

GRAN GUÍA



TREN MAYA



1,554 KILÓMETROS
DE PAISAJES ASOMBROSOS LLENOS DE HISTORIA

ZONAS ARQUEOLÓGICAS | ACTIVIDADES ECOTURÍSTICAS
NATURALEZA DESLUMBRANTE | **SABORES ÚNICOS**
PATRIMONIO HISTÓRICO | CULTURA VIVA



El Tren Maya ha representado para México uno de los proyectos de infraestructura y movilidad más importantes en su historia contemporánea.

Moderno, confortable y aerodinámico, el Tren Maya se desliza a través 1554 km de paisajes inigualables sobre un territorio pleno de historia, de exuberancia natural, de tradiciones ancestrales y culturas vivas que han atravesado el tiempo y se han extendido por cinco estados de una extraordinaria riqueza cultural: Chiapas, Campeche, Tabasco, Yucatán y Quintana Roo.

A lo largo de sus 34 estaciones y de la mano de esta Gran Guía Tren Maya, podrás descubrir los grandes tesoros que guarda esta región; podrás visitar una gran cantidad de sitios arqueológicos, ciudades históricas, pueblos mágicos, reservas naturales y parques ecológicos con sus cenotes, ríos y cascadas; además de acercarte a las tradiciones que hoy son sello y emblema del patrimonio de una nación orgullosamente multicultural.

Este recorrido te permitirá también descubrir desde sitios que son patrimonio de la humanidad hasta lugares casi inexplorados. También, debe decirse, el Tren Maya brindó la posibilidad de contar con recintos para el conocimiento y el disfrute como el Gran Museo de Chichén Itzá, el Museo Arqueológico del Puuc y el Museo de la Costa Oriental.

Estamos seguros que en la Gran Guía Tren Maya encontrarás una compañera de viaje excepcional, que en cada página, a través de sus descripciones, infografías, mapas, rutas, fotografías y textos, te abrirá una puerta hacia una nueva experiencia, para vivir de una manera distinta el sureste mexicano y ser parte de una de las culturas más extraordinarias que han existido en el mundo.

¡Disfruta tu viaje!

Presidencia de la República
Andrés Manuel López Obrador

Secretaría de la Defensa Nacional
Luis Cresencio Sandoval González

E.P.E.M. Tren Maya, S.A. de C.V.
Óscar David Lozano Águila

Grupo Aeroportuario, Ferroviario,
de Servicios Auxiliares y Conexos
Olmeca-Maya-Méjico
José Gerardo Vega Rivera

Dirección General de Ingenieros
Salvador Fernando Cervantes Loza

Agrupamiento de Ingenieros
“Felipe Ángeles”
Gustavo Ricardo Vallejo Suárez

Secretaría de Medio Ambiente
y Recursos Naturales
María Luisa Albores González

Comisión Nacional
de Áreas Naturales Protegidas
Humberto Adán Peña Fuentes

Fonatur
Lyndia Quiroz Zavala

Secretaría de Cultura
Alejandra Frausto Guerrero

Instituto Nacional de Antropología
e Historia
Diego Prieto Hernández

COORDINACIÓN GENERAL, Beatriz Quintanar Hinojosa / COORDINACIÓN EDITORIAL, Jaime Bali Wuest / ASISTENTE EDITORIAL, María Concepción Cuevas López / TEXTOS, Editorial Raíces, María Nieves Noriega de Autrey, Jaime Bali / DIRECTORA DE ARTE, Hitai Karla Suárez Huesca / ASISTENTE DE DISEÑO, Helena Itzá Suárez Rojas / FOTOGRAFÍA, Sergio Autrey Noriega, Editorial Raíces, INAH, FONATUR, CONANP / CORRECCIÓN DE ESTILO, Marcela de Aguinaga / EDICIÓN GRÁFICA, Prun Santos / ILUSTRACIONES, Magdalena Juárez, Carlos Incháustegui, Víctor Serrano / PORTADA, Vista aérea, ruinas de la antigua ciudad maya de Calakmul rodeadas por la selva, Campeche, México. FOTÓGRAFO, Alfredo Matus Rodríguez.

D. R. © 2023 Instituto Nacional de Antropología e Historia
Córdoba 45, col. Roma, C. P. 06700, alcaldía Cuauhtémoc, Ciudad de México
informes_publicaciones_inah@inah.gob.mx

Las características gráficas y tipográficas de esta edición son propiedad del Instituto Nacional de Antropología e Historia de la Secretaría de Cultura.

Todos los derechos reservados. Queda prohibida la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la rephotografía y el tratamiento informático, la fotocopia o la grabación, sin la previa autorización por escrito de la Secretaría de Cultura / Instituto Nacional de Antropología e Historia.

ISBN: 978-607-539-900-3

Hecho e impreso en México/Made and Printed in Mexico.



 BIENESTAR |  COMUNICACIONES |  CULTURA |  DESARROLLO TERRITORIAL

 GOBERNACIÓN |  MARINA |  MEDIO AMBIENTE |  SEDENA |  TURISMO |  CJEF

 CFE |  CONAGUA |  CONANP |  CONAVI |  FONATUR |  GAFSACOMM

 INAH |  INDABIN |  PROCURADURÍA AGRARIA |  PEMEX |  RAN

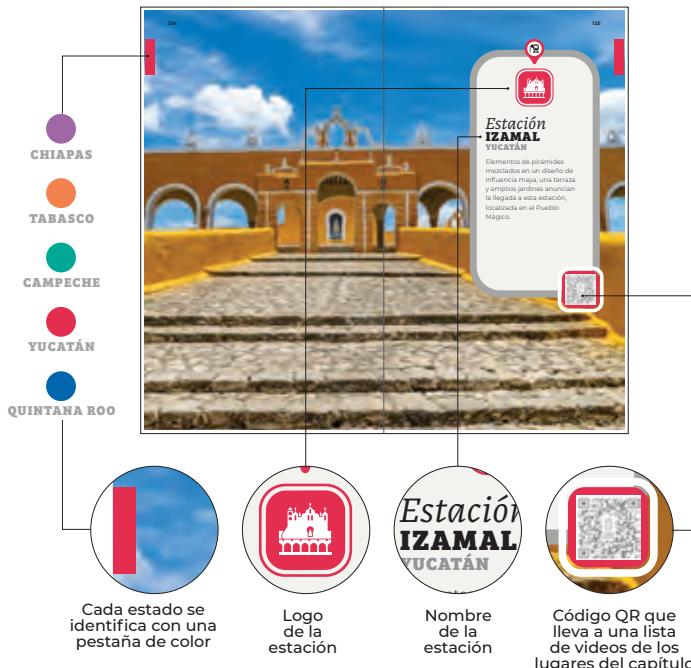


CÓMO USAR ESTA GUÍA

Esta edición te permitirá conocer a detalle los lugares por los que atraviesa el Tren Maya y hacer un itinerario de viaje por las ciudades, pueblos, zonas arqueológicas y áreas naturales del sureste de México. En sus páginas encontrarás información práctica y detallada, así como recomendaciones de sitios que no deben pasar inadvertidos durante tu estancia. La guía está organizada en capítulos y cada uno de ellos obedece a las estaciones que integran la ruta del Tren Maya. En las páginas finales aparece el apartado de gastronomía, artesanías y fiestas de los lugares por los que pasa el Tren Maya.

CÓMO ORIENTARSE EN CADA CAPÍTULO

Cada capítulo tiene una, dos o tres estaciones del Tren Maya, dependiendo de su ubicación geográfica. Para facilitar su localización, a cada estación se le asigna un color, según el estado al que pertenezca.



Iconos



Localización



Recuadros



Plano zona arqueológica

INFORMACIÓN DETALLADA

Las principales zonas arqueológicas se describen de manera individual y van acompañadas de un plano con sus principales edificios. Los pueblos y ciudades que encabezan cada apartado están acompañados de iconos que indican los servicios y actividades del lugar, así como de información sobre las carreteras que conducen a él. Igualmente se incluyen recuadros que destacan aspectos naturales o culturales de la zona.



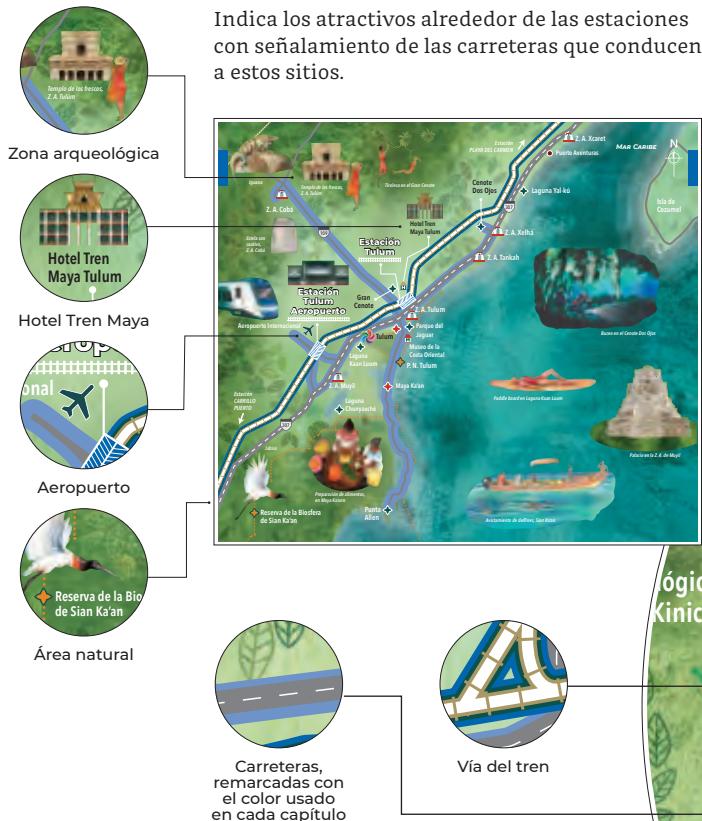
ICONOS PRINCIPALES

- | | |
|---|--|
| Acampar | Centro de Atención a Visitantes (Catv) |
| Actividades acuáticas | Observación flora y fauna |
| Actividades ecoturísticas | Cenote |
| Área natural | Comunidad maya |
| Arqueología | Paseo en lancha |
| Arquitectura colonial | Patrimonio |
| Artesanía | Pesca deportiva |
| Bicicleta | Playa |
| Buceo | Senderismo |
| Carro de golf | Templo |
| Código QR que lleva a una lista de videos de los lugares del capítulo | Tienda |
| | Naturaleza |
| | Tirolesa |

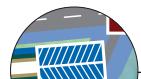
CROQUIS DE UBICACIÓN

Cómo leerlo

Indica los atractivos alrededor de las estaciones con señalamiento de las carreteras que conducen a estos sitios.



Número de carretera



Estación



Logo Pueblo Mágico



¡SÚBETE AL TREN MAYA!

El Tren Maya, a lo largo de 1554 km, te lleva a vivir la experiencia del mundo maya en su máxima expresión natural, cultural, arqueológica y turística, y en cada parada, a entender el significado histórico de su patrimonio.

Durante el recorrido por sus 34 estaciones tendrás la oportunidad de viajar a tu ritmo, desde el norte de Chiapas, pasando por Tabasco, Campeche, Yucatán hasta llegar al sur de Quintana Roo, y en el camino conocer la grandeza del sureste de México.

ZONAS ARQUEOLÓGICAS

Durante el recorrido pasarás por cerca de 50 sitios arqueológicos, muchos de los cuales cuentan con nueva infraestructura y servicios así como con áreas recién abiertas al público. Todo ello, gracias a un ambicioso programa de mejoramiento vinculado al Tren Maya, mediante el cual se impulsaron proyectos de investigación y conservación que permitieron restaurar y conservar los monumentos prehispánicos, descubrir piezas como estelas, vasijas, osamentas y ofrendas, así como renovar la señalética y los senderos interpretativos.

También, gracias al Tren Maya se construyeron o renovaron ocho museos que te ofrecen una mirada integral para el conocimiento de las civilizaciones mayas de ayer y hoy. Por ejemplo, podrás conocer recintos de reciente creación como el Gran Museo de Chichén Itzá, el Museo Arqueológico del Puuc o el Museo de la Costa Oriental; así



como otros espacios renovados como los museos de sitio de Calakmul, en Campeche, y de Palenque "Alberto Ruz L'Huillier", en Chiapas.

En el trayecto, es posible hacer un alto y conocer sitios que apenas se han abierto al público como Ichkabal o el Circuito Ecoarqueológico Paamul II en Quintana Roo, donde podrás apreciar cuevas como Garra Jaguar, Manitas y Ocho Balas, donde fue encontrado un bello

templo maya estilo Costa Oriental, que aún conserva intacta su techumbre de madera.

Cabe recordar que en los trabajos arqueológicos del Tren Maya se registraron y preservaron casi 60 mil bienes inmuebles, cerca de dos mil piezas muebles como metates, vasijas y herramientas; se recuperaron más de un millón 400 mil fragmentos de cerámica y alrededor de 660 osamentas; además de identificarse y protegerse más de 2,250 rasgos naturales asociados a la actividad humana como cuevas, pozos y cenotes.

Quien visite las zonas arqueológicas de Palenque, Moral-Reforma, El Tigre, Edzná, Xcalumkin, Uxmal, Dzibilchaltún, Chichén Itzá, Ek'Balam y Calakmul encontrará los Centros de Atención a Visitantes, conocidos como Catvi, que son espacios pensados para optimizar la experiencia de viaje y ser polo de desarrollo comunitario. Su arquitectura se inspira en elementos mayas, son respetuosos de las áreas naturales e históricas, pero sobre todo son espacios vivos donde se promueve la protección y salvaguardia del patrimonio, donde se visibiliza la identidad regional y donde se garantiza el acceso y disfrute cultural.

Por si fuera poco, Palenque, Uxmal, Chichén Itzá, Tulum, Edzná y Calakmul cuentan con modernos servicios de hospedaje con el sello Hoteles Tren Maya.

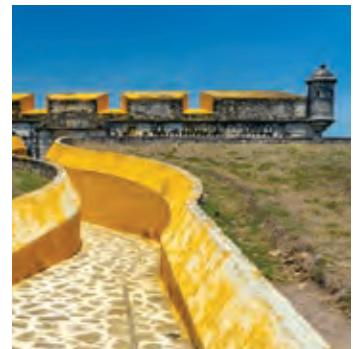
CIUDADES Y PUEBLOS

El trayecto del Tren Maya es acogido por ciudades y pueblos de gente con espíritu festivo, creativa y llena de arte, cocineras fieles a



CORTESÍA FONATUR

sus raíces culinarias, que brindan a los viajeros una estancia cálida. La diversidad del sureste de México se refleja a todo lo largo del trayecto del tren. En Chiapas, Palenque regala paisajes rodeados de selva salpicada de cascadas, ríos y arroyos; es el destino ideal para hacer ecoturismo y el camino para llegar a Bonampak y Yaxchilán. En Tabasco, los poblados Boca del Cerro y El Triunfo comparten entre cascadas y colonias de aves la grandeza del mundo maya, reflejada en Moral-Reforma y Pomóná. La privilegiada geografía de Campeche regala manantiales, lagunas, grandes porciones de selva y mar, y ciudades coloniales



con una vasta riqueza gastronómica y de tradiciones. Yucatán da la bienvenida al viajero en su capital y sus pueblos mágicos, entre cenotes y vestigios arqueológicos, entre sabores únicos y artesanías. Finalmente, Quintana Roo enamora con su lado costero y sus cálidas aguas del mar Caribe y su arrecife mesoamericano. Playas, parques acuáticos, humedales, lagunas y muchas zonas arqueológicas son el inicio o el fin de esta aventura por el Tren Maya.



ÁREAS NATURALES PROTEGIDAS

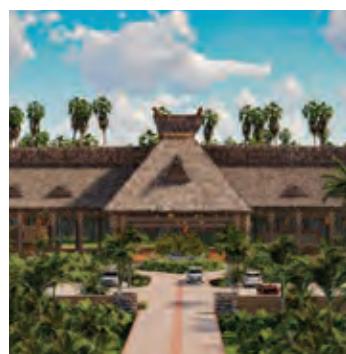
La naturaleza será la constante durante el viaje a bordo del tren; porciones de selva y bosques, humedales, cascadas, ríos y playas que acogen diversidad de flora y fauna se miran de cerca al detenerse el tren en las estaciones que conforman su ruta. Parques nacionales, áreas de protección de flora y fauna y reservas de la biosfera son casa de animales y flora endémicos. En algunas de ellas, la gente de la comunidad promueve la actividad turística y la venta de alimentos elaborados por ella misma. Durante el trayecto podrás observar pasos

de fauna, viaductos elevados que protegen cavernas, cenotes y ríos subterráneos. Para conocerlas es preciso contactar a un operador turístico autorizado que conoce el reglamento de cada área natural protegida y te llevará a los sitios destinados para ser visitados.

En el recorrido del Tren Maya encontrarás nuevos proyectos de desarrollo turístico y de protección al ambiente. Si visitas Yucatán podrás caminar por el Parque Nuevo Uxmal, en Santa Elena, un proyecto de conservación ecológica y recreo familiar. En el centro de Mérida espera el Parque La Plancha, parque urbano que retoma un espacio histórico e identitario, transformándolo en un recinto donde convergen cultura, deporte, recreación,



CORTESÍA CONANP



naturaleza, riqueza gastronómica y modernidad. El Parque del Jaguar, en Tulum, ubicado en un parque nacional y área natural, te ofrece un espacio ecológico-recreativo, en el que se promueve la conservación de la riqueza natural y el turismo sustentable.

CONECTIVIDAD

El Tren Maya dispone de una amplia red de interconectividad en tierra y de aeropuertos internacionales que lo enlazan con el territorio nacional y el resto del mundo. Están a tu disposición los aeropuertos de Palenque, Villahermosa, Ciudad del Carmen, Campeche, Mérida, Cancún, Tulum y Chetumal, ubicados muy cerca de las estaciones.

HOTEL TREN MAYA

Al viajar en el Tren Maya tendrás una experiencia única en el mundo, al hospedarte en lugares cercanos a las zonas arqueológicas del sureste de México. Los servicios y amenidades que brindan los Hoteles Tren Maya Palenque, Edzná, Chichén Itzá,

Nuevo Uxmal, Tulum y Calakmul son muy completos y accesibles. Cuentan con 160 habitaciones confortables, área de albercas, spa, temazcal, gimnasio, bar, cafetería, restaurantes donde gozarás de una deliciosa gastronomía regional y otros servicios más.

EL TREN MAYA

Manufacturado en México, el Tren Maya pone a tu disposición tres tipos de trenes cuyos nombres corresponden a tres verbos en maya: *Xinbal* (caminar) es un modelo estándar que brindará servicio de manera regular, ya que será el transporte de mayor circulación. Cuenta con asientos dobles y con amplios espacios, tiene lugar para maletas, bicicletas, etcétera. *Janal* (comer) tendrá restaurante y cafetería, con espacios cómodos para disfrutar de los platillos de la gastronomía regional. *P'atal* (permanecer) está diseñado para recorrer largas distancias, así que dispondrás de cómodos camarotes, tanto para disfrutar el viaje durante el día como para dormir y descansar en la noche.

En total, el Tren Maya cuenta con 42 trenes modernos, cómodos, inclusivos y seguros.



TREN MAYA

TSÍIMIN K'ÁAK





Estaciones
**FELIPE
CARRILLO
PUERTO
Y LIMONES-
CHACCHOBEN**
QUINTANA ROO

El corazón de la cultura maya inicia aquí, con pueblos llenos de sabiduría ancestral, impresionantes áreas naturales y arrecifes coralinos.



ESTACIONES FELIPE CARRILLO PUERTO Y LIMONES-CHACCHOBEN

ATRACTIVOS CERCANOS



Estación **LIMONES-** **CHACCHOBEN**

QUINTANA ROO

Es la parada ideal para encontrarse con la riqueza coralina más impresionante de México. También para explorar Mahahual.

A 20 km al norte de la comunidad Limones, en el corazón de la selva maya, se encuentra el hogar de las caobas centenarias; se trata de Noh Bec, la primera comunidad forestal certificada en el mundo. Aquí se concentra una población considerable de caoba Reina, una especie rara y centenaria, además de otras más de cien especies de caobas, cedros y maderas finas como tzalam, chakte viga y chakte kok. En este lugar de abundantes y altas copas de árboles milenarios es posible hacer un recorrido en bicicleta, caminar en los senderos interpretativos,

avistar aves, pasear en lancha por la laguna y visitar el cenote. Al ser fundada por emigrantes veracruzanos, esta comunidad se ha encargado de dar a conocer los saberes y sabores de su cocina.



GASTRONOMÍA VERACRUZANA EN LIMONES.

A 63 km al sureste de Limones está **Mahahual**, un poblado de pescadores al sur de la Reserva de la Biosfera de Sian Ka'an, preferido por los amantes del buceo por albergar el atolón coralino más grande de México. Sus aguas cristalinas frente a la Reserva de la Biosfera Banco Chinchorro muestran formaciones de coral, esponjas, tortugas marinas, delfines y caballos de mar, y permiten practicar deportes acuáticos como el esnórquel, el buceo y la pesca. Además de su belleza natural, se distingue por albergar más de 60 barcos



MAHAHUAL.

CORTESIA CONANP



hundidos, muchos de ellos del siglo XVI y XVII.

Para disfrutar de este pueblo, recomendamos recorrerlo en bicicleta, ir al muelle, al faro y andar por todo el malecón. Una tarde apacible invita a contemplar las aguas turquesa de su playa.

CORTESIA CONANP



Banco Chinchorro

Se considera el atolón coralino más extenso y rico de México, y el segundo más grande en el mundo. Es parte del Sistema Arrecifal Mesoamericano y alberga una gran laguna interior flanqueada por una barrera circular de arrecifes que forman diversos cayos: Cayo Centro, Cayo Lobo y Cayo Norte. Por su geología, extensión y biodiversidad marina, es considerado un lugar único en México. Cuenta con áreas de anidación y descanso de aves migratorias, y en la parte oriental, con varias congregaciones de especies, principalmente de meros, con fines reproductivos. Aunque este lugar no está habitado, lo visitan pescadores de las cooperativas de Xcalak y Mahahual. En medio de esta riqueza biológica, los turistas pueden practicar pesca deportiva y buceo.

ZONA ARQUEOLÓGICA DE CHACCHOBEN

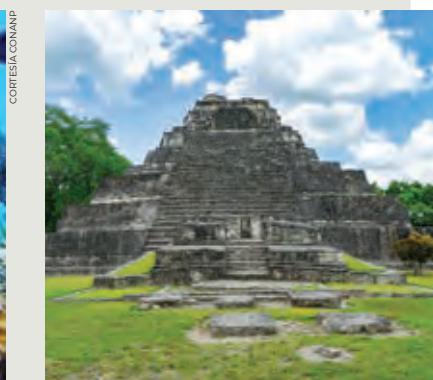
A 8 km al oeste de la Estación Limones-Chacchoben, por el camino estatal.

Es el asentamiento de mayor tamaño de la región de los lagos en el sur de Quintana Roo. Su fundación como un pequeño caserío tuvo lugar en el Preclásico tardío (300 a.C.) y está asociada a la presencia de dos fuentes de agua dulce: las lagunas del Ocho y de Chacchoben. Para el Clásico temprano (250 d.C.) ya era un asentamiento de buen tamaño que contaba con estructuras públicas. Su arquitectura contiene rasgos de los estilos Petén, Río Bec y Chenes.

El Templo I es el edificio más importante de la zona; es de estilo Petén, está orientado al oeste, y se compone de seis cuerpos escalonados con dos edificaciones. El Templo Adosado, Las Vías y el Edificio 2 son otras construcciones destacadas.



BUCEO EN MAHAHUAL.



TEMPLO ADOSADO, CHACCHOBEN.



CORTESIA CONANP



FIESTAS Y TRADICIONES

La mayoría de las fiestas tienen una larga tradición; de la época prehispánica prevalecen aquellas relacionadas con la siembra, las peticiones de lluvia y la cosecha. Del periodo colonial se conservan las relacionadas con el calendario litúrgico de la Iglesia católica dedicadas a santos y vírgenes.

CHIAPAS

Palenque

8 DE AGOSTO. Fiesta de Santo Domingo de Guzmán, fundador de la Orden de los frailes dominicos y patrono de la localidad. Hay feria popular y fuegos artificiales.



CORTESÍA FONATUR

TABASCO

Tenosique

PRIMAVERA, semana anterior al inicio de la Cuaresma. Carnaval.

12 A 16 DE SEPTIEMBRE. Feria de San Román.



CORTESÍA FONATUR

CAMPECHE

Felipe Carrillo Puerto, Champotón

2 DE FEBRERO. Fiesta de la Candelaria, con bailes, pirotécnia y procesiones.

3 DE MAYO. Fiesta de la Santa Cruz, en la que se baila la danza de la cabeza de cochino. Alrededor de la cruz, adornada con panes, cigarrillos y cintas de colores, bailan las mujeres con sus trajes de mestizas. Esta danza se lleva a cabo en varias localidades del la península de Yucatán.

San Francisco de Campeche

2 DE FEBRERO. Día de la Candelaria; se bendicen cirios, candelas, semillas y las imágenes vestidas del Niño-dios. Se ofrecen tamales y atoles en la mayoría de las casas.

EN PRIMAVERA, la semana anterior a la Cuaresma. Carnaval de Campeche,

considerado uno de los más antiguos de México.

15 A 30 DE SEPTIEMBRE. Feria de San Román, en el barrio del mismo nombre.

1 A 15 DE OCTUBRE. Feria de San Francisco, patrono de la ciudad.

Tenabo

3 A 18 DE MAYO. Fiesta del Divino Rostro; hay exposiciones artesanales, agropecuarias y vaquerías.

8 A 15 DE AGOSTO. Novenarios a la Virgen de la Asunción, con música de jarana y bandas llamadas charangas.

Hecelchakán

PRIMAVERA, semana anterior a la Cuaresma. Carnaval.

ABRIL. Fiesta del Santo Cristo de la Salud.



CORTESÍA FONATUR

YUCATÁN

Izamal

13 DE JUNIO. Fiesta de San Antonio de Padua en el convento que lleva su nombre. La imagen del santo sale en procesión por las calles con música, flores y fuegos artificiales.

2 DE NOVIEMBRE. Día de Muertos, cuando los cementerios son decorados para recordar a los seres queridos.

8 DE DICIEMBRE. Fiesta de la advocación de la Virgen de la Purísima Concepción, se celebra con un rico vestuario, misas, procesiones y música tradicional.

Chichén Itzá

13 DE JUNIO. Fiesta en honor a San Antonio de Padua en la localidad de Pisté, donde se ubica la zona arqueológica.

Valladolid

26 DE ENERO A 3 DE FEBRERO. Fiesta de la Candelaria en el barrio del mismo nombre. Es una de las fiestas más importantes de la región, con una muestra artística, cultural, artesanal y gastronómica.

23 DE ABRIL A 3 DE MAYO. Fiesta de la Santa Cruz en el barrio de la Cruz Verde; se celebra con baile de jarana, rosarios y comida típica de la región.

OCTUBRE Y NOVIEMBRE. Festival Cultural de Otoño; en distintos puntos de la ciudad, se desarrollan eventos culturales, artísticos y sociales.

QUINTANA ROO

Nuevo Xcan

8 DE DICIEMBRE. Fiesta grande en honor a la Virgen de la Concepción, en Kantunilkín. Hay juegos pirotécnicos y comidas típicas.

ABRIL. Fiesta a San Joaquín, patrono de Holbox.

Cancún

PRIMAVERA, antes de iniciar la Cuaresma. Carnaval. Hay peleas de gallos y presentaciones artísticas.

Playa del Carmen

16 DE JULIO. Fiesta a la Virgen del Carmen, patrona de Playa del Carmen, en donde el municipio organiza una feria llamada Expocar que dura varios días.

FEBRERO. Festival Gastronómico del Caribe Mexicano. Es una muestra de lo mejor y lo más auténtico de la cocina de Quintana Roo.

Tulum

ABRIL Y MAYO. Festejo de la Cruz Parlante. El culto a la cruz parlante tiene su origen en 1850, cuando se encuentra una cruz tallada en el tronco de un árbol de caoba, a tres años de iniciada la Guerra de Castas. Se dice que esta cruz orientó a los mayas en su lucha libertadora.

15 A 17 DE OCTUBRE. Festival de la Tortuga Marina.

Felipe Carrillo Puerto

5 A 12 DE ENERO. Fiesta de los Tres Reyes Magos.

Bacalar

10 A 19 DE AGOSTO. Fiesta patronal de San Joaquín. Hay exposición artesanal, vaquerías, eventos culturales y deportivos.

GASTRONOMÍA

CHIAPAS

La gastronomía chiapaneca está llena de sorpresas y de sabores intensos, como su gente. El disfrute de la comida es parte de la vida cotidiana. Hasta la muerte se le recibe con comida, como el **mole** que se ofrece en los velorios. Durante los rezos, se acostumbra consumir **tamales** elaborados con hierbas y condimentos propios de las distintas comunidades; los hay de azafrán, de bola, de hierba santa, de chipilín, de iguana, de flor de cuchunuc, y el más representativo: el de mole o "chiapaneco".

PLATILLOS LOCALES. Entre la comida conocida como artesanal destacan los quesos de bola de Ocosingo, y prácticamente en todo el estado se disfruta el **pozol**, bebida preparada con maíz y cacao, con una gran carga alimenticia y simbólica que proviene de la época prehispánica. En el estado hay platillos que son símbolos de identidades locales, como la comida china de Tapachula, el jamón de San Cristóbal, la **butifarra** de Comitán, la "comida grande" de Chiapa de Corzo o el **pucoxaxé** de los zoques. Los embutidos son propios de las ciudades altas, como San Cristóbal y Comitán, donde abundan los chorizos, las butifarras, los **jamones de espaldilla** y las longanizas. La elaboración artesanal de estos productos, característica del mestizaje de Chiapas, impide que se pueda cubrir su demanda en los meses finales del año.



DEPOSITPHOTOSMARDZUL

BEBIDAS. Desde tiempos precolombinos, el tascalate ha sido una bebida popular en Chiapas que hoy cuenta con denominación de origen. No hay mercado ni restaurante donde no se tome este elixir tradicional. Para prepararlo, primero se lava el maíz y se pone a secar al sol; luego se dora en un horno junto con cacao. Al salir del horno se muele con canela, tortillas doradas y achiote; este último le da un atractivo color anaranjado. Finalmente se disuelve en agua fría o en leche y se endulza con azúcar. El **tascalate** y el pozol son bebidas emblemáticas que nadie debe perderse.

PAN. La variedad de panes es parte de una tradición que llega hasta nuestros días. En el estado, aún se elaboran de manera casera, aunque con harina industrial, y llevan nombres como cazeuleja —inflable en las fiestas—, elaborado con huevos, pasas, nueces y coco; **marquesote**, horneado en latas; **pan de fiesta**, de singulares formas y cubierto de ajonjolí, así como pan de yema, pan de manteca y rosquillas.

DULCES. Son populares en las ferias de los pueblos y en las ciudades. Los más comunes son los dulces de camote y membrillo, que se colocan en recipientes pequeños llamados **cajetas**, cuyas tapas sirven de cucharas. También se hace el suspiro, a base de yuca. El **puxinú**, elaborado con maíz y miel, recuerda los orígenes mayas de algunas recetas.

TABASCO

La cocina tabasqueña es una mezcla de las tradiciones indígena y española. Uno de los platillos que mejor representa esta unión de sabores son los chirmoles, preparados con pejelagarto o venado, de acuerdo con las recetas tradicionales; también puede prepararse con gallina o carne de res.

La gastronomía aprovecha los productos que le regala su tierra: chaya, Yuca, camote colorado, macal, calabaza chigua, chayote, chile amashito, chile de color (ancho), plátano, toronja, nance, naranja, zapote, mamey, guayaba, cacao, tamarindo, coco y ciruela. La conjunción de sus sabores regala platillos únicos como el budín de yuca, la torta de macal, la chaya con verduras y el plátano relleno de chaya. El chipilín es una planta cuyas hojas se emplean para preparar los famosos tamales.

SOPAS, CALDOS Y PUCHEROS. El puchero tabasqueño es emblemático y se cocina con **plátano verde, macal y yuca**; lo hay de pescado o vaquero, hecho con carne salada. En general, los caldos y sopas del estado son preparados con plátano, chaya, chile dulce o achiote.

PESCADOS Y MARISCOS. Las aguas del golfo de México y de los ríos Grijalva y Usumacinta son hogar de especies como pejelagarto, lagarto, robalo, mojarra, camarón, ostión, macabat, topota, pequeña sardina de red, sierra y cazón. Cada uno de estos alimentos es parte fundamental de la cocina típica tabasqueña. Tan sólo el **pejelagarto** es preparado de múltiples maneras: con ensalada, con plátano verde, en chirmol, caldo, tacos o tamales. Si se cocina en verde, reúne muchos ingredientes destacados de la región, como **chipilín, chaya, chile amashito y chile verde dulce**.

CARNES Y AVES. El estado es uno de los mayores productores de ganado del país, por lo que la carne es un ingrediente inflable en algunos platillos tradicionales, como la **carne polaca**, la **costilla adobada** y la **carne salada con chaya y plátano verde**. No hay que perderse el pato en pipián, el armadillo a la parrilla, el tepezcuatl horneado y el venado en adobo.



CORTEZA FONATUR

BEBIDAS. Aún se disfrutan las de origen prehispánico, hechas a base de maíz y cacao. La más popular es el pozol, elaborado con masa de nixtamal molida en grueso, mezclada con agua fría y endulzada con azúcar o cacao (llamada también chorote cuando tiene cacao). En la actualidad, el proceso de preparación varía de acuerdo al tipo de pozol, pero en general se prepara con cacao tostado en comal, pelado y molido, y maíz morado o negro, al que se le agrega hielo y azúcar. El pozol se bebe en una jícara y se puede degustar con pixte, patate, cacao fermentado o coco. Otras bebidas tradicionales son **chocolate, pinol o pinole, polvillo (pinole con cacao), agua de pitahaya, agua de matalí y agua de guanábana**, así como el balché, un fermentado de cáscara de piña y otros jugos ácidos.

POSTRES Y DULCES. En los días de fiesta no faltan los **dulces de camote, coco, patate** o chayote y el **marañón**. El más famoso es la **oreja de mico**, postre que se prepara con papaya, azúcar morena y hojas de higo.

CAMPECHE

En la gastronomía campechana se nota la fusión de culturas maya y española, con aportes de la colonia de piratas que llegaron a las aguas del golfo.

COMIDAS LOCALES. Entre los platillos más típicos, se saborean los **tamales** de harina de maíz colada rellenos de picadillo de puerco o pollo con salsa de achiote; el **pibipollo**, especie de tamal cubierto con hoja de plátano y relleno de carne de puerco y gallina, preparado en salsa de achiote y cocido bajo tierra (en *pib*). El **puerco de monte**, el **caimán** y el **pavo** son protagonistas de variados platillos. No falta el **pibinal**, un elote tierno cocido bajo tierra. El rey de la mesa es el **chile habanero**, el más común para la preparación de salsas, aunque también se utilizan otros para hacer adobos.

PESCADOS Y MARISCOS. Con cazón se hacen panuchos, empanadas, tamales, tacos, el pan de cazón y el chile *x'atic* relleno. Se guisa también el pámpano en escabeche; los camarones se comen al coco, al natural, en paté, en coctel y en ensaladas. Entre la variedad de la comida del mar, hay platiños con patas de cangrejo en frío, esmedregal, raya, papaché, sierra, pulpos y calamares.

PANES. Emblemático del estado resulta el famoso pan elaborado en la población de Pomuch, especialmente el pan de pichón, relleno de jamón con queso y chile en vinagre. Pan dulce como riñones, mojadas, camelias, francés de huevo y barrias, por

mencionar algunas piezas tradicionales. No te vayas sin probar las hojaldras conocidas como campechanas.

CONSERVAS. Nadie escapa de las delicias preparadas en el poblado de Tinún, en Tenabo. Son famosos los envasados de frutas de ciruela, mango, círcote, nance, calabaza, guaya y muchos más; los hay en almíbar o en alcohol.

BEBIDAS. Los frutos producidos en la entidad son la materia prima para la preparación de refrescantes aguas de horchata y de frutas de temporada como tamarindo, guanábana, mango, nance, ciruela, pitahaya y marañón.



CORTESIA FONATUR

CARNES. En este rubro, las estrellas son la **cochinita y pollo pibil**. Son piezas de puerco (pierna, lomo o costilla) o de pollo marinadas en achiote, jugo de naranja agria, ajo, comino, orégano, canela, sal y pimienta, envueltas en hoja de plátano y horneadas. Se acompañan con una salsa picante hecha con cebolla morada, pimienta, jugo de naranja agria o vinagre y chile habanero. Otros guisos imperdibles



CORTESIA FONATUR

son el **pochuc**, rebanadas delgadas de puerco marinadas en jugo de naranja agria y achiote, asadas y servidas con cebolla roja, vinagre, orégano, tomillo y cilantro; el **frijol con puerco**, guisado con piezas de puerco (lomo, pierna o costilla) cocidas con epazote, cebolla y salteadas en manteca de puerco; se cuecen en los frijoles y se sirven con arroz, y se cubren con salsa de tomate, rábanos, cilantro y cebolla picada; **queso relleno** elaborado con carne de res molida, marinada con especies y cocida al horno dentro de un queso de bola u holandés. Para acompañar cualquiera de estas delicias está la **salsa xnipec**, preparada con jugo de limón, cebolla y chile habanero asado y molido.

BEBIDAS. El **xtabentún** o "licor de los dioses" es la bebida alcohólica típica de la región, elaborada con miel de abeja y anís. No falta antes o después de la comida. Como bebidas refrescantes están la horchata de arroz, el licuado de chaya con limón y las aguas de lima, naranja, guanábana y pitahaya.

QUINTANA ROO

La gastronomía del estado comparte varios elementos con Yucatán y Campeche, y en ella se mezclan técnicas tradicionales y contemporáneas de la cocina. Salvo en lugares como Playa del Carmen y Cancún, donde habitan migrantes llegados de otros países, razón por la que los platillos se han enriquecido con sabores internacionales.

En la cocina regional se combinan los ingredientes de origen prehispánico con los traídos por los españoles. Sobresalen los platillos de carne de pollo, puerco, res y conejo guisados y condimentados con orégano, cebolla morada, naranja agria, chile dulce, pepita de calabaza, tomate, achiote, chile habanero y cilantro, entre otros ingredientes. Los papaduzles, cochinita pibil, pipián, relleno negro y panuchos son parte de los elementos gastronómicos compartidos con el resto de la península. En algunos municipios de Quintana Roo aún es posible degustar carne de jabalí, venado, chachalaca y faisán, cocinados en *pib* u horno de tierra aderezados con chiles de la región.

COMIDAS LOCALES. Los platillos emblemáticos son la **sopa de lima**, delicioso caldo con pollo desmenuzado, jugo de lima y tostadas; los **huevos motuleños**, huevos fritos sobre una tostada cubierta con frijoles refritos, aderezada con salsa de tomate, jamón picado, queso blanco desmenuzado,

chicharos y plátano frito; **panuchos y salbutes** hechos a mano con masa de maíz y fritos, a los que se les agrega pollo, lechuga y cebolla (los panuchos llevan además frijoles); **papadzules**, huevos duros picados dentro de una tortilla cubiertos de una deliciosa salsa hecha con semillas de calabaza.

BEBIDAS. Es famoso el **tanchucuá**, hecho con maíz y cacao, así como el agua de chaya y las aguas de frutas frescas del Caribe, como el nance, pitahaya, chicozapote y guaya. El **balché**, una bebida obtenida de la fermentación de la corteza del árbol del mismo nombre, es el licor regional y fue bebida ritual para los antiguos mayas. Otra bebida considerada también sagrada, pero no alcohólica, es el **saká** que se elabora con maíz y miel.

YUCATÁN

La cocina yucateca sorprende por su sabor, legado de aquella fusión de ingredientes usados por los antiguos mayas, por los españoles y por las comunidades que llegaron del Caribe y el Medio Oriente.

Entre las especias y condimentos más utilizados pueden señalarse el orégano, la cebolla morada, la naranja agria, el chile dulce, la pepita de calabaza, el tomate, el achiote, el chile habanero y el cilantro. En algún tiempo, la carne de faisán y de venado fueron importantes protagonistas de la cocina yucateca; ahora han sido sustituidos por la carne de pavo y cerdo.

COMIDAS LOCALES. Los platillos emblemáticos son la **sopa de lima**, delicioso caldo con pollo desmenuzado, jugo de lima y tostadas; los **huevos motuleños**, huevos fritos sobre una tostada cubierta con frijoles refritos, aderezada con salsa de tomate, jamón picado, queso blanco desmenuzado,

ARTESANÍAS

Desde tiempos prehispánicos, los pueblos del sureste se han caracterizado por la calidad en su producción de objetos artesanales y por aprovechar la riqueza natural de su entorno para crear piezas artesanales de fibras, maderas, desechos marinos y cerámica, con diseños en los que pervive la cultura maya.

CHIAPAS

TEXTILES. Forman parte de la gran riqueza artesanal del estado. El colorido y alegría de los tejidos viste a los pobladores con camisas, vestidos, faldas y adornos de las mujeres. Los motivos florales, zoomorfos y antropomorfos, unidos entre sí, encierran significados especiales. Los colores rojo, amarillo, azul, verde y blanco poseen una estrecha relación con la visión del cosmos. El atuendo tradicional de las mujeres chiapanecas consiste en un vestido con bordados multicolores sobre tul. Estos bordados son símbolo de la riqueza cultural y de la esencia misma de Chiapas.

TALLA EN MADERA. Destacan las máscaras utilizadas en la diversidad de danzas que se celebran en las festividades del estado. También, variados juguetes como trompos, camioncitos, cajitas y muebles miniatura.

LACA. Es una técnica proveniente de la época prehispánica; en el Pueblo Mágico de Chiapa de Corzo hay diversos talleres donde la gente aún trabaja esta técnica.

CESTERÍA. Sobresalen la variedad de cestos de carrizo, canastas, petates y tapetes, así como sombreros de palma decorados con listones, típicos de la región.

CERERÍA. Las velas son elementos indispensables en las ceremonias religiosas, aunque también las hay con fines decorativos.



DEPOSITPHOTOS/PHOTONATUR

ÁMBAR. Chiapas es de las pocas regiones del mundo que posee importantes yacimientos de esta resina fosilizada. Sus pueblos lo ofrecían como tributo en la época prehispánica. Algunas piezas de joyería lucen el tono clásico del ámbar, el amarillo, pero otras destacan por sus tonos rojizos, verdes y azules que al ser combinadas con oro o plata dan como resultado finas obras de orfebrería.

OBJETOS DE METAL. Destacan las simbólicas cruces pasionales, las aldabas y los utensilios domésticos.

TALABARTERÍA. Carteras, cinturones, bolsos, portafolios, maletas, gorras y sombreros, así como sillas de montar y otros arreos o artículos para la charrería son parte de la oferta producida con cuero o piel, a veces cincelado o grabado.

CERÁMICA. Es una de las prácticas artesanales más antiguas que permiten la manufactura de comales, sartenes, ollas, macetas, cántaros y pequeñas figuras de animales.

TABASCO

CESTERÍA. El uso de guano redondo, palma, mimbre y bejuco en la producción de cestería tiene su origen en las culturas maya y olmeca. Herederos de esta práctica, los artesanos fabrican sombreros, canastas, bolsas, abanicos y muebles.

MADERA. El tallado de madera de cedro es el más importante; se emplea para elaborar muebles y objetos como lapiceros, utensilios de cocina, máscaras, juguetes, esculturas e instrumentos musicales.

LIRIO ACUÁTICO. Los artesanos utilizan esta planta para producir bolsas, carteras, sombreros, tapetes y alhajeros.

TALABARTERÍA. El arte de trabajar la piel es una herencia de los olmecas. En la época virreinal se usaban pieles de sapo, víbora, pescado, lagarto y ganado para



CORTESIA FONATUR



CORTESIA FONATUR

CAMPECHE

ALFARERÍA. Destaca la producción de macetas, tibores y otros objetos ornametales y utilitarios.



CORTESÍA/FB CAMPECHE TURISMO

FIBRAS NATURALES. Son famosos los sombreros de jipi, elaborados en Bacal con palma de guano. Aquí, los artesanos dan forma al sombrero dentro de una cueva natural o excavada para dicho fin, con la temperatura necesaria para mantener la flexibilidad de las fibras de palma.

MADERA. Se combina con otros materiales, como tela bordada o tejido de palma de jipi, para crear diversos objetos.

CONCHA MARINA Y ESCAMAS DE PESCADO. Se usan para la fabricación de diversos objetos; los ceniceros, lámparas, cortinas y mariposas son comunes en la costa.



CORTESÍA/FB CAMPECHE TURISMO

HUESO. Con el cuerno de toro, los huesos fabrican diversos objetos, como portarretratos, alhajeros, prendedores, aretes y collares.

TEXTILES. Las mujeres realizan bordados en algodón u otras telas en múltiples colores, ya sea a mano o en máquina, con hilo de seda, algodón o lino, para adornar los diversos tipos de huipiles (caseros o de gala), rebozos de seda, así como bordados de los tipos renacimiento y cerrado.



CORTESÍA/FB CAMPECHE TURISMO

YUCATÁN

TEXTILES. El elegante terno de mestiza –formado por el huipil bordado en punto de cruz y el fustán con un encaje que sobresale al borde de la falda– y la tradicional guayabera de los hombres, de lino o algodón, son los atuendos

tradicionales yucatecos. Se encuentran en todo el estado.

HAMACAS. Son elaboradas con hilo de algodón, henequén, seda o fibras sintéticas. En la mayoría de las casas yucatecas son utilizadas para dormir por su comodidad y frescura.

JOYERÍA. Las alhajas de oro, coral y cocoyol negro –semilla que se talla en forma redonda para hacer collares y pulseras– han sido las preferidas de las mujeres mestizas y mayas desde el siglo xix. Con la técnica de filigrana se crean rosarios, aretes, pulseras y medallas.



CORTESÍA/FONATUR

QUINTANA ROO

TEXTILES. Predominan los textiles de algodón, a los que se aplican tintes naturales. La mayor parte de este trabajo es elaborado por mujeres, algunas lo hacen a mano y otras con máquina. Destacan las hamacas que antes se fabricaban con henequén y que hoy son de algodón o nylon. Una prenda tradicional es el huipil ornamentado con bordados que representan el cielo, la tierra y el inframundo, la fertilidad o la dualidad del mundo.

Actualmente, se han diversificado los productos y hoy se confeccionan prendas de vestir como pantalones, blusas y sacos, con diseños y cortes modernos, así como cojines y mantelería.

MADERA. Ciriote, cedro y caoba son las principales maderas para crear esculturas coloridas de animales; son comunes las figuras de jaguares, monos y tucanes. También se hacen objetos de cocina, artículos de decoración y tallas de dioses mayas.

FIBRAS VEGETALES. Las comunidades del centro del estado, especialmente las



CORTESÍA/FONATUR

del municipio Felipe Carrillo Puerto, realizan piezas artesanales con diversas fibras vegetales. Con bejuco elaboran sombreros, fruterías y figuras zoomorfas como serpientes, faisanes y loros. Con palma, carrijo y mimbre crean objetos de cestería.

DESECHOS MARINOS. Se convierten en materia prima para la creación de servilleteros, botaneros, lámparas, así como piezas de joyería.

CERÁMICA. El barro se trabaja para moldear vasos, vasijas e incensarios decorados con motivos mayas. También se realizan ceniceros, cazuelas y fruterías.



CORTESÍA/FONATUR

Agradecimientos

Guadalupe Phillips Margain, ICA
 Manuel Muñozcano, Grupo Avi y Grupo Indi
 João Pedro Parreira, Mota-Engil
 Carlos Roldán Moya, Lamat Antonio Gómez García, Grupo Carso
 Maite Ramos Gómez, Alstom
 Octavio Silva Rivero, Ignitia

CRÉDITOS**Supervisión de contenidos**

Aleida Martínez García

Grupo de Trabajo Interinstitucional

INAH | Beatriz Quintanar Hinojosa, Gabriel Ulises Leyva Rendón, Ana Galicia Zamora, Aleida Martínez García, Yésica Calderón Soto, Josué Huerta, Miguel Ascencio, Guillermo Pedroza
E.P.E.M. Tren Maya, S.A. de C.V. | Dante García Rosales, Isai Morales Cruz, José Gabriel Briceño Torres, Ariadna Berenice Gómez Morales, Diana Alejandra Trejo Nava, Brandon Leonel Sánchez Río, Víctor Omar Lavin Sansores, Erick David Betancourt

GAFSACOMM | Maciel Ávila Cruz, Adriana Leslie Oaxaca López

FONATUR | Jorge Alberto Mendoza Álvarez, Erick Raúl García Torres, Gallegos Bosques, Selena Sarai López Arce, Ernesto Urióstegui Villa, Seire Macedo del Mazo, Cristina Escamilla Salazar, Eduardo Enrique Urbina Pérez, Héctor Raúl Esteban Peñate, Jaime Arturo Ávalos Gómez, Gerardo Castillo Herrera, Gerardine Martínez Estrada, Arturo Moo Celis

CONANP

Archivo Fotográfico CONANP

FONATUR

Jorge Alberto Mendoza Álvarez, Erick Raúl García Torres, Manuel Alain Gallegos Bosques, Selena Sarai López Arce, Ernesto Urióstegui Villa, Seire Macedo del Mazo, Cristina Escamilla Salazar, Eduardo Enrique Urbina Pérez, Héctor Raúl Esteban Peñate, Jaime Arturo Ávalos Gómez, Gerardo Castillo Herrera, Gerardine Martínez Estrada, Arturo Moo Celis

GAFSACOMM

Archivo fotográfico GAFSACOMM

Créditos de producción videográfica

Ana Galicia Zamora, Gibrán Huerta Castillo, Rita Abreu, Luis Lozano, Ernesto Martínez, Sergio Enrique García, Andrea Rodríguez, Gabriela Marentes, Emilio Prieto

Videofotografía

INAH TV, equipos de registro del proyecto Tren Maya, acervos de los proyectos de investigación de los sitios arqueológicos

Asesoría de contenidos y acervos fotográficos

Adriana Velázquez Morlet, Manuel Pérez Rivas, Margarito Molina

Arqueólogos responsables de los proyectos de investigación de los sitios arqueológicos y Salvamento

Arqueológico de la Ruta Tren Maya: Vania Carrillo Bosch, Keiko Teranishi, Ernesto Vargas, José Huchim, José Osorio, Antonio Reyes, José Manuel Ochoa, Sandra Balanzario, Iliana Ancona, Raquel Hernández, Enrique Alcalá, María de la Paz Flores Rescalvo, Salvador Medina, Ricardo Mateo, Daniel Urías, Erick Saloma, Higor Alves, Cecilio Javier Cortés, Oney Salazar

Colaboraciones especiales

INAH | José Luis Perea, Anna Goycoolea, Adriana Careaga, Jaime Jaramillo, Jorge García, Alma Velázquez, Federico San Juan, César Molar, Martha Angélica Hernández

CONANP | Yadira Gómez Hernández, Dulce María Ávila Martínez, Esteban Piedra Rivera, Adolfo Vital, Néstor Urbina Rincón, Miguel Solís Martínez

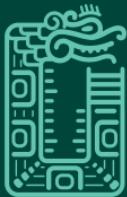
FONATUR | Javier May Rodríguez, Fernando Vázquez Rosas

Créditos fotográficos**INAH-DMC**

Luis Gerardo Peña Torres, Mauricio Marat Romero Suárez, Melitón Tapia Dávila, Daniel Santaella Ponce



Gran Guía Tren Maya
se terminó de imprimir en
diciembre de 2023
en Impresión y Diseño,
Suiza 23 Bis, col. Portales Oriente,
C.P. 03570, Ciudad de México.
El tiro consta
de 10,000 ejemplares.



TREN MAYA

TSÍIMIN K'ÁAK



CULTURA
SECRETARÍA DE CULTURA



INAH



MOTA-ENGIL
A World of Inspiration

GI
GRUPO INDI

ICA

carso
INFRAESTRUCTURA Y CONSTRUCCIÓN

IGNITIA
DESARROLLOS

ALSTOM