



# Guía didáctica

# DÍA NACIONAL

# DEL MAÍZ

Pasado, presente y futuro  
de la alimentación en México



Guía didáctica

# **DÍA NACIONAL DEL MAÍZ**

**Pasado, presente y futuro  
de la alimentación en México.**



**Guía didáctica. Día Nacional del Maíz.  
Pasado, presente y futuro de la alimentación en México.**

DR © Secretaría de Educación Pública (SEP).  
Dirección General de Educación Tecnológica, Agropecuaria y  
Ciencias del Mar (DGETAyCM).  
Avenida Universidad número 1200, Colonia Xoco, Alcaldía Benito  
Juárez, C.P. 03330, Ciudad de México.  
[www.gob.mx/sep](http://www.gob.mx/sep)

DR © Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales (SEMARNAT).  
Centro de Educación y Capacitación para el Desarrollo  
Sustentable (CECADESU).  
Avenida Ejército Nacional número 223, Colonia Anáhuac,  
Alcaldía Miguel Hidalgo, C.P. 11320, Ciudad de México.  
[www.gob.mx/semarnat](http://www.gob.mx/semarnat)  
[www.gob.mx/semarnat/educacionambiental](http://www.gob.mx/semarnat/educacionambiental)

Primera edición: 2022.

Hecho en México.

# Índice

- 7 **Presentación**
- 8 **El origen del maíz**
- 10 **Tipos de maíz**
- 12 **Algunos nombres del maíz en lenguas indígenas**
- 13 **¿Cómo surgió la conmemoración del Día Nacional del Maíz?**
- 14 **Propuesta de actividades. Actividad transversal: Feria del maíz**
- 17 **Actividades específicas por grado escolar. Primaria**
- 20 **Actividades específicas por grado escolar. Secundaria**
- 21 **Actividades específicas por grado escolar. Media Superior**



## Presentación

El maíz (*Zea mays*) es un alimento fundamental en la dieta diaria de quienes habitamos México. En muchos hogares está presente desde el inicio del día en un exquisito atole o un rico tamal, al mediodía suele acompañar nuestros guisos en forma de tortilla, por la noche en una quesadilla o tostada, y sí de antojo andamos, se manifiesta en un succulento elote, en los granos del pozole, tacos, tlacoyos, enchiladas o en un delicioso pan de elote, solo por hablar de algunas de las formas en que lo consumimos.

La diversidad de usos de este cereal es tan grande como la imaginación y las necesidades de la humanidad, pues además de alimentarnos, también se puede aprovechar integralmente como forraje y de los granos extraer aceite que se emplea en cocinar y en jarabes dulces para adicionar a postres y harinas e incluso del corazón del olote hacer instrumentos para desgranar, por citar algunos.

Por su influencia económica, social y cultural es importante promover el conocimiento de este cultivo y reconocer su relación con nuestra cultura e identidad, propiciando la valoración integral de los beneficios que nos aporta y los retos que enfrentamos para asegurar que siga formando parte de los alimentos presentes en la mesa mexicana.

Se invita a dar lectura a esta guía didáctica para celebrar el Día Nacional de Maíz, elaborada en el marco del Convenio de Colaboración que se ha establecido entre las Secretarías de Medio Ambiente y Recursos Naturales (SEMARNAT) y de Educación Pública (SEP), como parte de los materiales didácticos para impulsar la educación ambiental para la sustentabilidad.

En el documento se podrá encontrar información que permitirá saber más sobre el tema e identificar actividades para promover con todos los integrantes de la comunidad educativa y del entorno escolar.

## El origen del maíz

Las distintas culturas que habitan México cuentan con leyendas propias que explican cómo llegó el maíz a ellas. Los Mexicas, por ejemplo, decían que el Dios Quetzalcóatl (Serpiente emplumada) se transformó en hormiga para poder acceder al sitio al que ningún humano podía llegar, en el que se encontraban las plantas con frutos, y tomó semillas que entregó a los Mexicas para que establecieran las primeras milpas como forma de cultivo tradicional.

Los Mayas relataban que los dioses Kukulcán (Serpiente emplumada en maya), Tepeau y Caculhá Huracán<sup>1</sup> después de crear la tierra y todo lo que en ella habitaba, en la búsqueda de crear un ser perfecto tuvieron la idea de formar a la humanidad, experimentaron con lodo y madera, pero el resultado no satisfacía sus expectativas, así que después de una larga meditación decidieron crearlo a partir de una masa hecha de maíz que dio origen a Balam Quitza, Balam Acab, Ma Hucutah e Iqui Balam.

Estos primeros cuatro hombres eran inteligentes, podían correr, pensar y amar, el maíz se impregnó en su esencia y se convirtió en su sangre y corazón, los dioses al fin satisfechos les permitieron poblar la Tierra.

Por su parte, los Wixárikas cuentan que sus ancestros estaban cansados de comer siempre lo mismo; sin embargo, se conformaban porque estaban rodeados de unas enormes montañas que los aislaban y ninguno se atrevía a cruzarlas, hasta que uno de sus jóvenes escuchó que más allá de éstas existía un ingrediente muy sabroso llamado maíz. Armado con arco, flechas y una bolsa de comida se atrevió a subir la montaña, cuya cumbre estaba cubierta de nieve.

Extenuado por el esfuerzo se quedó dormido cerca de unas hormigas que devoraron su ropa, comida y solo le dejaron el arco y una flecha. Al despertar, medio desnudo, desesperado y con hambre descubrió un enorme pájaro al que apuntó para darle caza, pero se detuvo cuando escuchó que el ave le decía: “¡Detente! ¡No lo hagas! Si me perdonas la vida, te llevaré hasta el lugar en donde guardo mi maíz. Yo soy la madre del maíz, y tengo cinco hijas que lo cuidan”.

---

<sup>1</sup> Instituto Nacional de los Pueblos Indígenas. *Leyendas indígenas. Mayas “Los hombres de maíz”*. Consultado el 29 de julio de 2022 en <https://www.gob.mx/inpi/articulos/leyendas-indigenas-mayas-los-hombres-de-maiz>



Asombrado, el joven aceptó acompañarla y conquistó a su hija Mazorca Azul, se desposaron y ella enseñó al pueblo Wixárika a cultivar el maíz y a utilizarlo en muchos alimentos.<sup>2</sup>

Las investigaciones de expertas(os) en Antropología, Agricultura, Biología entre otros, han permitido establecer que el cultivo del maíz se originó a partir de procesos de domesticación realizados por los pueblos mesoamericanos hace más de 10 mil años a partir de plantas de teocintle, que crecen naturalmente en México y Centroamérica.<sup>3</sup> Las evidencias más antiguas de su manejo se han localizado en Tehuacán, Puebla, Valles Centrales de Oaxaca y Sierra de Tamaulipas.<sup>4</sup>

De acuerdo con Efraín Hernández Xolocotzi (investigador de la Universidad Autónoma Chapingo y pionero de la Agroecología) el cultivo de maíz no sobreviviría sin la intervención de las personas, ya que la mazorca no posee ningún mecanismo que le ayude a propagarse. Su adaptabilidad a la mayoría de los climas, altitudes y latitudes ha propiciado que en América se hayan formado decenas de razas creadas por la intervención de las diferentes culturas en el continente, tan solo en nuestro país existen 64 razas de maíz nativo que se cultivan por todo el territorio mexicano.<sup>5</sup>

En algunas regiones del país, los agricultores y sus familias siguen seleccionando las mejores semillas de sus variantes de maíces nativos en cada ciclo de cultivo para establecer nuevas parcelas.

---

2 Instituto Nacional de los Pueblos Indígenas (2021). *La leyenda mexicana del maíz: los huicholes y el maíz*. Consultado el 29 de julio de 2022 en <https://tucuentofavorito.com/la-leyenda-mexicana-del-maiz-los-huicholes-y-el-maiz>

3 CONABIO. *Maíces*. Consultado el 29 de julio de 2022 en <https://www.biodiversidad.gob.mx/diversidad/alimentos/maices>

4 CONANP (2016). *Programa de Conservación de Maíz Criollo en México*. Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales. México. Consultado el 29 de julio de 2022 en [https://www.conanp.gob.mx/maiz\\_criollo/maiz%20final.pdf](https://www.conanp.gob.mx/maiz_criollo/maiz%20final.pdf).

5 Perales y Aguirre, *Cultivos nativos de México*, Boege, 2008.

## Tipos de maíz

En América Latina se han determinado 220 razas de maíz,<sup>6</sup> de las cuales 64 son nativas de México, una clasificación muy didáctica de éstas se encuentra en el libro *Los herederos del maíz* de Amisadai Rosado Ortega y Bruno Alejandro Villasante Serrano y editado por el Instituto Nacional de los Pueblos Indígenas, México, 2021.<sup>7</sup>

La Comisión Nacional para el Uso y Conocimiento de la Biodiversidad (CONABIO) ha catalogado a los maíces mexicanos en siete grupos:<sup>8</sup>

- Grupo Cónico o razas de las partes altas del centro de México: Palomero toluqueño, Palomero de Jalisco, Palomero de Chihuahua, Arrocillo, Cacahuacintle, Cónico, Mixteco, Elotes Cónicos, Cónico Norteño, Chalqueño, Mushito, Mushito de Michioacán, Uruapeño, Dulce y Negrito.
- Grupo Sierra de Chihuahua o razas de las partes altas del norte de México: Apachito, Gordo, Azul, Cristalino de Chihuahua, Serrano de Jalisco, Amarillo de Montaña (Mountain Yellow).
- Grupo de maíces de ocho hileras o razas del occidente de México: Harinoso de Ocho, Elotes Occidentales, Bofo, Blando, Tabloncillo, Tabloncillo Perla, Jala, Tablilla de Ocho, Onaveño, Zamorano Amarillo, Ancho, Bolita.
- Grupo Chapalote: Chapalote, Reventador, Elotero de Sinaloa, Dulcillo del Noroeste.

---

6 Raza en el maíz es un término que permite agrupar individuos o poblaciones con características fenotípicas compartidas (color, tamaño, forma de los granos, entre otros aspectos).

7 Rosado, Amisadai y Villasante, Bruno (2021). *Los herederos del maíz*. Consultado el 29 de julio de 2022 en <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/658352/Libro-Los-herederos-del-maiz-INPI.pdf>

8 México Desconocido. *Las 64 razas de maíz en México*. Retomando información de Conabio Consultado el 29 de julio de 2022 en <https://www.mexicodesconocido.com.mx/las-64-razas-de-maiz-en-mexico.html>

- Razas de maíces tropicales precoces o de maduración temprana: Nal-Tel, Zapalote Chico, Conejo, Ratón.
- Grupo de maíces dentados tropicales: Tepecintle, Choapaneco, Tuxpeño, Tuxpeño Norteño, Vandeño, Celaya, Zapalote Grande, Pepitilla, Nal Tel de Altura, Chiquito, Cubano Amarillo (*Cuban Flint*).
- Grupo de maíces de maduración tardía: Olotillo, Dzit-Bacal, Olotón, Negro Chimaltenango, Quicheño, Tehua, Comiteco, Motozinteco, Serrano Mixe, Mixeño, Serrano, Coscomatepec.

## Algunos nombres del maíz en lenguas indígenas

Nombre	Grupo Indígena	Estado
Sunuko	Tarahumara	Chihuahua
Mojk	Zoque	Rayón, Chiapas
Xob	Zapoteco	Mitla, Oaxaca
Ixim	Chontal	Tabasco
Detha	Otomí	Hidalgo
Ikú	Huichol	Nayarit
Chjöö	Mazahua	Estado de México
Sintli	Náhuatl	Hidalgo

## ¿Cómo surgió la conmemoración del Día Nacional del Maíz?

Las primeras celebraciones del Día Nacional del Maíz tuvieron origen en iniciativas ciudadanas a partir de 2009. Se eligió el 29 de septiembre por ser esta una fecha compartida por diversas etnias para celebrar los rituales de agradecimiento a la tierra por las cosechas.

El 19 de septiembre de 2019 las Comisiones Unidas de Agricultura, Ganadería, Pesca y Desarrollo Rural y de Estudios Legislativos aprobaron la iniciativa con proyecto de decreto por el que se declaró el 29 de septiembre de cada año como el Día Nacional del Maíz, lo anterior con sustento en su importancia cultural, económica y social.<sup>9</sup>

---

9 Dictamen de las Comisiones Unidas de Agricultura, Ganadería, Pesca y Desarrollo Rural y de Estudios Legislativos, segunda, que aprueba la iniciativa con proyecto de decreto por el que se declara el día 29 de septiembre de cada año como el día nacional del maíz. Consultado el 5 de agosto de 2022 en: [https://infosen.senado.gob.mx/sgsp/gaceta/64/2/2019-09-19-1/assets/documentos/Dic\\_Dia\\_Nacional\\_del\\_Maiz\\_200919.pdf](https://infosen.senado.gob.mx/sgsp/gaceta/64/2/2019-09-19-1/assets/documentos/Dic_Dia_Nacional_del_Maiz_200919.pdf)

## Propuesta de actividades didácticas

### Actividad transversal: Feria del Maíz

<b>Objetivo</b>	Promover el conocimiento sobre el maíz, su importancia histórica, cultural y sus usos en la vida cotidiana actual, de acuerdo con la diversidad de los contextos nacionales.
<b>Dinámica</b>	Estructura de escenarios (stands, mesas de exposición) en los que las alumnas y los alumnos de todos los niveles educativos, productoras, productores, investigadoras e investigadores, entre otros agentes, comparten sus conocimientos, experiencias y recomendaciones en la producción, aprovechamiento y conservación de los maíces de México.

<b>Eje</b>	<b>Propósito</b>	<b>Actividades sugeridas</b>
Origen del maíz a) Cosmovisión. b) Ciencia-investigación.	1. Identificar la importancia del maíz en el desarrollo de las principales culturas mexicanas, mitología, leyendas y tradiciones en torno a su cultivo, así como los hallazgos científicos sobre el proceso de domesticación.	Elaborar carteles o infografías en función del grado escolar.  Proyectar vídeos temáticos en función de los grupos de edad que se atienda, ejemplo:  1ro a 6to grado: ¿Cómo surgió el maíz? <a href="https://www.youtube.com/watch?v=ODOGd-vbMPAo">https://www.youtube.com/watch?v=ODOGd-vbMPAo</a>  1er a 3er grado de secundaria  La historia del maíz <a href="https://www.youtube.com/watch?v=3hcguXYt-qtw">https://www.youtube.com/watch?v=3hcguXYt-qtw</a>

Eje	Propósito	Actividades sugeridas
Razas de maíz	2. Conocer la diversidad de variedades de maíz y su relación con el medio ambiente en el que se generaron.	<p>Memorama del maíz.</p> <p>Para construir este material didáctico se requiere la siguiente información:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Imágenes nítidas de las razas y variedades comprendidas dentro de cada una.</li> <li>• Breve descripción de las características distintivas de cada raza y variedad.</li> <li>• Regiones en las que se distribuyen.</li> </ul>
Sistema milpa	3. Explora la estructura de los sistemas de cultivo tradicional del maíz, los elementos que lo integran, sus ventajas y su trascendencia en la subsistencia de las comunidades mexicanas.	Exponer con apoyo de maquetas a escala u otros recursos visuales la composición de los sistemas tradicionales de cultivo del maíz.

Eje	Propósito	Actividades sugeridas
El futuro del maíz	4. Conocer los logros en el desarrollo de variedades mejoradas de maíz, la importancia de controlar la siembra de transgénicos y proteger las variedades nativas.	Conferencias con expertos en el tema que aborden los retos del manejo, producción y cultivo del maíz.
Importancia nutrimental del maíz	5. Distinguir los aportes nutrimentales de los productos derivados del maíz en una dieta balanceada.	Elaborar carteles, posters o infografías por nivel educativo, periódicos murales, entre otros.
Maíz y gastronomía mexicana	6. Mostrar la diversidad de usos de los derivados del maíz en la alimentación mexicana.	Expo gastronómica con platillos locales o regionales en los que el maíz sea el elemento protagónico.
Otros usos potenciales del maíz	7. Identificar otros usos de la planta del maíz, por ejemplo: como forraje, productor de aceite y biocombustible.	<p>Conferencias que aborden los temas en función del contexto en el que se desarrolle la feria.</p> <p>Elaboración de artesanías con subproductos de maíz.</p> <p>Taller práctico para producir forraje hidropónico a base de maíz.</p>



## Actividades específicas por grado escolar. Primaria

<b>Grado</b>	Primero.
<b>Asignatura</b>	Conocimiento del Medio.
<b>Bloque</b>	II. Observo mis cambios y los de mi comunidad.
<b>Tema relacionado</b>	Cuido mi cuerpo y mi alimentación.

### Orientaciones didácticas

Dentro del tema “Hábitos de alimentación” elaborar a través de una lluvia de ideas un listado de las diversas formas en las que consumen alimentos derivados del maíz.

Con apoyo de la clasificación de alimentos del Plato del Bien Comer identificar:

1. Grupo de alimentos al que pertenece el maíz.
2. Porciones diarias recomendables.

Para el cierre de la actividad pueden dibujar su platillo favorito a base de maíz o colorear un dibujo que ilustre las partes que componen una planta de maíz.

<b>Grado</b>	Segundo.
<b>Asignatura</b>	Conocimiento del Medio.
<b>Bloque</b>	I. Formo parte del lugar donde vivo.
<b>Tema relacionado</b>	Historias de familia.

### Orientaciones didácticas

En la actividad “Una costumbre muy familiar”, dentro de la reflexión grupal para describir cómo celebran en familia el inicio de la lucha por la Independencia de México, utilizar las respuestas a la interrogante ¿qué comen? para identificar cuantos platillos que tiene como base el maíz comparten.

Investigar la receta familiar de los platillos y compartirla en el grupo.

Que cada alumno lleve su refrigerio con un alimento elaborado a base de maíz y explique en su salón la importancia de ese alimento.

<b>Grado</b>	Tercero.
<b>Asignatura</b>	Ciencias Naturales.
<b>Bloque</b>	I. ¿Cómo mantener la salud?
<b>Tema relacionado</b>	Dieta: los grupos de alimentos

#### Orientaciones didácticas

Como parte de identificar cuáles son los nutrimentos que requiere el organismo humano investigar:

1. ¿De dónde proviene el maíz que se consume en tu localidad?
2. ¿Qué nutrimentos aporta el maíz?
3. ¿En qué forma suelen consumirlo con mayor frecuencia?
4. ¿Cuáles son las formas más nutritivas de consumirlo?

Realizar un cartel con sus hallazgos para compartirlo a la comunidad escolar.

<b>Grado</b>	Cuarto.
<b>Asignatura</b>	Historia.
<b>Bloque</b>	I. Del poblamiento de América al inicio de la agricultura.
<b>Tema relacionado</b>	La importancia del cultivo del maíz.

#### Orientaciones didácticas

Las actividades previstas en el libro contienen elementos para conocer la trascendencia del maíz; no obstante, si desean diversificarlas pueden considerar realizar una entrevista a sus familiares con tres preguntas detonadoras:

1. ¿Cómo imaginan su dieta cotidiana sin maíz?
2. ¿Cuál es la receta a base de maíz con mayor tradición en la familia?
3. En el estado en el que viven, ¿cuál o cuáles fueron las deidades prehispánicas del maíz?

En análisis grupal compartan sus respuestas y elaboren las conclusiones del trabajo. Compartan en un periódico mural escolar grupal los resultados del trabajo.

<b>Grado</b>	Quinto.
<b>Asignatura</b>	Ciencias Naturales.
<b>Bloque</b>	I. ¿Cómo mantener la salud?
<b>Tema relacionado</b>	La dieta correcta y su importancia para la salud.

#### Orientaciones didácticas

Organizar una presentación escolar de platillos nutritivos elaborados a base de maíz, describiendo las recetas de cada alimento y sus propiedades nutritivas.

<b>Grado</b>	Sexto.
<b>Asignatura</b>	Geografía.
<b>Bloque</b>	II. La naturaleza y el desarrollo sustentable.
<b>Tema relacionado</b>	Recursos naturales para la vida.

#### Orientaciones didácticas

Investigar las características de los bancos de germoplasma y la importancia de la conservación de las semillas, así como el trabajo en México para resguardar el germoplasma del maíz. Exponer sus resultados a la comunidad escolar a través de carteles, infografías o posters.

## Actividades específicas por grado escolar. Secundaria

<b>Grado</b>	Secundaria (transversal a los tres grados escolares).
<b>Asignatura</b>	Formación cívica y ética (y equivalentes).
<b>Bloque</b>	No aplica.
<b>Tema relacionado</b>	Educación intercultural, consumo ético.

### Orientaciones didácticas

Si algo caracteriza a los mexicanos y mexicanas es el entusiasmo con el que se conmemoran las fiestas patrias. Los días 15 y 16 de septiembre parecen hechos -además de recordar a los héroes que nos dieron patria y libertad- para degustar todos los antojitos que la gastronomía nacional ha creado, y el maíz, es el principal protagonista de estos platillos, presentes en todas las mesas sin importar la clase social.

En grupo compartan y analicen información sobre algunos de los siguientes tópicos:

- Platillos regionales que se consumen en las fiestas patrias.
- Recetas de platillos tradicionales a base de maíz.
- Composición nutrimental de los platillos elaborados a base de maíz.
- Postres y dulces elaborados con maíz.
- Día Nacional del Maíz ¿por qué lo celebramos?

Durante las actividades que su escuela programa para conmemorar las fiestas patrias, compartan carteles, infografías o periódicos murales que presenten los resultados del ejercicio realizado.

## Actividades específicas por grado escolar. Media Superior

Grado	Educación Media Superior.
<p>Desde el enfoque Ciencia, Tecnología, Sociedad e Innovación analicen en grupo algunos de los siguientes aspectos en torno al maíz:</p>	
<ol style="list-style-type: none"><li>1. ¿Cuáles son los usos que se dan al maíz en su familia y en su comunidad?</li><li>2. ¿De dónde proviene el maíz que consumen?</li><li>3. ¿Cuántas variedades de maíz se identifican en su localidad?, ¿a qué raza pertenecen?</li><li>4. ¿Cuáles son los sistemas locales de cultivo de maíz?</li><li>5. ¿Cómo está compuesta la milpa en tu comunidad?</li><li>6. ¿Existen rituales asociados al cultivo de maíz en sus regiones de origen?, ¿en qué consisten?</li><li>7. ¿Cuáles son las deidades prehispánicas y actuales a las que los agricultores les presentan ofrendas para propiciar el cultivo exitoso del maíz?</li><li>8. ¿Cuáles han sido los efectos ambientales del cultivo de maíz?</li><li>9. ¿Qué ocurriría con sus familias y comunidades si no dispusieran de maíz?</li><li>10. ¿Qué acciones realizan los agricultores locales para conservar las variedades de maíces nativos?</li><li>11. ¿Cuántos y cuáles son los platillos que se elaboran en tu región a base de maíz? Compartan sus recetas.</li><li>12. ¿Cuáles son los nutrientes que aporta el maíz a la dieta humana?</li><li>13. ¿Sabes que es un banco de germoplasma?</li><li>14. Investiga cuál es el banco de germoplasma de maíz más importante en México.</li></ol>	
<p>Los resultados pueden ser presentados a la comunidad educativa a través de periódicos murales, carteles, infografías, exposiciones gastronómicas, artesanales, o videos grabados por los estudiantes, entre otras opciones, que la comunidad puede agregar a su contexto.</p>	



**MEDIO AMBIENTE**

SECRETARÍA DE MEDIO AMBIENTE Y RECURSOS NATURALES

**EDUCACIÓN**

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA