



# MIRANDO AL SUR

• El frijol se originó y domesticó en América Latina con dos orígenes geográficos: Mesoamérica y los Andes, y sigue siendo una de las principales fuentes de proteínas vegetales. Hay registros de semillas cultivadas de *Phaseolus vulgaris* de hace 3,000 años.

• El frijol ocupó el tercer lugar de superficie sembrada en México en 2012. Uno de los principales estados productores está en la frontera sur: Chiapas; el resto se ubican hacia el norte: Zacatecas, Coahuila, Sinaloa, Durango y Nayarit.

• En el norte de México, las condiciones ambientales limitan la temporada de producción de quelites, mientras que en el sur es más fácil su conservación natural. Chiapas y Tabasco cuentan con importantes cifras de especies aprovechadas: unas 60 en Chiapas y cerca de 30 en Tabasco.

• En el sur-sureste de México se incluyen 5 de los 10 estados con mayores índices de obesidad: Yucatán, Campeche, Tabasco, Oaxaca y Quintana Roo. Este padecimiento no se liga necesariamente al excesivo consumo de alimentos, sino a su tipo.

Fuentes: <https://www.biodiversidad.gob.mx/ usos/ alimentacion/ frijol.html>, <https://www.biodiversidad.gob.mx/Biodiversitas/Articulos/biodiv89art2.pdf>, <http://www.revista.unam.mx/vol.16/num2/art9/>, <http://www.elfinanciero.com.mx/rankings/los-10-estados-con-las-mayores-tasas-de-obesidad>, [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/231814/Los\\_quelites\\_una\\_tradicion\\_milenaria\\_en\\_mexico.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/231814/Los_quelites_una_tradicion_milenaria_en_mexico.pdf)