas", en Temas de antropología física, p.202.

Reproducción

adquisición de condiciones físicas que les permitieron ser constructores de pirámides en un tiempo en que la fuerza física del hombre era la única.

Específicamente los zapotecas del Rincón oaxaqueño tenían como cultivos principales, al igual que los mexicas, el maíz, el frijol y el chile, seguían en orden de importancia el chayote, la calabaza, el camote, el nopal, la chía y el cacao. La alimentación de este pueblo estaba condicionada por los cultivos ya indicados, y la complementaban con algunas legumbres cultivadas, como el tomate y el miltomate, y silvestres como los quelites, los quintoniles y las verdolagas. Contándose entre las bebidas el texate y el pozonque, el primero preparado con maíz, piztle y flor de cacao, y el segundo hecho a base de cacao; enriquecían su alimentación con los productos de la pesca y la caza, principalmente la del conejo que abundaba en las diversas regiones de la zona.

•La alimentación como factor social.

En la historia de la humanidad, la búsqueda del alimento es un acto primordial en el desarrollo del individuo y de su comunidad. Toda vez que el hombre no sólo es un ser biológico por lo cual tiene la necesidad de una adecuada alimentación, también es un ser social y cubre dicha necesidad a través de patrones culturales adoptados del mundo que lo rodea, por tanto, el ser humano convierte un acto meramente fisiológico como es la alimentación, en un acto social y por lo tanto cultural.

Así, la alimentación humana no sólo responde a una necesidad de tipo fisiológico sino que también a una necesidad cultural, porque si bien es cierto que el comer es una actividad primaria del hombre, las modalidades que se dan alrededor de ella muestran una diversidad rica en matices, lo que la convierte, así, en actividad grupal.

Puede afirmarse que la alimentación es: "un influjo de lo social sobre lo orgánico, de suerte que a veces lo biológico es modificado por la acción de factores netamente humano-sociales."¹⁶

En nuestro país los primeros pobladores veían el alimento como satisfactor tanto de una necesidad física, como espiritual, ya que al comer se realizaba todo un ritual, que hacía del acto un hecho relevante. Con la pérdida de identidad de grupo y la lucha diaria por la sobrevivencia, esto se ha ido modificando y no siempre para mejorar.

«La alimentación en el México actual. (El caso de la Sierra Juárez)

Actualmente, en estudios realizados por el Instituto Nacional de la Nutrición, se define al sur, Centro y Sureste de México, como zonas de graves problemas nutricionales, y en distintas poblaciones del estado de Oaxaca, se reconocen dietas alejadas de la diversidad alimentaria que el

¹⁶ RECASENS, L. Sociología, p. 302.

entorno natural ofrece y el consumo de productos obtenidos de la caza y la recolección es excepcional.

Una de las zonas que se caracteriza por lo anterior es el Rincón Zapoteco de la Sierra Juárez en Oaxaca, que se localiza al noroeste del estado, en el distrito de Villa Alta que colinda al norte con el Distrito de Tuxtepec, al sur con el Distrito de Tlacolula, al este con los Distritos de Choapan y Mixe y al oeste con Ixtlán. (Ver anexo 3). En donde la costumbre de la adecuada alimentación basada en la explotación de gran parte de los recursos que rodean, se ha perdido.

Según un estudio realizado en la zona por Luz Elena Salas Gómez en su trabajo Un ensayo de educación alimentaria en pequeñas comunidades (Premio Nacional de Nutrición 1993), la población presenta casos de desnutrición y monotonía alimentaria producto de una dieta inadecuada.

También el informe de comunidad que realiza la Secretaría de Salud en algunas de las comunidades de la zona del Rincón confirma la anterior aseveración.

Con base en datos del Instituto Nacional de Nutrición y la información proporcionada por el doctor Luis Samuel Fernández, médico de la población de San Miguel Talea de Castro y representante de los padres de familia, la alimentación del Rincón es paupérrima porque básicamente se

consumen alimentos de origen vegetal y hay muy pocos alimentos de origen animal en la composición de su dieta.

"No falta una taza de café elaborado con panela de la caña, tortilla de maíz, frijol (sic). Del maíz se hacen tamales, del maíz se hace el atole. Del frijol se guisa y se hacen tamales, se hacen memelas, se comen pastas. Estamos en el terreno de alimentos vegetales, la gente sale los lunes al campo y se lleva sus tortillas, lleva sus frijolitos..."¹⁷

El doctor Fernández también comentó que lo dicho puede dar una idea de la nutrición del pueblo, así es frecuente encontrar niños de seis años que tienen el peso de uno de dos, a causa de la desnutrición.

El mismo personaje refirió que los "alimentos chatarra" se venden en grandes proporciones, ya que los fines de semana llegan los camiones cargados de productos alimentarios industrializados y se van vacíos, Según él es necesario tratar de quitar de la alimentación este tipo de productos. El consumo de estos productos se atribuye a varios factores, entre otros, la publicidad por los medios masivos de comunicación y el desconocimiento del valor nutricional de los alimentos, así como no reconocer el potencial alimentario de la región.

¹⁷ Entrevista con el Doctor Luis Samuel Fernández, Médico de San Miguel Tula de Castro.

En entrevista, a las enfermeras del centro de salud de San Miguel Talea de Castro, Guillermina Andrés Bautista y Fortunata Martínez Altamirano, comentaron que las mujeres embarazadas y los niños comen principalmente productos de origen vegetal, ello se debe a varios factores como son el económico, el ecológico y el cultural.

También la doctora del Centro de Salud Verónica Padilla García dijo que en la zona hay muchos casos de desnutrición, en donde se sacrifica la talla.

Por lo que refiere a lo económico, las carencias alimentarias en la zona son resultado del ambiente de pobreza en el que vive la mayoría de la población que no ha podido sacarle provecho a su entorno ni a su esfuerzo para adquirir un mejor nivel de vida.

Mientras el factor económico se resuelve, el ecológico y el cultural pueden ser un paliativo en el renglón alimentario ya que viven en un entorno con un alto potencial en cuanto a diversidad biótica y este entorno les ofrece gran variedad de especies a su alcance y la oportunidad de tener una dieta basada en mayor número de alimentos, lo que deja a un lado la monotonía y por tanto, la desnutrición que se vive, siempre y cuando el renglón educativo-cultural incida para reconocerlo y aprovecharlo, según la doctora Padilla.

«El entorno como fuente de alimentos

Por otro lado, Tyrntania, en su trabajo sobre *Agroecología de la Sierra*, existen en el Rincón tres tipos de ecosistemas, el de tierra caliente, localizado entre los 300 y los 1100 metros sobre el nivel del mar, el de tierra templada entre los 1100 y 1600 metros y el de tierra fría entre los 1600 y 3000, lo que le permite a esta zona tener gran diversidad de plantas y por lo tanto de animales. A cada uno de los climas mencionados corresponden condiciones físicas, formas de vida y posibilidades agrícolas específicas, que coexisten como parte de este complejo ecosistema. Por ejemplo, en tierra caliente se da el plátano, la papaya y la piña, en tierra templada crece prácticamente cualquier planta; y en tierra fría se cosechan los quelites, los hongos y la zarzamora.

En términos generales la zona se puede caracterizar como de clima subtropical húmedo, por ser éste el que prevalece. La diversidad biótica que posee la zona se debe a su clima templado el cual logra que cualquier especie vegetal se pueda cultivar, y por tanto, siguiendo las leyes de la naturaleza en referencia a las cadenas alimentarias (organismos productores, consumidores y descomponedores), las diversas especies animales pueden coexistir en la región.

De acuerdo con la doctora Patricia D. Dávila, jefa del departamento de Botánica del Instituto de Biología de la Universidad Nacional Autónoma de

México, en entrevista realizada, "nuestro país posee uno de los ecosistemas con mayor biodiversidad en el mundo. Los Estados que sobresalen son Guerrero, Chiapas y Oaxaca". Asimismo, afirmó que "hay una gran importancia entre el potencial biológico y el alimentario en el marco de la biodiversidad del Estado de Oaxaca."

Así se observa que la zona goza de una gran variedad de productos alimentarios los cuales se pueden clasificar en los siguientes grupos:

Grupo uno: Cereales y tubérculos. Dentro de éste se encuentran alimentos como arroz, maíz, aguacate, camote, chayocamote, papa, plátano, yuca, yucamote, aceite, azúcar, cacao, manteca de puerco, miel y panela.

Grupo dos: Leguminosas y productos de origen animal. En el cual se encuentran alimentos como arveja o arvejón, frijol, garbanzo, haba, lenteja, ardilla, armadillo, bobo, camarón de río, cangrejo, carne de puerco y de res, codorniz, conejo, chachalaca, chapulines, y charal entre otros.

Grupo tres: Frutas y verduras. Aquí se pueden ubicar alimentos como anona, caña de azúcar, ciruelo, chicozapote, chirimoya, durazno, guayaba, lima, limón, mamey, mango, manzana, naranja, nispero, pera, piña, pomarrosa, sitra, tejocote, zapote, zarzamora, zarzaparrilla, calabaza, col, coliflor, chayote, chepil, y chicharo, entre otros.

Todos estos alimentos en su preparación requieren de algunos condimentos como ajo, cebolla, cilantro, orégano, perejil, pimienta, té, vainilla y yerbasanta.¹⁸ (Ver anexo 5)

De ahí que llama la atención el que los habitantes del Rincón tienen una dieta diaria basada en el consumo de café, frijol y maíz, a pesar de la variedad biótica del ecosistema en que viven.

En este contexto de altas montañas y vegetación exuberante, el agua corre y la vida crece. "El Rincón es un mosaico de formaciones bióticas con gran diversidad ecológica que lograron hasta ahora coexistir con la agricultura alternándose con los cultivos u ocupando los terrenos que sería de muy difícil, si no imposible, de adaptar a la producción agrícola"¹⁹.

En la actualidad la población tiene conocimiento de la flora que los rodea, ya que sabe qué plantas sirven para comer y cuáles para curar. Pero dicho conocimiento no les lleva a consumirlos por la falta de un reconocimiento y la devaluación de los productos alimenticios que el entorno les ofrece, tanto del mundo vegetal como del animal. Lo anterior se observó al preguntarle a algunos de los habitantes de la zona si

¹⁸ Productos regionales por grupo de alimentos (PRONAL), San Juan Yae Santiago Yagallo y Sta. Ma. Yaviche.

¹⁹ TYRTANIA, Leonardo, Agroecología de la Sierra de Oaxaca, p.33.

consumían algún tipo de animal como los gusanos, chapulines e insectos comestibles, ellos respondían que no los consumen.

En pocas palabras el Rincón, es un lugar donde bosque y huerto, tienen desde hace siglos un potencial energético desaprovechado.

El desprecio por el potencial alimentario de su entorno, el desconocimiento de la importancia de la explotación racional del medio para garantizar el futuro de las generaciones por venir y el atractivo de la comercialización, hizo que los lugareños se sintieron atraídos por el espejismo del cultivo del café.

Cuando el IMCAFE les propuso que dedicaran parte de sus tierras a producir café éste les representó la posibilidad de la exportación con ingresos garantizados. Sin embargo, la realidad los llevó a un mercado competitivo en el momento que se desplomó el precio del producto. Por otro lado, el monocultivo del café provocó el debilitamiento de la tierra.

• *El abasto*

La manera como las mujeres de las comunidades del Rincón reciben y consiguen los alimentos que cocinan para dárselos a su familias presenta cuatro modalidades diferentes:

Preproducción

a) *En el rancho o campo.* Allí todos los miembros de la familia participan de la recolección de los alimentos. Hay días que al regreso del campo, se llevan hierbas y frutos tomados por el camino. Cuando el terreno es muy pequeño lo que se siembra es, en la mayoría de los casos, para el autoconsumo. Los principales productos que se cultivan son el café y el maíz.

b) *En las hortalizas.* Estas se localizan en los patios de las casas allí es donde se siembran alimentos como el miltomate, la cebollina, el chile, el chayote y algunos quelites entre otras especies vegetales. La dimensión del huerto puede variar, igual que las especies que en él conviven. Los productos que se obtienen del mismo, son principalmente para el autoconsumo.

Los productos del huerto y los silvestres son la base de la alimentación de los pobladores del Rincón.

c) *En el mercado o plaza.* Este provee a los habitantes del Rincón de pocos productos y de escasa variedad. La cría de ganado se ha tenido como apoyo al trabajo agrícola y para la venta de carne en el mercado local. El mercado-plaza semanal es el ámbito de intercambio más importante en la región del Rincón. Los principales mercados son el de San Miguel Talea de Castro que se instala los días lunes, el de San Juan Yae los sábados y el

de San Juan Tanetze de Zaragoza los domingos. Los días de fiesta se suspenden éstos.

En San Miguel Talea de Castro se tiene hasta hoy el mercado más grande de los cercanos al municipio de San Juan Yae. Éste congrega cada sábado a gente de Sta. Ma. Lachichina, Santiago Yagallo, Sta. Ma. Yaviche y Talea, entre otros.

En el mercado, cada producto se expone en un lugar determinado. Los comerciantes que venden carne, pan y productos industrializados, tienen sus puestos en espacios cubiertos, los demás vendedores quedan en el exterior. La venta de semillas se hace por almud el cual equivale a cuatro kilogramos.

Las relaciones comerciales se establecen de dos formas, por un lado el uso del dinero y por el otro, el intercambio recíproco de bienes y servicios.

A cada uno de los mercados, acuden habitantes de las diferentes comunidades que rodean la región. Una red de compradores y vendedores, mantiene un intercambio regular de productos y servicios que contribuyen a la satisfacción de las necesidades básicas biológicas y culturales de la familia, la comunidad y la región.

d) La tienda. Estas se localizan en la planta baja de algunas casas, allí se venden sobre todo alimentos enlatados, refrescos, pastas y dulces, por

Proproducción

citar algunos. Estos se venden todos los días, pero en día de mercado la venta aumenta. También hay una tienda CONASUPO en donde se venden productos básicos como el maíz y frijol, que es consumido por las personas a las cuales se les acabó lo que cosecharon en sus propias tierras, y por los habitantes que no poseen terrenos para sembrar o no tienen dinero para rentar un lugar donde cultivar.

•La alimentación diaria

Los alimentos cotidianos son las tortillas y los frijoles que se cocinan en ollas de barro y a veces los preparan con verduras o quelites (son las hojas de las plantas) que se tienen cerca. Estas hojas sirven también para hacer caldos.

Diariamente se va en la mañana y en la tarde al molino con el nixtamal, y con la masa recién hecha se preparan las tortillas sobre una hoja de plátano que se coloca en el metate, donde se les va dando forma. Las tortillas miden aproximadamente cuarenta centímetros. Una que otra vez se muelen plátanos manzano para incorporarlos a la masa.

Las tortillas se calientan en el fogón el cual desempeña un papel importante en las costumbres alimentarias del Rincón pues es alrededor de él donde la familia se sienta a comer lo que las mujeres han preparado para ese día. A pesar de que en la actualidad algunas casas tienen cocina

con estufa, el fogón se sigue utilizando y se mantiene como el símbolo de unión y el lugar de reunión a la hora de la comida.

Así, el maíz continua teniendo peso en la comida diaria del Rincón, pero, no se preparan en las variadas formas que los antiguos mexicanos acostumbraban²⁰, por ejemplo los tamales y los atoles, los cuales sólo se cocinan en celebraciones especiales.

El frijol se cocina en olla de barro, generalmente con agua y sal, en ocasiones les agregan hierbas como quintonil, huela de noche, guías o verdolagas. Esta leguminosa también se utiliza para hacer tamales, pero ello sucede generalmente en días de fiesta.

En las comunidades de la Sierra Juárez, el café ha ido ganando terreno a otros productos como el cacao, el maíz y el frijol, se consume en todos los hogares de la Sierra, así, no faltando nunca una taza de café diariamente, durante cada comida.

El café que acompaña a las comidas es hoy, como ya se ha comentado, el producto agrícola que sustenta la economía de la zona, y es por ello que por todos lados del Rincón se ve sembrado este producto desplazando a otros productos que para consumo diario tiene mayor riqueza nutricional. Por otro lado, el uso de este producto ha hecho olvidar al champurrado

²⁰ DAVALOS, H. "La alimentación entre los mexicanos", en Temas de antropología física, p.203.

que elaborado con maíz, cacao y panela era la bebida que con mayor frecuencia se consumía. Actualmente pocas son las personas que cultivan y preparan el cacao, ahora esta bebida sólo se toma en días de fiesta, lo mismo que el tepache, chingre y aguamiel.

**La alimentación festiva*

Durante las celebraciones de tipo religioso como la fiesta patronal del pueblo, la conmemoración de algún santo, el día de muertos y en las bodas, es cuando buena parte de lo que la gente se gasta en comida lo ahorrado y la comparte. En días festivos se puede observar variedad de alimentos en los hogares. La carne se convierte en el alimento principal y se puede disfrutar de platillos como el caldo de res y el pollo. En estos días el consumo de carne aumenta en relación a los días normales, ya que por ejemplo en Talea en tiempos normales se mata una res a la semana, mientras que en días de fiesta esto se hace a diario.

De acuerdo con lo observado y como aseveró el señor Rodolfo, presidente municipal de Talea, los días de fiesta son muy importantes para los pobladores, en los cuales la comida aumenta considerablemente en cantidad y calidad. Dicha aseveración fue confirmada por la observación participante y por las entrevistas que se realizaron a varios pobladores de las diferentes comunidades que se visitaron.

Los días de fiesta reaniman el espíritu comunitario que se patentiza en la *guelagetza* o *gotzona* que es el sistema tradicional de ayuda mutua entre los zapotecas que se manifiesta en ocasiones trascendentes como nacimientos, matrimonios, muertes, fiestas patronales y mayordomías. En donde los habitantes cooperan de cualquiera de las tres formas: con dinero, en especie o con trabajo.

Estos días son los que salen de la cotidianidad alimentaria. Cuando se festeja algo se acostumbra ofrecer café, atole, pan, tamales, pollo, dulces, mole, y si se tiene la posibilidad se mata una res para ofrecer a los presentes, también la participación de las bandas se hace presente desde un día antes de la celebración, en el día de la misma y al siguiente.

•Las condiciones de una adecuada alimentación

Para hablar de una dieta adecuada se debe tomar en cuenta la función de las sustancias que se ingieren en los alimentos y la cantidad de nutrientes que se consumen y que nuestro cuerpo requiere.

Las sustancias que se ingieren en los alimentos se les da el nombre de nutrientes y cada uno de ellos tiene una determinada función en el organismo. Existen seis clases de ellos:

1) las proteínas que sirven para construir y reparar los tejidos del organismo,

2) los carbohidratos, las grasas y los aceites cuyo trabajo es propiciar energía y calor, y

3) las vitaminas y minerales estos dos permiten que el organismo esté protegido contra enfermedades.²¹

Para que un individuo adulto esté sano y un niño crezca normalmente, se debe ingerir suficiente cantidad de cada uno de los nutrientes antes especificados.

El organismo está compuesto por células y éstas se encuentran casi completamente formadas por proteínas. Cuando un niño se hace adulto se detiene el crecimiento, y las proteínas ya no sirven para crecer, pero como las distintas partes del cuerpo las gastan continuamente, las proteínas sirven para formar las nuevas células, ya que éstas viven por un tiempo y después mueren.

El organismo también necesita alimento energético que le proporcione las calorías.

Las vitaminas y minerales son los materiales que hacen trabajar al organismo adecuadamente y lo ayudan a permanecer saludable.²²

²¹ KING, M. *Alimentación su enseñanza a nivel familiar*, p.34.

²² *Op. cit.* p. 51.

Los nutriólogos recomiendan que el tipo de alimentación varíe con la edad, el sexo y la condición de la persona. Así una mujer que está embarazada, necesita consumir mayor cantidad de nutrimentos, de igual manera sucede cuando está amamantando. Los niños menores de cuatro meses requieren del pecho materno y necesitan la introducción oportuna de otros alimentos, ya cuando el niño tiene de seis a doce meses, entonces debe de comer lo que el resto de su familia.

En entrevista a la Dra. del Centro de Salud de San Miguel Talea de Castro, Verónica Padilla García comentó "Si no se está bien alimentado se sufre de desnutrición. Directa o indirectamente, la desnutrición propicia enfermedades que deterioran las posibilidades de desarrollo físico, mental y social del individuo. Los efectos de la insatisfacción de necesidades nutricionales en los organismos, se acentúan sobre los sectores más vulnerables como son los niños, las mujeres embarazadas y las madres cuando amamantan."

Cuando una enfermedad ataca a una persona bien nutrida, se tiene más elementos para sanar, mientras que si sucede lo contrario la enfermedad continúa y el enfermo puede morir.

Se puede estar desnutrido a pesar de que no se presente ningún síntoma, ya que la desnutrición es un problema que no siempre se

manifiesta de manera inmediata. Muchas de las enfermedades que se presentan se debe a que la desnutrición propicia su desarrollo.

Para lograr que un niño esté bien alimentado se requiere cuidar su alimentación desde que está formándose en el vientre de su madre por lo que ésta debe consumir las proteínas, vitaminas y carbohidratos que requiere tanto ella como el producto. Después de nacido y durante los primeros meses debe dársele la leche del pecho materno y desde el segundo se debe complementar con jugos y caldos, mientras que al tercero se aumentan las frutas y verduras molidas.

Alfredo López Austin, investigador del Instituto de Investigaciones Históricas de la UNAM, define a la salud como equilibrio en el que la alimentación adecuada es el factor indispensable para mantenerlo: "En el cuerpo humano el equilibrio es salud y la ingestión de alimentos apropiados significa la conservación de la armonía"²³.

Las características de una adecuada alimentación son:

- **alimentación completa**, es decir, consumo suficiente y ponderado de cada grupo de alimentos.
- **alimentación variada**, ello quiere decir que no sea siempre un mismo producto de cada grupo de alimentos,

²³ LÓPEZ, Austin, *Textos de medicina nahuatl*, p. 17.

- **alimentación suficiente**, esto es la realización de las tres comidas.
- **Conclusión**

Para concluir se ha dilucidado que la problemática alimentaria en la zona del Rincón de la Sierra Juárez de Oaxaca se refleja en el grado de desnutrición de la población en general que reflejan las encuestas se deba a:

1. la poca variedad del consumo,
2. la poca cantidad, y
3. el consumo de productos con nulo nivel nutricional.

Las aristas que rodean el problema alimentario son:

1. los problemas económicos para el sustento de la familia lo cual les ha hecho darle importancia al café y dejar de lado el cultivo de otros productos,
2. el desconocimiento nutricional de los alimentos,
3. el desarrollo de las vías de comunicación que hacen que entren a las comunidades productos comestibles industrializados, y

4. la entrada de los medios de comunicación, específicamente la televisión, que presentan productos novedosos, atractivos y accesibles.

La Dra. del Centro de Salud de San Miguel Tulea de Castro, Verónica Padilla comentó que: "Un repaso por la vida diaria de los habitantes de la zona del Rincón de la Sierra Juárez de Oaxaca nos muestra un entorno con alto potencial nutricional, y paradójicamente una dieta pobre. De ahí que se pueda modificar esta realidad con base en amplios programas educativos que permitan el cambio de hábitos".

En estos programas habrá que acudir a los elementos que la educación formal brinda dentro de las escuelas, apoyados además por la educación informal en la que los multimedia, el teatro y otros medios difusores puedan aportar aspectos innovadores que generen comportamientos y hábitos provechosos para la población. Sobre la base de lo que se tiene con arreglo a dietas racionalmente construidas en el que se alterne cada grupo de alimentos (cereales y tubérculos, productos de origen animal y leguminosas y frutas y verduras).

En pocas palabras, el rescate del entorno a través de la educación puede dar como resultado el vivir con mejores niveles de vida

2.4 Guión técnico

¿Qué es el guión? El guión es el texto destinado a ser producido (grabado) y transmitido por un determinado medio de comunicación, en este caso la televisión.

Según Carlos González, Alonso²⁴, el guión es una guía para quien intervenga en cualquiera de los procesos previos (visualización, gráficos, musicalización, voces, video, etc.) a su realización (producción).

En este caso el guión se planeo para ser presentado en un video. Por lo que se debería cuidar el mensaje en la expresión oral e icónica.

Así, se haría un guión provisional antes de conocer la zona y con el acercamiento a la realidad éste sería corregido y adecuado en detalles de forma.

Por último se puede decir que al construir el guión se debería tener en cuenta como un elemento central, el problema de la desnutrición en la zona, para crear un mensaje transmitido a través del lenguaje audiovisual, el cual mostrara las aristas que lo rodean, esto con el objeto de despertar la conciencia de los habitantes del lugar para mejorar su dieta diaria y que redunde en la salud de la población.

²⁴GONZÁLEZ, Alonso Carlos, El guión, p. 7.

FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES

HOJA 1

TEMA: LA PROBLEMÁTICA
ALIMENTARIA EN LA SIERRA
JUÁREZ DE OAXACA.
AUDIO

VIDEO

ENTRADA PRESENTACIÓN DEL
REPORTAJE.

ESCUDO DE LA UNIVERSIDAD.

RÓTULOS

LA FACULTAD DE CIENCIAS
POLÍTICAS Y SOCIALES DE LA
UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTÓNOMA DE MÉXICO.

PRESENTA.

EL PROBLEMA ALIMENTARIO EN EL
RINCÓN.

FADE IN MUSICAL, MÚSICA DEL
DISCO AINDA, TRACK 1, SE
MANTIENE 3" Y BAJA A SEGUNDO
PLANO.

VOZ EN OFF LOC 1.

La Facultad de Ciencias Políticas y
Sociales de la Universidad Nacional
Autónoma de México.

PAUSA

VOZ EN OFF LOC 2.

Presenta

CROSS FADE MÚSICA DEL DISCO
AINDA, TRACK 1, CON MÚSICA DE
LA BANDA FILARMÓNICA BENITO
JUÁREZ, TRACK 1, LADO A, SE
MANTIENE 3" Y BAJA A SEGUNDO
PLANO.

CONTINUA...

TEMA: LA PROBLEMÁTICA
ALIMENTARIA EN LA SIERRA
JUÁREZ DE OAXACA.
AUDIO

VIDEO

CONTINUACIÓN::
DISOLVENCIA,
CORTE A:
REPORTAJE IMÁGENES DE LAS
IGLESIAS DE LAS SIETE
COMUNIDADES.

IMÁGENES DE LAS PIRÁMIDES DE
MONTE ALBÁN.

IMAGEN DE UNA ESTATUILLA
IMAGEN FIJA DE LAS PIRÁMIDES.
IMÁGENES DEL MURAL SOBRE LA
CULTURA ZAPOTECA.

VOZ EN OFF LOC 1.
Al noroeste del estado de Oaxaca se ubica el Distrito de Villa Alta, allí se encuentran los poblados: San Juan Yaec, Santa María Lachichina, Santiago Yagallo, Tanetze de Zaragoza, San Isidro Reforma y Santa María Yaviche, a toda esta zona se le conoce como el Rincón; en este lugar la población desciende del pueblo zapoteca.

SALE MÚSICA DE BANDA Y ENTRA
EN FADE MÚSICA. DEL DISCO 1
TESTIMONIO MUSICAL DE MÉXICO,
CARA A. MÚSICA DE LOS SANTOS,
SE MANTIENE 3° Y BAJA A
SEGUNDO PLANO.

VOZ EN OFF LOC 2.
La civilización zapoteca floreció en los años setecientos a trescientos antes de Cristo en la región que hoy conocemos como el estado de Oaxaca.

VOZ EN OFF LOC 1.
Los zapotecas eran politeístas, sus creencias religiosas estaban basadas en fenómenos de la naturaleza, como en la naturaleza misma y consideraban a la tierra como la diosa madre y proveedora de vida.

CONTINUA...

TEMA: LA PROBLEMÁTICA
ALIMENTARIA EN LA SIERRA
JUÁREZ DE OAXACA.

VIDEO

AUDIO

CONTINUACIÓN:
IMAGEN DEL MURAL.

VOZ EN OFF LOC 2.

La cultura zapoteca tenía una alimentación de tipo mixto, que incluía productos agrícolas y productos del reino animal.

IMAGEN DEL MURAL.
IMÁGENES DE DIFERENTES
ESPECIES.

VOZ EN OFF LOC 1.

Entre los productos agrícolas sobresalían el maíz, frijol, chile, chayote, calabaza, camote, nopal, chía, cacao, tomate, miltomate, quelites, quintoniles y verdolagas, entre muchos otros.

IMAGEN DEL MURAL.

SALE MÚSICA DE LOS SANTOS, Y
ENTRA EL TRACK 2 DEL DISCO
TESTIMONIO MUSICAL DE MEXICO,
SE MANTIENE 3" Y BAJA A
SEGUNDO PLANO.

VOZ EN OFF LOC 2.

Entre los animales estaban el venado, el cerdo montés, el conejo, el tejón, la ardilla, el tlacoache y el armadillo, por citar algunos.

CONTINUA...

TEMA: LA PROBLEMÁTICA
ALIMENTARIA EN LA SIERRA
JUÁREZ DE OAXACA.
VIDEO AUDIO

CONTINUACIÓN:
IMÁGENES DEL MURAL.

VOZ EN OFF LOC 1.

Todo lo anterior hace pensar que los antiguos mexicanos aprovechaban con gran sabiduría los recursos naturales que el entorno les brindaba, pues tenían condiciones físicas que les permitieron ser constructores de pirámides en un tiempo en que la fuerza física del hombre era la única.

IMAGEN DEL MURAL.
IMAGEN DE LAS PIRÁMIDES.

VOZ EN OFF LOC 2.

Así se observa que en la historia de la humanidad, la búsqueda del alimento es un acto primordial en el desarrollo del individuo y de su comunidad.

IMAGEN DEL MURAL.

VOZ EN OFF LOC 1.

En nuestro país los primeros pobladores veían el alimento como satisfactor tanto de una necesidad física, como espiritual, ya que al comer se realizaba todo un ritual, que hacía de este acto un hecho relevante.

CROSS FADE DEL DISCO 1
TESTIMONIO MUSICAL DE MÉXICO.
CARA A TRACK 2. CON MÚSICA DEL
DISCO OCTAVE TRACK 4. SE
MANTIENE EN SEGUNDO PLANO.

CONTINUA...

TEMA: LA PROBLEMÁTICA
ALIMENTARIA EN LA SIERRA
JUÁREZ DE OAXACA.

VIDEO

AUDIO

CONTINUACIÓN:

IMAGEN DE UN HOMBRE
COMIENDO, EFECTO DE CAMBIO
DE TONOS DE COLOR A BLANCO Y
NEGRO.
DISOLVENCIA A:
HOMBRES TRABAJANDO IMAGEN
CONGELADA.

DISOLVENCIA:

CORTE A:
IMAGEN DE UN HOMBRE EN UN
ATAÚD.
HOMBRES TRABAJANDO.
MUJER LIMPIANDO MAÍZ.
EFECTO A:
MAPA DE MÉXICO.
SE DESTACAN LOS ESTADOS DE
OAXACA, CHIAPAS, GUANAJUATO,
VERACRUZ, PUEBLA, ESTADO DE
MÉXICO Y DISTRITO FEDERAL.

IMAGEN DE GENTE.
CAFÉ SECÁNDOSE.
ACERCAMIENTO DEL CAFÉ.
IMAGEN DE FAMILIA CORTANDO
CAFÉ.

VOZ EN OFF LOC 2.

En la actualidad la lucha por la sobrevivencia ha provocado la modificación de la dieta diaria de la población zapoteca, en detrimento de su salud.

VOZ EN OFF LOC 1.

El panorama en torno a la alimentación es desolador, las cifras nos dicen que en México mueren diez mil cinco personas al año por mala alimentación y que gran parte de la población presenta carencia en cuanto a la calidad, variedad y cantidad de alimento. En estudios realizados por el Instituto Nacional de la Nutrición, se define al sur, centro y sureste de nuestro país, como zonas de graves problemas nutricionales.

VOZ EN OFF LOC 2.

A nivel nacional Oaxaca ocupa el primer lugar en la tasa de mortalidad por problemas de nutrición con mil cincuenta y tres casos. En este estado se reconocen dietas alejadas de la diversidad alimentaria que el entorno natural ofrece y un excepcional consumo de productos obtenidos de la caza y la recolección.

CONTINUA...

TEMA: LA PROBLEMÁTICA
ALIMENTARIA EN LA SIERRA
JUÁREZ DE OAXACA.
AUDIO

VIDEO

CONTINUACIÓN:

CROSS FADE DE MÚSICA DEL
DISCO OCTAVE TRACK 4, CON
MÚSICA DE BANDA, TRACK 2,
SEGUNDO 15, QUE SE MANTIENE Y
SALE.

MAPA DEL RINCÓN DIVIDIDO EN
REGIONES.

CORTE A:
MUJER COCINANDO Y HOMBRE
COMIENDO.
PAISAJE.
MERCADO.

VOZ EN OFF LOC 1.

Ejemplo de lo anterior es el caso de Rincón Zapoteca de la Sierra Juárez el cual llama la atención, por la problemática alimentaria que presenta ya que es una zona con gran diversidad de plantas y animales frente a una escasa variedad alimentaria, y en la cual se detectó que una de las principales causas de mortalidad infantil en 1996 fue la desnutrición severa.

IMAGEN DE PERSONAS EN EL
MERCADO.
IMÁGENES DE NIÑOS.

VOZ EN OFF LOC 2.

El diagnóstico del estado nutricional de la comunidad es el siguiente:
El 80 por ciento de la población general se encuentra desnutrida.
Un cuarenta por ciento de los niños en etapa preescolar y escolar sufren de un leve grado de desnutrición, otro cuarenta por ciento con desnutrición severa y sólo un veinte por ciento con peso y talla normal.

CONTINUA...

TEMA: LA PROBLEMÁTICA
ALIMENTARIA EN LA SIERRA
JUÁREZ DE OAXACA.
AUDIO

VIDEO

CONTINUACIÓN:

ENTREVISTA A:
DOCTOR LUIS SAMUEL
FERNÁNDEZ,
MÉDICO DE TALEA DE CASTRO.
RÓTULOS.

BAJA MÚSICA DE BANDA, HASTA
DESAPARECER.
ENTREVISTADO

Nuestra alimentación es paupérrima no es variada, porque básicamente se consumen alimentos de origen vegetal y hay muy pocos alimentos de origen animal en la composición de nuestra dieta diaria, ¿que se consume en Talea, no falta una tasa se café elaborado con panela, tortillas de maíz, frijoles, eso es lo que se come, eso es lo básico, del maíz se hacen memelas, del maíz se hacen tamales, se hace atole, del frijol se guisa, se hacen memelas, estamos en el terreno de alimentos vegetales. La gente sale los lunes al campo se lleva sus tortillas, lleva sus frijolitos, lleva su panela, su chilito, lleva y pone una olla y pone a coser sus frijolitos y su café y en la cena calienta sus frijoles y al día siguiente y en las tres comidas está calentando hay gente que en toda la semana no consume un huevo no consume cien gramos de carne, básicamente de que vive entonces: frijoles, maíz, panela y café y Chile, ¿cuándo varía un poco su alimentación?, los fines de semana un domingo por ejemplo que aquí se sacrifica una res, se sacrifica una res por semana, un domingo por ejemplo Tomando en cuenta que la res no sólo...FIN DE LA ENTREVISTA.

CONTINUA...

TEMA: LA PROBLEMÁTICA
ALIMENTARIA EN LA SIERRA
JUÁREZ DE OAXACA.

VIDEO

AUDIO

CONTINUACIÓN:

ENTREVISTA A:

LA DOCTORA VERÓNICA PADILLA
GARCÍA RESPONSABLE DEL
CENTRO DE SALUD DE SAN MIGUEL
TALEA DE CASTRO. RÓTULOS.

ENTREVISTADOR

¿Cómo es la alimentación en la zona?
ENTREVISTADA

Es monótona ya que consumen sólo parte de todos los nutrientes de los que comen aquí, esto que yo le digo me he enterado porque recientemente he estado poniéndole las dietas a los enfermos diabéticos y yo para tratar de que ellos consuman de todos los alimentos porque así debe ser en los enfermos diabéticos de tipo dos les he pedido para que sea más fácil para ellos y más agradable su dieta que me traigan una lista de los alimentos que les gustaría comer y de los que hay aquí en la región pues para ponerles su dieta con lo que hay aquí en la región, entonces si hay, pero ellos están acostumbrados generalmente a comer carbohidratos, nada mas si son lo que más comen carbohidratos, en la mayor parte y grasas más que proteínas y vitaminas, pues no porque me he dado cuenta que están los árboles de frutas tirando las frutas, están las guayabas tirándose de maduras, las naranjas tirándose también y no las consumen casi.

CONTINUA...

TEMA: LA PROBLEMÁTICA
ALIMENTARIA EN LA SIERRA
JUÁREZ DE OAXACA.
AUDIO

VIDEO

CONTINUACIÓN:

VOZ ENTREVISTADOR

JA qué se debe?

ENTREVISTADA

Bueno es parte de su cultura, falta de educación y de orientación alimentaria.

Desde meses de edad empiezan a sacrificar talla por conservar el peso eso es desnutrición crónica.

FIN DE LA ENTREVISTA.

ENTRA EFECTO DONDE SE VOLTEA
LA IMAGEN Y ENTRA OTRA.

PAUSA

ENTRA MÚSICA DEL DISCO DE
DEAD CAN DANCE, TRACK 1 SE
MANTIENE EN SEGUNDO PLANO.

TOMAS DE PAISAJES.
IMÁGENES EN LA PANTALLA DE
DIFERENTES ESPECIES.
AGUACATE.
PLÁTANO.
CALABAZA
NARANJA
PAVOS.

VOZ EN OFF LOC 1.

Lo anterior resulta incongruente frente a diversidad de plantas y animales que posee la zona pues cuenta con un clima templado el cual logra que cualquier especie vegetal se pueda cultivar.

BAJA MÚSICA DEL DISCO DE DEAD
CAN DANCE, TRACK 1 HASTA
DESAPARECER.

CONTINUA...

TEMA: LA PROBLEMÁTICA
ALIMENTARIA EN LA SIERRA
JUÁREZ DE OAXACA.
AUDIO

VIDEO

CONTINUACIÓN:
CORTE A:

ENTREVISTA A LA DOCTORA
PATRICIA D. DÁVILA, JEFA DEL
DEPARTAMENTO DE BOTÁNICA DEL
INSTITUTO DE BIOLOGÍA DE LA
UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTÓNOMA DE MÉXICO. RÓTULOS.

EFECTO DE IMAGEN QUE DA
VUELTA.

PAUSA
BAJA MÚSICA DE BANDA. HASTA
DESAPARECER Y ENTRA
ENTREVISTA.
ENTREVISTADO

Oaxaca se caracteriza por tener un endemismo de especies altísimo, esto significa que hay michisimas especies, que yo no me atrevería a decir números, pero estoy calculando en varios cientos, que son exclusivos del estado de Oaxaca, a veces exclusivas de un valle o de un lugar del Estado de Oaxaca que significa que si nosotros destruimos poblaciones en ese lugar estamos destruyendo especies para el mundo sin realmente saber cuál podría ser el beneficio. FIN DE LA ENTREVISTA.

PAUSA
ENTRA MÚSICA DEL DISCO DE
VANGELIS 1492, TRACK 1. Y SE
MANTIENE EN SEGUNDO PLANO.

CONTINUA...

TEMA: LA PROBLEMÁTICA
ALIMENTARIA EN LA SIERRA
JUÁREZ DE OAXACA.
AUDIO

VIDEO

CONTINUACIÓN:

IMAGEN DE UN PAISAJE.
IMAGEN DEL RÍO.
IMAGEN DE UN PAISAJE.
IMAGEN DE UNA FAMILIA.
CORTANDO CAFÉ.
IMÁGENES DE LAS MÁQUINAS PARA
INDUSTRIALIZAR EL CAFÉ.

VOZ EN OFF LOC 1.

Pero en la actualidad hay un factor importante que atenta contra la diversidad y es que los lugareños dejaron de sembrar mayor variedad de alimentos para el consumo por tres razones principalmente: el desprecio por el potencial alimentario de su entorno, el desconocimiento de la importancia de la explotación racional del medio para garantizar el futuro de las generaciones por venir y el atractivo de la comercialización del café, el cuál les reditúa económicamente y así resuelven el problema del sustento inmediato sin reflexionar que a largo plazo ello afectará en problemas de salud, ya que no podrán gozar de alimentos que antes tenían a la mano y eran de más alto nivel nutricional.

IMAGEN DE TERRENO DEVASTADO.
CAFETO.
GALLINA.
MAÍZ SECO.

A pesar del hecho de que la gente ha devastado grandes zonas boscosas para comerciar con la madera o en favor de la obtención de un mayor terreno para la siembra del café aun siguen teniendo muchas especies a su alcance, y es por esto que llama la atención que los habitantes del Rincón tengan una dieta diaria basada en el consumo de frijol y algunas hierbas.

CONTINUA...

TEMA: LA PROBLEMÁTICA
ALIMENTARIA EN LA SIERRA
JUÁREZ DE OAXACA.

VIDEO

AUDIO

CONTINUACIÓN:
CORTE A

ENTREVISTA A LA SEÑORA
TEODORA VELASCO. RÓTULOS.

EFECTO DE IMAGEN QUE DA
VUELTA.

SEÑORA COCINANDO.
CAMIÓN ENTRANDO.
NIÑO COMIENDO PALETA
CARAS DE NIÑOS.

PAUSA
BAJA MÚSICA DEL DISCO DE
VANGELIS 1492. TRACK 1 OPENING.
HASTA DESAPARECER Y ENTRA.
ENTREVISTA.
ENTREVISTADA

Frijolitos, este arroz, este salsa, la mayoría de molcajete, salsa de tomate rojo...Diario son frijoles, puede entrar cualquier comida pero frijolitos, pero que no haga falta. Por ejemplo salsa de huevo con nopalitos picaditos...

PAUSA
ENTRA MÚSICA FÚNEBRE DE
BANDA. SE MANTIENE EN
SEGUNDO PLANO.

VOZ EN OFF LOC 1.

Otro factor que influye en la forma de alimentarse de los pobladores del rincón es el desarrollo de las vías de comunicación que si bien les han traído beneficios para estar en contacto con otros lugares, también ha facilitado la entrada de productos industrializados, los cuales tienen escaso valor nutricional y son consumidos por los niños de las comunidades que sustituyen una fruta por unas frituras.

CONTINUA...

TEMA: LA PROBLEMÁTICA
ALIMENTARIA EN LA SIERRA
JUÁREZ DE OAXACA.
AUDIO

VIDEO

CONTINUACIÓN:
EFFECTO DE CAMBIO DE PÁGINA.
PAISAJE.
FAMILIA RECOLECTANDO CAFÉ.

IMAGEN DE LA FAMILIA EN EL
CAMPO.

IMAGEN DEL MERCADO.

IMAGEN DE UNA TIENDA.

VOZ EN OFF LOC 2.

Los lugares en donde los habitantes del Rincón adquieren los alimentos son el rancho o campo, los huertos, las pequeñas tiendas y el mercado o plaza.

VOZ EN OFF LOC 1.

En el rancho todos los miembros de la familia participan de la recolección de los alimentos.

VOZ EN OFF LOC 2.

La plaza provee a los habitantes del Rincón de pocos productos y de escasa variedad porque lo que se vende es el excedente de lo que cultivan en sus huertos.

Las tiendas se localizan en la planta baja de algunas casas, ahí es donde se venden sobre todo alimentos enlatados, refrescos, pastas y dulces, por citar algunos.

PAUSA

BAJA MÚSICA FÚNEBRE DE BANDA
TRACK 1 HASTA DESAPARECER Y
ENTRA MÚSICA DE LA BANDA
FILARMÓNICA BENITO JUÁREZ DE
TANETZE DE ZARAGOZA. TRACK 1,
SE MANTIENE EN SEGUNDO PLANO.

EFFECTO DE CAMBIO DE PAGINA.

CONTINUA...

TEMA: LA PROBLEMÁTICA
ALIMENTARIA EN LA SIERRA
JUÁREZ DE OAXACA.

VIDEO

AUDIO

CONTINUACIÓN:
IMAGEN DE LA BANDA.

En días festivos los hábitos alimentarios cambian.

FIESTA PATRONAL.
REUNIÓN.

VOZ EN OFF LOC 1.

Durante las celebraciones de tipo religioso como la fiesta patronal del pueblo, la conmemoración de algún santo, el día de muertos y en las bodas por citar algunos eventos, es cuando la gente que ha podido ahorrar, gasta su dinero en comida más variada.

CORTE A:

ENTREVISTA A LA COCINERA DE
TALEA SEÑORA TEODORA
VELASCO. RÓTULOS.

PAUSA
BAJA MÚSICA DE BANDA, HASTA
DESAPARECER Y ENTRA
ENTREVISTA.

ENTREVISTADO
En los días de fiesta...
FIN DE LA ENTREVISTA.

EFFECTO DE IMAGEN QUE DA
VUELTA.

PAUSA
ENTRA MÚSICA DE LA BANDA
FILARMÓNICA BENITO JUÁREZ DE
TANETZE DE ZARAGOZA, TRACK 2,
SE MANTIENE EN SEGUNDO PLANO.

VOZ EN OFF LOC 2.

Así, en días festivos se puede observar variedad de alimentos en los hogares.

CONTINUA...

TEMA: LA PROBLEMÁTICA
ALIMENTARIA EN LA SIERRA
JUÁREZ DE OAXACA.
AUDIO

VIDEO

CONTINUACIÓN:
IMÁGENES DE ALGUNOS
PLATILLOS.

La carne se convierte en el alimento principal y se puede disfrutar de platillos como el caldo de res y el de pollo.

CORTE A
EFECTO DE CAMBIO DE PÁGINA.

IMAGEN DE UNA SEÑORA
COCINANDO.

VOZ EN OFF LOC 1.

Una dieta adecuada debe tomar en cuenta la función de las substancias que se ingieren en los alimentos y la cantidad de nutrientes que se consumen y que nuestro cuerpo requiere.

SALE MÚSICA DE LA BANDA
FILARMÓNICA BENITO JUÁREZ DE
TANETZE DE ZARAGOZA. TRACK 2.

ENTREVISTA A:
LA DOCTORA VERÓNICA PADILLA
GARCÍA RESPONSABLE DEL
CENTRO DE SALUD DE SAN MIGUEL
TALEA DE CASTRO. RÓTULOS.

ENTREVISTADOR

¿Cómo debe ser una buena alimentación?

ENTREVISTADA

Que contenga los tres grupos de nutrientes y los complementarios que son las vitaminas y minerales.

En detalle, que contenga los tres grupos de nutrientes que son carbohidratos, proteínas y grasas y vitaminas.

FIN DE LA ENTREVISTA.

CONTINUA...

TEMA: LA PROBLEMÁTICA
ALIMENTARIA EN LA SIERRA
JUÁREZ DE OAXACA.
AUDIO

VIDEO

CONTINUACIÓN:
EFFECTO DE LA IMAGEN QUE SE
VOLTEA.

HOMBRE TOCANDO ARMÓNICA.
CARAS DE NIÑOS.

IMÁGENES DE SEÑORA
EMBARAZADA, MADRE
AMAMANTANDO Y UN NIÑO MAYOR.

BEBÉ COMIENDO CON SU MADRE.

PAUSA
ENTRA MÚSICA DEL DISCO 1492
TRACK 4 Y SE MANTIENE EN
SEGUNDO PLANO.

VOZ EN OFF LOC 2.
Para que un individuo adulto esté sano y un niño crezca normalmente, se debe ingerir suficiente cantidad de cada uno de los nutrientes antes especificados.

VOZ EN OFF LOC 1.
Los nutriólogos afirman que una mujer embarazada, necesita consumir mayor cantidad de nutrimentos, de igual forma sucede cuando está amamantando.

VOZ EN OFF LOC 2.
Los bebés menores de cuatro meses requieren del pecho materno, después de ese periodo necesitan la introducción a su dieta de otros alimentos como papillas, ya cuando el niño tiene de seis a doce meses, debe comer lo que el resto de su familia.

VOZ EN OFF LOC 1.
En entrevista a la Doctora del Centro de Salud de San Miguel Talea de Castro sobre los beneficios de una buena alimentación comento:

CONTINUA...

TEMA: LA PROBLEMÁTICA
ALIMENTARIA EN LA SIERRA
JUÁREZ DE OAXACA.
AUDIO

VIDEO

CONTINUACIÓN:

ENTREVISTA A
LA DOCTORA VERÓNICA PADILLA
GARCÍA RESPONSABLE DEL
CENTRO DE SALUD DE SAN MIGUEL
TALEA DE CASTRO. RÓTULOS.

ENTREVISTA A
EL DOCTOR RESPONSABLE DEL
CENTRO DE SALUD DE SAN JUAN
YAAE. RÓTULOS.

EFFECTO DE VOLTEAR LA IMAGEN.
FAMILIA COMIENDO.
SEÑOR COMIENDO.
PLATILLOS.
PANTEÓN.
SEÑORA HACIENDO TORTILLAS.
CAMINOS.

PAUSA
SALE MÚSICA DEL DISCO DE DEAD
CAN DANCE TRACK 2.

ENTREVISTADA
Una nutrición óptima, un desarrollo
en los niños, por ejemplo los niños
menores de cinco años, un desarrollo
psicomotriz normal adecuado y
óptimo que es lo que nosotros
perseguimos
FIN DE LA ENTREVISTA.

ENTREVISTADO
Una nutrición óptima...
FIN DE LA ENTREVISTA.

PAUSA
ENTRA MÚSICA DEL DISCO LA
MALDICIÓN DE LA MALINCHE,
LADO A, TRACK 1 EN PRIMER
PLANO DURANTE 23".

CROSS FADE DE MÚSICA DEL
DISCO LA MALDICIÓN DE LA
MALINCHE, LADO A, TRACK 1 CON
DISCO PASSION TRACK 7 Y SE
QUEDA EN SEGUNDO PLANO.

CONTINUA...

TEMA: LA PROBLEMÁTICA
ALIMENTARIA EN LA SIERRA
JUÁREZ DE OAXACA.
AUDIO

VIDEO

CONTINUACIÓN:

ESQUEMA QUE DIGA COMPLETA,
EN MEDIO VARIADA Y SUFICIENTE.
Y ABAJO UNA IMAGEN DE COMIDA.

CORTE A:
EFECTO DE CAMBIAR DE HOJA.

GENTE PLATICANDO.
PUESTO DE CARNE.

VOZ EN OFF LOC 2.

Las características de una buena alimentación son que sea completa, es decir, consumo suficiente de cada grupo de alimentos, variada, que no sea siempre un mismo producto de cada grupo de alimentos y por último suficiente, con ello se quiere decir que hay que comer hasta estar satisfecho y hay que realizar tres comidas diarias.

CROSS FADE MÚSICA DEL DISCO
AINDA. TRACK 2 CON MÚSICA DEL
DISCO PASSION TRACK 7 Y SE
MANTIENE EN SEGUNDO PLANO.

VOZ EN OFF LOC 1.

Para concluir se ha dilucidado que la problemática alimentaria en la zona del Rincón de la Sierra Juárez de Oaxaca se debe a:
la poca variedad del consumo,
la poca cantidad, y
el consumo de productos con nulo valor nutricional.

CONTINUA...

TEMA: LA PROBLEMÁTICA
ALIMENTARIA EN LA SIERRA
JUÁREZ DE OAXACA.
AUDIO

VIDEO

CONTINUACIÓN:

IMAGEN DE UNA FAMILIA
CAFETO.
PRODUCTOS EN TIENDA.

VOZ EN OFF LOC 2.

Algunas de las aristas que rodean el problema son:
Los problemas económicos para el sustento de la familia lo cual ha provocado que le den más importancia al café y dejen a un lado otros productos,
el desconocimiento nutricional de los alimentos, que existen en su entorno la apertura de las vías de comunicación que trae productos novedoso con bajo o nulo valor nutricional.

IMAGEN DE UN SEÑOR COMIENDO.

Al preguntar a la doctora Verónica Padilla qué se debe hacer para mejorar la alimentación ella respondió

SALE MÚSICA DEL DISCO PASSION
TRACK 7.

CORTE A:

ENTREVISTA A LA DOCTORA DEL
CENTRO DE SALUD DE SAN MIGUEL
TALEA DE CASTRO. RÓTULOS.

ENTREVISTA.
ENTREVISTADA

Educar a la gente, educarla en todos los sentidos, a nosotros como personal de salud, por nuestra parte, hablarles de los grupos de nutrientes, incluso haciéndoles dietas, porque yo le hago dietas aquí en base a los alimentos que ellos consumen, pero también que la educación fuera desde distintos puntos de vista, el de los

CONTINUA...

TEMA: LA PROBLEMÁTICA
ALIMENTARIA EN LA SIERRA
JUÁREZ DE OAXACA,
AUDIO

VIDEO

CONTINUACIÓN:

maestros, a los padres de familia, también, porque no es suficiente lo que nosotros hacemos, la gente dice que si, pero si por ejemplo los medios de comunicación que se encargan de anunciar muchísimos productos chatarra, no sirven para nada, eso es aveces más fuerte, tienen muchísimas horas en su casa prendiendo la televisión, el radio, escuchando comerciales y más comerciales y nuestro mensaje se queda parado con eso de la publicidad.
FIN DE LA ENTREVISTA.

EFECTO DE IMAGEN QUE DA LA VUELTA.

PAUSA
ENTRA MÚSICA DEL DISCO AINDA,
TRACK 2 SE MANTIENE EN
SEGUNDO PLANO.

IMAGEN DE UN PAISAJE.
CASCADA.
RÍOS.
IMAGEN DE UN ATRDECER.

VOZ EN OFF LOC 2.
Según expertos se ha observado que el rescate del entorno tanto biológico como cultural a través de la educación puede dar como resultado el mejoramiento de la alimentación y por tanto, el vivir con mejores niveles de salud.

EFECTO DE CAMBIO DE PÁGINA.

CROSS FADE MÚSICA DEL DISCO
AINDA, TRACK 2 Y EL DISCO
AINDA, TRACK 4. SE MANTIENE EN
SEGUNDO PLANO.

CONTINUA...

TEMA: LA PROBLEMÁTICA
ALIMENTARIA EN LA SIERRA
JUÁREZ DE OAXACA.
AUDIO

VIDEO

CONTINUACIÓN:

AGRADECIMIENTOS AL CONSEJO
DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA Y AL
INSTITUTO DE INVESTIGACIONES
SOCIALES POR EL APOYO
OTORGADO AL PROYECTO DE
EDUCACIÓN ALIMENTARIA.
RÓTULOS.

CARAS DE PERSONAS.
SE MANTIENE 10 SEGUNDOS
DESPUÉS DE QUE SE TERMINAN DE
DECIR LOS CRÉDITOS.

VOZ EN OFF LOC 1.

Agradecemos al Consejo Nacional de
Ciencia y Tecnología y al Instituto de
Investigaciones Sociales de la UNAM,
por el apoyo otorgado al proyecto de
educación alimentaria.

Un muy en especial agradecimiento
por las facilidades prestadas para
este reportaje a las autoridades y
habitantes de los pueblos del rincón,
y también a:
La señora Teodora,
Señor Armando Manzano,
señor Rodolfo y Familia,
Mari Márquez y familia,
la maestra Amelia y familia, señora
María Yie y familia,
señora Lila y familia,
no quisiéramos olvidar a los
presidentes municipales de los
pueblos en los que nos recibieron
al Señor Genaro, presidente
municipal de Yace y familia,
a la doctora Verónica Padilla García,
al doctor Luis Samuel Fernández, a
los doctores que con su plática nos
permitieron tener una visión más
amplia de la problemática alimentaria
del Rincón,
de igual manera agradecemos a los
maestros y a todas las personas que
compartieron sus alimentos con
nosotros. A todos muchas gracias.

CONTINUA...

TEMA: LA PROBLEMÁTICA
ALIMENTARIA EN LA SIERRA
JUÁREZ DE OAXACA.

VIDEO

AUDIO

CONTINUACIÓN:

CRÉDITOS.
RÓTULOS PRODUCTOR
CLAUDIA FABIOLA ORTEGA BARBA
DIRECTOR DE TESIS
PROFRA. REGINA JIMÉNEZ-
OTTALENGO
LOCUTORES
MÓNICA JIMÉNEZ GARCÍA
GABRIELA VILLANUEVA ROJO
EDICIÓN
CLAUDIA ORTEGA
ARMANDO GARCÍA
CARLOS GÓMEZ
DISEÑO GRÁFICO
ENRIQUE BASURTO.
MÉXICO, UNAM 1997.

MÚSICA DISCO AINDA. TRACK 4. SE
MANTIENE DURANTE LOS
CRÉDITOS Y BAJA HASTA
DESAPARECER. FADE OUT.

FIN

CAPÍTULO III

PRODUCCIÓN

La realización del programa se efectuó con el mayor cuidado basándose en el guión, y tomando en cuenta todos los detalles ya planteados en la anterior etapa que fue la reproducción.

"La realización misma del programa, donde entra en juego todo lo preparado constituye la producción" ²⁵.

Se tiene que "Cada paso individual de la producción ha sido determinado en el texto pormenorizado y en el programa de trabajo. Cuando no sea posible continuar con la producción, de acuerdo con la programación original, será necesario revisar estos documentos, en ciertos casos específicos"²⁶

Esta etapa consistió en la grabación del reportaje televisivo filmando las tomas que se presentaron en el guión técnico.

Esta parte se guió por los siguientes lineamientos:

²⁵ GONZÁLEZ, Treviño Jorge E., Televisión, teoría y práctica, p.164.

²⁶ BREWANGER, Dietrich, Cine y televisión a bajo costo, p. 152-153.

► *Grabación de imágenes en videocassettes de 8 mm.*

Se grabaron las imágenes que se propusieron en el guión, buscando los lugares idóneos, para ello se utilizó una cámara con formato V8 y un tripie en algunas de las tomas, por otro lado, donde el lugar estaba muy oscuro se necesitó la lámpara de la cámara. También se hizo necesario grabar cada toma varias veces por un periodo de un minuto con el objeto de que existiera la posibilidad de editar con un tiempo adecuado.

Las tomas que se iban haciendo se fueron registrando en una bitácora de grabación la cual fue muy útil para la siguiente etapa (preproducción), ya que así sería más fácil la clasificación del material.

Se realizaron cuatro viajes a la zona del Rincón y en cada uno de ellos se fueron recabando las diferentes imágenes para el video.

► *Obtención de la música que sirvió de fondo para el reportaje.*

Los parámetros que se utilizaron para elegir la música que sirvió de fondo para el reportaje fueron los siguientes: se tuvieron tres criterios para la elección musical, el primero se enfocó a piezas de la zona no tuviera letra para que no se confundiera con el texto del reportaje y sirvieran de fondo cuando se hablaba de la zona a la que hace referencia el trabajo, el segundo criterio fue el encontrar música prehispánica para usarse en el

momento que se hablará de la cultura zapoteca y por último el encontrar música instrumental para el resto del reportaje.

► *Grabación de entrevistas.*

Primero se observó quienes podían proporcionar información acerca de la alimentación en la zona cuando se hizo la visita exploratoria, después se realizó una visita previa a los entrevistados con el fin de pedirles una cita para recabar la información, cuando se tuvo convenido el día, la hora y el lugar de la misma, entonces se realizó la entrevista.

Por otro lado, también fue necesario entrevistar a una persona especialista en el tema de la diversidad en cuanto a plantas en la zona de Oaxaca, con el objeto de sustentar la idea de que el ecosistema de ese estado provee a los habitantes del mismo una gran variedad de productos agrícolas para la mejora de su alimentación.

► *Grabación en cabina.*

Para la grabación de las voces se necesitó de dos locutores que previamente hubiera leído el guión para que a la hora de la grabación se tuviera el mínimo riesgo de equivocación y una persona que trabajó en la cabina de radio (en este caso fue el mismo productor).

Producción

Primero se grabó la voz en frío, después se planeó que en la etapa siguiente, la postproducción se mezclara la música planeada para el reportaje, junto con las imágenes requeridas para el mismo.

► *Efectos especiales*

Se realizaron por computadora los efectos especiales (mapas) descritos en el guión técnico y se pasaron a una cinta de video.

Así, la producción del reportaje televisivo sobre la problemática alimentaria en la Sierra Juárez estuvo a cargo principalmente de una sola persona la cual tuvo varios roles como el de productor, director y camarógrafo. Lo anterior se puede llevar a cabo según Dietrich Berwanger, ya que la unidad de producción más pequeña se limita a un solo individuo.

CAPÍTULO IV

POSTPRODUCCIÓN

"La postproducción está relacionada con la grabación de un programa...en *video tape* [este proceso es similar al de la grabación de audio en cinta, los impulsos electrónicos de la imagen y el sonido son grabados en una cinta magnética especial que se puede reproducir más tarde, convirtiendo las imágenes grabadas en sonido e imagen]".²⁷ El trabajo de postproducción lo constituye la organización de la información recabada en imagen y sonido, también se le puede llamar edición.

"La labor de editar es la operación más importante consume mayor tiempo en la fase posterior a la producción. Se examina, selecciona, reordena y luego ensambla todo el material filmico y de sonido para que éste guarde relación con la secuencia que se estima como la más conveniente."²⁸

La edición del programa consistió en darle continuidad a una serie de tomas previamente grabadas con un fondo de audio, todo ello con el objeto de que el receptor o destinatario lo viera proyectado con coherencia y diera

²⁷ GONZÁLEZ, Treviño Jorge E., Televisión teoría y prácticas, p.165.

²⁸ BREWANGER, Dietrich, Cine y televisión a bajo costo, p.168.

como resultado la creación de un video en donde se hablará de la problemática alimentarias de la región del Rincón Zapoteca de la Sierra Juárez en Oaxaca.

Después de concluir las tomas que se hicieron durante la producción, se empezó el proceso para poner en orden el video y la sincronización del sonido, el cual lleva las voces de los locutores, protagonistas, entrevistados y la música, a fin de mezclarlos y combinarlos en una pista final de video.

► *Clasificación del material.*

Este trabajo requirió sentarse frente a un televisor al cual se le conectó una videocámara y se estuvo revisando videocasste por videocassette, anotando en las hojas de calificación para edición (ver anexo 2) todas las tomas recabadas en la grabación. Después de tener el material monitoreado se hizo la selección de las tomas de acuerdo a lo que marcaba el guión técnico, dicha selección se plasmó también en las formas de calificación de material para tenerlo organizado y facilitar en tiempo y comodidad la siguiente etapa.

Así, cuando se tuvo calificadas todas las imágenes grabadas (aproximadamente 10 horas) para el reportaje, se seleccionaron las requeridas en el guión técnico y se fueron organizando de la siguiente manera: en una hoja de calificación para edición, primero se escribió la

Postproducción

imagen que se requería, después en orden horizontal el número de cinta en la que se localizaba dicha imagen, le seguía en el mismo orden la lectura del contador y por último se puso el tiempo de duración de aquella.

Tenemos entonces que con la previa revisión y ordenación (a partir de los tiempos de las imágenes grabadas) del material, en una hoja de clasificación para edición se inició la transferencia a otra cinta organizando el material a partir de las indicaciones del guión.

Con lo anterior se logró organizar el material en video, mientras que el material de audio ya estaba grabado.

► *Edición del video.*

Así, el siguiente paso fue unir el material de la cinta de audio con la cinta de video para que se pudiera lograr el producto final. Esto fue supervisado por el productor, director y guionista del programa -quien fue una misma persona-, logrando así el resultado esperado por éste, el video terminado.

De esta manera el trabajo final de postproducción fue sincronizar y combinar tanto las tomas, los efectos especiales y el sonido en un video *tape master* (que es la cinta original del trabajo) en este caso se hizo en formato 3/4, agregándole los títulos al inicio y final, los subtítulos de las entrevistas y algunos efectos.

Postproducción

Antes de iniciar con la edición del video se requirió hacer los créditos del principio y del final, los rótulos de las entrevistas y algunos letreros que aparecerían en el video en una máquina llamada generador de caracteres.

También fue necesario hacer algunos mapas en un generador de imagen, ya que estos se requirieron en el guión técnico.

El trabajo se hizo en formato de ¼ el cual funciona de la siguiente manera:

El sistema de ¼ tiene cuatro canales de trabajo, el primer canal es el control, el segundo es el de video, el tercero es el audio uno y el cuarto es el audio dos.

Sistema ¼

Control



Audio 1

Audio 2

Postproducción

El área de control como su nombre lo indica sirve para intervenir o mandar en las otras tres áreas.

El área de video es la que está captando las imágenes que se están editando.

El área uno de audio es donde se pone la voz que lleva el trabajo de video, mientras que el área dos de audio sirve para recibir la parte musical del mismo.

Existen dos modos de edición, uno es el ensamble el cual sirve para editar secuencialmente y el otro es el *insert* que funciona para sustituir.

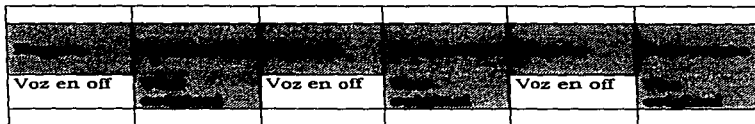
En este caso se utilizaron los dos tipos de edición, porque se requirió meter las entrevistas con su propio audio, así el proceso fue el siguiente:

Primer paso se transfirió la *voz en off* de una cinta de carrete abierto previamente grabada en la anterior etapa (producción) a la cinta de ¾ con imagen en negro, utilizando el sistema de ensamble y poniendo la voz en el canal uno de audio.

Segundo paso se ilustró la *voz en off* con la segunda forma de edición que es el *insert* de video.

Tercer paso cuando fue necesario poner una entrevista con la voz original se utilizó la forma de edición de ensamble.

Lo anterior se puede ilustrar de la siguiente manera:



Cuarto paso se regreso la cinta de $\frac{3}{4}$ y se musicalizó utilizando el canal dos de sonido.

El concluir la edición significó una de las partes finales del trabajo, las otras son la revisión del video y la transferencia del mismo.

El *video tape master* fue revisado para su aceptación; así trabajo estuvo terminado. El siguiente paso fue sacar las copias necesarias para la difusión de éste, en las comunidades del Rincón de la Sierra Juárez en Oaxaca (destinatarios y protagonistas del mismo).

Por todo lo anterior se puede decir que esta etapa fue la más satisfactorias ya que se pudo ver terminada una idea que se concibió mucho tiempo atrás y se obtuvo un video que ya estaba listo para ser trasmitido.

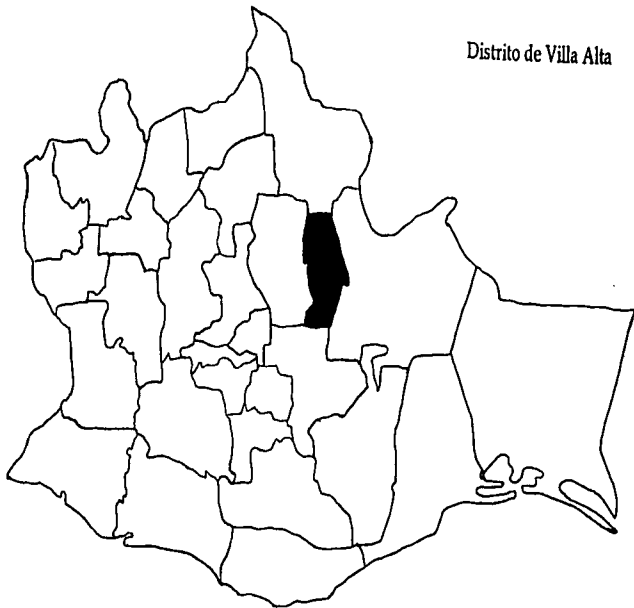
4.1 Sinopsis

En este video se presenta uno de los problemas que afecta a las actuales sociedades, el de la desnutrición, mostrando sólo un pequeño ejemplo del mismo a través del caso de los pobladores de la zona denominada como el Rincón Zapoteca, en donde la población paradójicamente presenta carencias alimentarias frente a una gran diversidad biótica, esto hace interesante el descubrir las aristas que rodean a dicha problemática.

ANEXOS

Oaxaca

Distrito de Villa Alta



Distrito de Villa Alta

1. San Miguel Talca de Castro
2. San Juan Yacé
3. Santa María Lachichina
4. Santiago Yungallo
5. Tameze de zaragoza
6. Reforma
7. Santa María Yaviche



GRUPOS DE ALIMENTOS QUE SE PUEDEN COMBINAR PARA LOGRAR UNA BUENA DIETA

Fuentes de energía			Fuentes de proteínas		Fuentes de vitaminas y minerales		
Cereales	Tubérculos	Otras	Leguminosas	Productos de origen animal	Frutas	Verduras	Condimentos
arroz	camote	aguacate	avena	ardilla	anón	calabaza	ajo
maíz	chayocamote	plátano	frijol	armadillo	caña de azúcar	col	cebolla
	papa	aceite	garbanzo	bobo	ciruelo	coliflor	cebollina
	yuca	azúcar	haba	camarón de río	chucosapot	chayote	cilantro
	yucamote	cacao	lenteja	carretero	chirimolla	chepil	esposito
		maníaca de puerco		carne de puerco	durazno	chicharo	oregano
		miel		carne de res	guayaba	chile	perjol
	panala			codornia	lima	diente de león	pimentón
				conejo	limón	esote	
				chachalaca	mamey	flor calabaza	vainilla
				chapulines	mango	gusajo	yerbabenta
				charal	marañón	guajincuil	
				chocobana	naranja	guía de calabaza	
				fasan	nápero	guía de chayote	
				gallina	pera	guía de chicharo	
				guajolote	piña	guía de fíjol	
				gusano	pomeroza	veremora	
				huevo	síra	hongos	
				jabeli	zapote	huele de noche	
				paloma	zapote	hustiacoche	
				pato	zarzamora	jitomate	
				pavo silvestre	zarzaparilla	lechuga	
				perdiz		magnolia	
				perca		milcomate	
				pollo		nopel	
				sardina		pacito	
				sejón		quesillo de conejo	
				ternasco		quesillo de la virgen	
				tepealcuindi		quintonil	
				torola		verdolega	
				trucha			
				tuca			
				unado			
				acorra			

FUENTES CONSULTADAS

- ◊ **ÁLVAREZ, José Rogelio, Enciclopedia de México, Tomo VI, S/N Ed., México, 3a. ed., 1978, p.16-22.**
- ◊ **ÁLVAREZ, José Rogelio, Enciclopedia de México, Tomo XII, S/N Ed., México, 3a. ed., 1978, p.1120-1130.**
- ◊ **BANAMEX, División de Estudios Económicos y Sociales, México Social 1994-1995. Estadísticas seleccionadas, México, 1996, p. 343.**
- ◊ **BERWANGER, Dietrich, Cine y televisión a bajo costo, Col. INTTYAN, Ed. CIESPAL, 1977, 363 pags.**
- ◊ **BONO, Frank, Introducción al periodismo, México. Ed. Limusa,-Wiley, 1965, 419 p.17-20.**
- ◊ **BOURGES, Héctor, "Panorama de la alimentación y la nutrición", en Seminario sobre la alimentación en México, México, UNAM, Instituto de Geografía, 1984, p. 27-48.**
- ◊ **BRADOMIN, José María, Historia Antigua de Oaxaca, Oaxaca, S/E, 1978, 355 pags.**

- ◊ BRADOMIN, José María, Toponimia de Oaxaca. (Crítica etimológica), México, S/E, 1980, 377 pags.
- ◊ COHEN-SEAT, G., La influencia del cine y de la televisión, México, Ed. F.C.E., 1967, 172 pags.
- ◊ COLOMBO, Furio, Televisión : La realidad como espectáculo, Barcelona, Ed. Gustavo Gilly, Colec. Punto y línea, 1973, 107 pags.
- ◊ COPPLE, Neal, Un nuevo concepto de periodismo, México, Ed. Pax, 1968, 363 pags.
- ◊ DÁVALOS, Hurtado Eusebio, "La alimentación en México", Temas de antropología física, México, SEP-INAH, 1965, pags. 239-245.
- ◊ DE FLEUR, M., Teorías de la comunicación masiva, Buenos Aires, Ed. Paidós 1975, 4a. ed., 251 pags.
- ◊ GALLARDO, Cano Alejandro, Curso de Teorías de la Comunicación, México, Ed. UNAM, 1990, 169 p.
- ◊ GOMEZ, Lorence Federico, "Recursos alimentarios potenciales de las zonas áridas", Seminario sobre la alimentación en México, México, UNAM-Instituto de Geografía, 1984, pags. 103-113.

- ◊ GONZÁLEZ, Alonso Carlos, El guión, 1989, 3a. reimp., México, Ed. Trillas, 61 pags.
- ◊ GONZÁLEZ, Alonso Carlos, Principios básicos de comunicación, México, Ed. Trillas, 2a. Reimp. 1987, 96 p.
- ◊ GONZÁLEZ, Treviño Jorge E. Televisión, teoría y práctica, España, Ed. Alhambra Mexicana, 1983.
- ◊ GOODE, William J., Métodos de investigación social, México, Ed. Trillas, pags. 469.
- ◊ INEGI, Anuario Estadístico de Oaxaca, México, 1994, pag. 607.
- ◊ Instituto Nacional Indigenista, Zapotecos de la Sierra Norte de Oaxaca, México, 1994, 22 pags.
- ◊ IPAL (Instituto para América Latina). El video en la educación popular, Perú, Ed. Paloma Valdeavellano, 1989, 138 p.
- ◊ KING, M. H., Alimentación: su enseñanza a nivel familiar, México, Ed. PAZ, 1976, pags. 23-26.
- ◊ LÓPEZ, Austin Alfredo, Textos de medicina Náhuatl, México, Ed. UNAM, 3a. ed., 1993, p. 16-22.

- ◊ MARSHALL, McLuhan, La comprensión de los medios como extensiones del hombre, México, Ed. Diana, 1987, 443 p.
- ◊ R.WRIGHT, Charles, Comunicación de masas, México, Ed. Paidós, 1986, 155 p.
- ◊ RODRÍGUES, Aroldo, Psicología social, México, Ed. Trillas, 1990, 550 p.
- ◊ SALAS, Luz Elena, Un ensayo de educación alimentaria en pequeñas comunidades, (tesis de maestría), 1987, 233 p.
- ◊ SAN MARTÍN, Hernán, "El hombre y su medio ambiente", Ecología humana y salud, La Prensa Médica Mexicana, pags. 7-19.
- ◊ SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA, "La alimentación completa y variada", Como hacer mejor, México, 1980, Num. 115, Vol. XII, Año II, p. 23-28.
- ◊ SECRETARIA DE PROGRAMACION Y PRESUPUESTO, Programa Nacional de Alimentación 1983-1989. Síntesis ejecutiva, México, 1983, p. 17-20 .
- ◊ TOLEDO, Víctor M., et.al., La producción rural en México: alternativas ecológicas, México, Ed. Fundación Universo Veintiuno, 1989, p. 9-29.

Fuentes

- ◊ TYRTANIA, Leonardo, Agroecología de la Sierra de Oaxaca, México, Tesis (Licenciatura en Antropología), Universidad Iberoamericana, 1985.
- ◊ VIVALDI, Martín, Géneros periodísticos: Reportaje, crónica, artículo (análisis diferencial), Madrid, Ed. Paraninfo, 3a. ed., 394 p.