

Masarykova univerzita
Filozofická fakulta
Ústav románských jazyků a literatur



2021

Lucia Uhrová

Masarykova univerzita

Filozofická fakulta

Ústav románských jazyků a literatur

Španělský jazyk a literatura

Lucia Uhrová

El significado y simbolismo del aguacate como planta cultural a través de los tiempos y en diversos entornos culturales: desde la Mesoamérica precolombina hasta la República Checa contemporánea

Vedoucí práce: PhDr. Athena Alchazidu, Ph.D.

2021

Nombre: Lucia Uhrová

Nivel de estudio: El cuarto año del bachelor en Lengua y literatura española

La institución académica: Universidad de Masaryk

Nombre del tutor académico: PhDr. Athena Alchazidu, Ph.D.

Nota de aceptación:

Estoy de acuerdo con que mi trabajo pueda ser difundido entre las distintas universidades de la República Checa y de los países Iberoamericanos, así como en la página web www.premioiberoamericano.cz y otros medios que el Jurado del premio Iberoamericano considere pertinentes.

Resumen

El aguacate es fruta de color verde oliva, con la forma de pera, llamado también como la mantequilla vegetal (Illescas et al., 2007, pp. 40-41). En las culturas mesoamericanas ocupa un lugar especial desde los tiempos prehistóricos (MacNeish, 1964). De las culturas que apreciaron el aguacate cabe mencionar a los mokayas, mayas, mexicas o chontales. Con el comienzo de exportación del aguacate a Europa hemos podido conocer esta fruta nueva. Al finales del siglo XX la exportación del aguacate de México aumentó y hoy en día México está considerado como el exportador más grande del mundo (CEDRSSA, 2017, p. 12). En la República Checa el aguacate es una fruta popular, no solo como la fruta, sino también como el diseño en camisetas, calcetines o diarios, y asimismo fruta popular en los libros de recetas que están relacionados con la vida sana y un estilo de vida equilibrada.

Índice

1.	El origen del aguacate mesoamericano.....	6
1.1.	Los hallazgos más antiguos del aguacate	7
1.2.	Las culturas precolombinas de Mesoamérica y el aguacate	8
1.3.	El aguacate según los cronistas, naturalistas y frailes	10
1.4.	La definición del aguacate.....	15
1.5.	El uso y la importancia del aguacate en las culturas mesoamericanas.....	16
2.	Tipos de aguacates	17
3.	Las propiedades nutritivas y vitaminas contenidas en el aguacate.....	18
4.	Los comienzos de la exportación del aguacate	19
5.	El aguacate según los milenials.....	20
5.1.	Libros de recetas con el ingrediente aguacate.....	21
5.2.	El aguacate en la industria cosmética	23
Conclusión		24
Apéndices.....		25
Referencias consultadas.....		27

1. El origen del aguacate mesoamericano

Las evidencias arqueológicas indican el origen temprano de plantas que pertenecen a la familia de Lauraceae, a la que pertenece el aguacate también (Scora y Berg, 1992). Dicho origen de esta familia estaba situado desde el Cretácico temprano hace 144-94 millones de años en el oeste de Gondwana (*ibid.*). Gondwana, también llamado Gondwanaland, es un antiguo supercontinente que estaba compuesto por lo que es ahora América del Sur, África, Arabia, Madagascar, India, Australia y la Antártida (Gondwana, 2015). Según Schroeder (1968), en el norte de América las especies de la familia Lauraceae, antecedentes de *Persea*, vivían en el Cretácico tardío hace 94-70 millones de años y durante el Terciario temprano hace 65-33 millones de años. Los antecedentes del aguacate migraron del Norte de América al sur, hacia Mesoamérica, durante las glaciaciones del Paleoceno, donde había mejores condiciones (Scora y Berg, 1992).

Según las afirmaciones de varios autores (Galindo-Tovar, Ogata-Aguilar et al., 2007, p. 443), la dispersión temprana del aguacate no se puede determinar a través del uso de la literatura histórica. La existencia de otros mecanismos para la dispersión a larga distancia sigue siendo desconocida, parece que la dispersión temprana de la Lauraceae fue accidental (*ibid.*). Al igual que el transporte de semillas dentro del suelo, por agua o también por el movimiento de los animales (Hodkinson y Thompson 1997, p. 1485). Entre los animales que podrían haber ayudar a la dispersión del aguacate, se encuentran los mamíferos gigantes como los gigantes osos perezosos terrestres, que eran comunes en América durante la glaciación (Barlow 2001). Los primeros pobladores llegaron a América alrededor de hace 13 000 años (Diamond, 2005) lo que también podría haber contribuído a la dispersión del aguacate (Barlow, 2001). Cuando los pobladores empezaron a vivir una vida sedentaria, pudieron invertir su tiempo en otras actividades, no sólo en la adquisición de su propia comida para sobrevivir (Galindo-Tovar, Ogata-Aguilar et al., 2007, p. 443). Como resultado

de la vida sedentaria, los pobladores empezaron a dedicarse al comercio, a la administración o a la guerra (Gepts y Papa 2003, p. 2). Por eso es probable que gracias al comercio, el aguacate no fuera trasladado sólo a otras partes de Mesoamérica, sino también a Perú (Galindo-Tovar, Ogata-Aguilar et al., 2007, p. 443).

1.1. Los hallazgos más antiguos del aguacate

En relación con los hallazgos más antiguos del aguacate tenemos varias evidencias arqueológicas. Según Galindo-Tovar y otros autores (2014) numerosos fósiles de aguacate muestran la presencia de esta fruta en la sierra de Nuevo León y en el centro de México desde 16 000 y 8000 antes de Cristo. González de la Vara (2016), dice que restos de semillas de aguacate fueron encontrados en la cueva de Coxcatlán, en Tehuacán, Puebla de 10 000 años de antigüedad (p. 43). Como dice Smith (1966), la primera evidencia arqueológica sobre el contacto de un ser humano con el árbol de aguacate podría fecharse desde 8000 hasta 7000 antes de Cristo. Restos de árbol del aguacate fueron encontrados en el valle de Tehuacán, Puebla, de lo que se deduce que fueron domesticados desde 6400 o 5000 antes de Cristo por los grupos mesoamericanos (Smith, 1969). Otros fósiles fueron encontrados en Yucatán desde 3400 antes de Cristo (Galindo-Tovar et al., 2014).

Asimismo evidencias sobre la dispersión del aguacate fueron encontradas en el valle de Oaxaca alrededor del 1200 antes de Cristo (Galindo-Tovar, Ogata-Aguilar et al., 2007, p. 446). Lo interesante sobre estas semillas es que las semillas del valle de Oaxaca son similares a las semillas que fueron encontradas en el valle de Tehuacán (Smith, 1969). Puede ser que los pobladores de Coxcatlán diseminaran el aguacate por el valle de Oaxaca, porque en este lugar su tamaño no estaba desarrollado (*ibid.*). Otros restos de semillas fueron encontrados en el valle de Supe, en el que vivía la cultura caral desde cerca del 1500 antes de Cristo (González de la Vara, 2016, p. 43). Como dice Galindo-Tovar y otros autores (2014), los

estudios arqueológicos muestran que los primeros habitantes que poblaban el valle de Tehuacán entre los años 2300 y 1500 antes de Cristo se dedicaban a la agricultura y, entre los alimentos que cultivaban estuvo también el aguacate.

Gracias a todas estas evidencias hemos llegado a saber que el aguacate no solo sobrevivió miles de años, sino también que esta fruta era un alimento básico para los pobladores en Mesoamérica, los cuales eran cazadores-recolectores (Galindo-Tovar et al., 2014). En otra publicación de la misma autora se confirma que el árbol del aguacate fue uno de los primeros árboles domesticados en los Neotrópicos y al mismo tiempo fue de vital importancia para la domesticación y evolución de los árboles neotropicales (Galindo-Tovar et al., 2007, p. 442).

1.2. Las culturas precolombinas de Mesoamérica y el aguacate

La relación entre la gente y los árboles en Mesoamérica se puede atestiguar desde tiempos antiguos (Galindo-Tovar, Arzate-Fernández et al., 2007, p. 325). Los árboles tenían una gran importancia para los habitantes de muchas culturas mesoamericanas de la zona, entre las que cabe mencionar las culturas maya, tolteca y azteca (*ibid.*). Además, la importancia de los árboles la vemos también en la cultura chontaleña, que vivía cerca de los bosques de Tabasco (Galindo-Tovar, Arzate-Fernández et al., 2007, p. 325). Los chontales creían que los dioses vivían en los bosques y por ello que los chontales tenían que mantener y conservar los bosques (Vázquez-Dávila, 2001). El aguacate empezó a ser consumido por los pobladores en Mesoamérica ya desde los tiempos prehistóricos (MacNeish, 1964, p. 533). Puede ser que el cultivo del aguacate comenzara en los tiempos remotos y continuara en otras culturas que poblaban América (Galindo-Tovar, Arzate-Fernández et al., 2007, p. 326).

Pasemos a mencionar las primeras culturas de Mesoamérica que empezaron con la domesticación del aguacate. Como dicen varios autores (Galindo-Tovar, Arzate-Fernández et al., 2007, p. 326), una de las primeras culturas conocidas en Mesoamérica, es la cultura sedentaria, los mokayas. Más concretamente, la cultura mokaya poblaba el área de Soconusco, en el Periodo Formativo entre 1500 antes de Cristo y 300 después de Cristo (Taube, 2004, p. 5). El término *mokaya* proviene de *mixe-zoque*, que se traduce como “gente de maíz” (Clark y Blake, 1989). De este gentilicio podríamos deducir que dicha cultura generalmente consumía maíz. Sin embargo, según las evidencias que tenemos, sabemos que el maíz no era su comida primaria (Taube, 2004, p. 6). Los mokayas poblaba el área de Soconusco donde crecían naturalmente árboles del aguacate (Debouck y Libreros Ferla, 1995). Así que, es posible que la cultura mokaya consumiera la fruta que crecía en esta área y prefirieran alimentos más nutritivos, como es el aguacate en comparación con el maíz (Galindo-Tovar, Arzate-Fernández et al., 2007, p. 326). Como dice Galindo-Tovar, Arzate-Fernández y otros autores (2007), la cultura mokaya está considerada como el predecesor de las culturas olmeca y maya (p. 326). Fue una cultura que empezó con la domesticación del aguacate, incluso antes de los cultivos anuales (*ibid.*). Por lo tanto, es posible que los mokayas hubieran transmitido sus conocimientos sobre la domesticación y cultivación de las plantas, incluido el aguacate, a los olmecas y mayas (Galindo-Tovar, Arzate-Fernández et al., 2007, p. 326). La cultura olmeca era una sociedad compleja que durante el periodo estudiado se distribuía por amplios territorios en Mesoamérica gracias a una gran cadena comercial (Love, 2005, p. 3). Se sugiere que los olmecas pudieran haber estado en contacto con los papayecas, que poblaban un área en Honduras entre los años 1200-1000 antes de Cristo (Healy, 1978, p. 17). Este tiempo se corresponde con el mismo periodo en que aparece en este área el aguacate (*ibid.*). Siguiendo la publicación de Galindo-Tovar y otros autores, podemos afirmar que es probable que los olmecas llevaran el aguacate a esas tierras como un

producto de negociación en sus empresas comerciales (Galindo-Tovar, Arzate-Fernández et al., 2007, p. 328).

Otras evidencias del cultivo del aguacate las encontramos en la cultura maya. Los mayas, igual que los chontales, valoraban especialmente los árboles (Galindo-Tovar, Arzate-Fernández et al., 2007, p. 326). Según los autores Gama-Campillo y Gómez Pompa (1992), la selección, protección y cultivo de las plantas fueron realizadas por la cultura maya. Los mayas también llevaron los árboles silvestres a sus huertos familiares y seleccionaron el aguacate para el cultivo (*ibid.*). Otra cultura que domesticó el aguacate y de la que tenemos evidencias es la cultura tolteca que vivió entre 1000-1200 después de Cristo (Galindo-Tovar, Ogata-Aguilar et al., 2007, p. 447).

1.3. El aguacate según los cronistas, naturalistas y frailes

Al llegar al Nuevo Mundo, los españoles fueron atraídos por la nueva fauna y flora que allí encontraron (Galindo-Tovar, Arzate-Fernández et al., 2007, p. 328). Los cronistas, naturalistas y frailes anotaron sus impresiones en sus diarios, crónicas u otras obras (*ibid.*). En sus obras intentaban describir, identificar o también nombrar nuevas especies, especialmente con propósitos medicinales (*ibid.*). Una de las primeras descripciones del aguacate se la debemos a Martín Fernández de Enciso en su obra *La Suma de Geografía* del año 1519 (*ibid.*). Enciso encontró el aguacate en Yaharo, hoy en día es Colombia (*ibid.*). En su obra describe el aguacate como una naranja y menciona que cuando está lista para comer, su color es amarillento, por lo que parece mantequilla con un sabor maravilloso (*ibid.*). Fernández de Oviedo, apasionado por la naturaleza en el Nuevo Mundo, la describió en su *Sumario de la Natural Historia de las Indias* (Oviedo, 2005, p. 86). A Fernández de Oviedo, el aguacate le pareció como una pera salvaje (Egaña Rojas, 2015 p. 588). En su obra llama al árbol del aguacate peral de Tierra Firme: “En Tierra Firme hay unos árboles que se llaman

perales, pero no son perales como los de España, mas son otros de no menos estimación” (Oviedo, 1950, pp. 215-216). Como vemos, ambos cronistas, Martín Fernández de Enciso y Gonzalo Fernández de Oviedo, no inventan un nombre nuevo o no mencionan el nombre original de esta fruta tan especial y nueva para ellos (González de la Vara, 2016, p. 44). Sin embargo, la describen y comparan con frutas que conocen, como una naranja o una pera (Galindo-Tovar, Arzate-Fernández et al. 2007, p. 328).

En el siglo XVI Francisco Hernández, protomédico de la corte española, fue enviado a la Nueva España por mandato del rey Felipe II (Galindo-Tovar, Arzate-Fernández et al., 2007, p. 329; Galindo-Tovar et al., 2014). El propósito de su misión científica era describir las plantas, animales y minerales desconocidos en la Nueva España (Galindo-Tovar et al., 2014.). Así mismo recabaría información obtenida de los médicos indios y al mismo tiempo satisfaría su curiosidad científica en el Nuevo Mundo (Galindo-Tovar et al., 2014). Entre las plantas, Hernández (1943) diferencia tres tipos de ahoacaquahuitl, aguacate (pp. 88-90).

El primer ahoacaquahuitl es un árbol pequeño que tiene muchas ramas y las hojas son parecidas al roble con el mismo olor que el laurel (Hernández, 1943, p. 88). En el siguiente capítulo, Hernández describe otro árbol de ahoacaquahuitl que le parece a la encina de la que el fruto está colgado (*ibid.*). Este ahoacaquahuitl es de tamaño grande y tiene hojas similares a las del limonero, pero son más verdes, anchas y ásperas con la flor pequeña y amarilla (*ibid.*). La fruta tiene forma de huevo con la superficie de color negro y por dentro verde como manteca grasosa con sabor de nueces verdes (*ibid.*). Las hojas son olorosas, de temperamento caliente y seco, por lo que se emplean en los lavatorios (*ibid.*). Los frutos son agradables al gusto y de calidad nutritiva, grasosa que excita el apetito venéreo y aumentan el semen (*ibid.*). Los huesos blancos de sabor de almendras amargas producen prensado aceite que es parecido al aceite de almendras que “cura el salpullido y las cicatrices, favorece a los

disentéricos con alguna astringencia y evita que los cabellos se partan” (Hernández, 1943, pp. 88-89). Este árbol crece en cualquier región y todo el año (Hernández, 1943, pp. 89). Sin embargo, prospera más en los lugares calurosos y llanos (*ibid.*). Por último, la descripción del tercer tipo es la de un ahoacaquahuitl con hojas pequeñas, tronco y ramas más rojizas y el fruto es más pequeño, como las ciruelas de Damasco (Hernández, 1943, p. 90). El tercer tipo de ahoacaquahuitl crece en lugares no cultivados, montañosos y ásperos (*ibid.*).

Desgraciadamente, el trabajo de Hernández no se publicó por su muerte en el año 1587 (Hernández, 1615). Sin embargo, el fraile Francisco Ximénez, publicó la obra de Hernández con el título *Cuatro libros de la naturaleza y virtudes de las plantas y animales de uso medicinal en la Nueva España* (*ibid.*). La obra no es solo la transcripción de Hernández por Ximénez, sino que Ximénez añadió también sus propias observaciones y conocimientos sobre métodos farmacéuticos (*ibid.*). El cronista Cervantes de Salazar en su *Crónica de la Nueva España* describe que el aguacate se parece al higo pero es más grande (Cervantes de Salazar, 1971; Galindo-Tovar, Arzate-Fernández et al., 2007, p. 328). Cervantes de Salazar (1971) también menciona varias características de esta fruta a siguiente manera:

El aguacate, cuya fructa se llama así, gruesa y negra, mayor que brevas, la cual tiene cuesco; es caliente, ayuda a la digestión y al calor natural; del cuesco se hace cierto aceite y manteca; en la hoja echa la flor, de la cual en la lexía para la barba, por ser muy olorosa, usan los barberos (Cervantes de Salazar, 1971).

No solo los cronistas o naturalistas describen esta fruta especial y nueva para todos de Europa, sino también los frailes que llegaron al Nuevo Mundo con la intención de evangelizar a los aborígenes con la religión cristiana (Oviedo, 2005, p. 73). Entre los frailes, cabe destacar el ya mencionado fraile Francisco Ximénez, que publicó las descripciones de Hernández de fauna americana en las que añade sus propias observaciones y conocimientos

que él mismo obtuvo (Hernández, 1615). En la obra Ximénez escribe que la semilla de aguacate se aplicaba sobre un empeine hinchado, y así se curaba más rápidamente y eliminaba moraduras, y debido a ciertas características astringentes, el aguacate curó la cámara ensangrentada (Galindo-Tovar, Arzate-Fernández et al., 2007, p. 329). Fray Diego de Landa en *Relación de las Cosas de Yucatán* describe el árbol y la fruta del aguacate de la siguiente manera (Galindo-Tovar, Arzate-Fernández et al., 2007, p. 328):

Hay un árbol muy grande y fresco al cual llaman los indios *on*; lleva una fruta como calabacillas grandezuelas de gran suavidad que parece a sabor de manteca y es mantecosa, y es de muy gran mantenimiento y substancia. Tiene gran cuesco y delicada cáscara, y cómese cortado (en) rebanadas como melón y con sal (Olvera Carbajal et al., 2020, p. 3).

En la obra anónima *Suma de visitas de pueblos de la Nueva España, 1548-1550* se menciona, que el pueblo de Aculma utilizaba el aguacate como forma de tributo o pago (García Castro, 2013):

Da de tributo cada ochenta días: ciento y cincuenta y cuatro pesos y más dos paños de cama. Más dan cada día: dos fanegas de maíz; y cuatro gallinas; y cuatro cargas de leña; y un manojo de ocote; y un hazuelo de carbón; y un pan de sal; y ciento y sesenta ajíes; y diez aguacates; y diez tomates (p. 61).

Antonio de Ciudad Real llegó a la Nueva España, más concretamente a Yucatán, en el año 1573 como fraile franciscano, y muchas veces está asociado con Diego de Landa en la conversión de los indígenas de Yucatán (Roys, 1932, p. 118). Ciudad Real (1993, p. 31), escribió *Tratado Curioso y Docto de las Grandezas de la Nueva España*, en la que describe el árbol de aguacate como muy hermoso y alto, pero no muy fuerte. Según el fraile, la fruta contiene gran hueso y poca carne, pero es muy sabrosa y sana (*ibid.*). En la obra *Historia del*

Nuevo Mundo del jesuita Bernabé de Cobo vemos su devoción por la fauna y flora americana en el Nuevo Mundo (Oviedo, 2005, p. 206). Bernabé de Cobo en su obra describe detalladamente tres diferentes tipos de aguacate, o como las menciona Cobo, “paltas” (Galindo-Tovar, Arzate-Fernández et al., 2007, p. 330).

El primer tipo de aguacate es la palta de Yucatán, árbol que tiene un aspecto muy atractivo y su tamaño parece una higuera larga con hojas parecidas a la morera (*ibid.*). También compara el aguacate con otros tipos de diferentes regiones (*ibid.*). En alguna región puede ser tan grande como un calabacín o un limón grande (*ibid.*). El segundo tipo de palta es de Guatemala. No tiene la piel tan lisa que la primera (*ibid.*). Por último, la tercera palta proviene de México y con su tamaño pequeño, color y forma se asemeja a un higo (*ibid.*). Hoy en día ya sabemos, que en Colombia existen tres tipos de aguacates o paltas: mexicana, guatemalteca y antillana (Herrera Ramirez, 2009; Zapata Guzmán et al., 2018, pp. 22-23). Es más que probable que esos tres tipos de aguacate que Bernabé de Cobo describiera, sean exactamente los tres tipos de aguacate que conocemos hoy en día, gracias a su descripción detallada y también por mencionar lugares donde los encontró. El franciscano Bernardino de Sahagún en su *Historia general de las cosas de Nueva España* (Oviedo, 2005, p. 138), describe diferentes tipos de aguacates y además utiliza sus nombres originales como los llamaban los mexicas:

Los árboles llamados ahuácatl o ahuacacuáhuitl tienen hojas verdes y oscuras. El fruto dellos se llama ahuácatl, y son negros por fuera y verdes y blancos por dentro. Tienen un cuesco de dentro, de hechura de corazón. Hay otros ahoacates que se llaman tlacazolahuácatl. Son grandes. Son como los de arriba. Las mujeres que crían no los osan comer porque causan cámaras a los niños que maman. Hay otros ahoacates que se llaman quilahuácatl. La fruta de éstos

también se llama quilahuácatl. Son verdes por fuera. Son muy buenos de comer. Son preciosos. (Galindo-Tovar et al., 2014)

Una de las personas más importantes de la historia de la Nueva España es seguramente el fraile franciscano, Toribio de Benavente, o más conocido por su apodo en la lengua indígena, Motolinia (Oviedo, 2005, p. 93). Motolinia dice que los animales como perros y gatos también pueden comer todos los tipos de aguacate (Galindo-Tovar, Arzate-Fernández et al., 2007, p. 329). Lo pueden comer después de un buen plato de gallina como un hombre satisfecho después de terminar de comer la carne con una aceituna (*ibid.*).

1.4. La definición del aguacate

La RAE nos indica que la palabra aguacate es de género masculino y proviene del náhuatl, *ahuacatl* (Real Academia Española, s.f.). El término *ahuacatl* se puede traducir como “el fruto del aguacate” o también como “testículo” (*ibid.*). Encontramos varias definiciones sobre la palabra aguacate. La primera es la siguiente: “Árbol de América, de la familia de las lauráceas, de ocho a diez metros de altura, con hojas alternas, coriáceas, siempre verdes, flores dioicas y fruto comestible, siempre verdes y fruto comestible” (Real Academia Española, s.f., definición 1). Otras definiciones del término aguacate que presenta la RAE son las siguientes: el aguacate puede ser “fruto del árbol aguacate, esmeralda de forma de perilla” o también “una persona que está floja o poco animosa” (Real Academia Española, s.f. definición 2, 3 y 4). En el Diccionario del español de México, encontramos solo dos definiciones, al contrario con la RAE, que tiene cuatro definiciones (Aguacate, s.f.). La primera definición en el Diccionario del español de México es la descripción del fruto del

aguacate y la segunda es *Persea americana*, el árbol que da el fruto aguacate que proviene de la familia lauráceas (Aguacate, s.f.).

Algunos grupos indígenas que provienen de la cultura maya como poqomchi, poqomam, cakchiquel, quiché, uspanteca y aguacateca tenían un nombre concreto para el aguacate (Gama-Campillo y Gómez-Pompa, 1992). Estas culturas nombraron el aguacate *oj* (*ibid.*). Grupos como los mayas, chucutamanes, tzeltales, tzontil y chnabal nombraron el aguacate *on* (*ibid.*). La cultura huasteca nombró el aguacate *uj* (*ibid.*). El grupo quekchí, *o* (*ibid.*). El grupo kekehi nombró al aguacate *oh*, chicomulcelteca *ou*, el choi *um*, los chorti, chontal y tzontzil *un*, el otomí *ntzani*, los mixes *cuchpa*, zapoteca *yaus*, *yashu ishu* o *isu*, el chibcha *cura*, los tarascos *cupanda*, los aztecas *ahuacatl* y los incas *palta* (Popenoe et al., 1997).

1.5. El uso y la importancia del aguacate en las culturas mesoamericanas

La relación entre las culturas mesoamericanas y los árboles tiene un papel muy importante. Por poner ejemplo, la cultura chontaleña vivía en la cercanía de los bosques porque creían que los dioses vivían allí (Vázquez-Dávila, 2001). Por eso mantenían y conservaban los bosques (*ibid.*). La cultura maya llevó los árboles silvestres a las huertas familiares y el aguacate se convirtió en su alimento básico (Galindo-Tovar, Ogata-Aguilar et al., 2007, p. 447). Los mayas apreciaban de manera especial los árboles, porque creían en la reencarnación de sus antepasados en árboles (Galindo-Tovar, Ogata-Aguilar et al., 2007, p. 447).

Según varios autores (Galindo-Tovar et al., 2014), la relación entre el aguacate y la cultura mexicas la encontramos en el *Códice Mendoza*, manuscrito pintado por azteca tlacuilo (tlacuilo se puede traducir como artista). En el *Códice Mendoza* hay un glifo que representa

Ahuacatlán, ciudad donde abundaba el aguacate (Galindo-Tovar, Arzate-Fernández et al., 2007, p. 327). La palabra del poblado Ahuacatlán proviene de *ahuacacahuitl*, que se puede traducir como “árbol con dentadura en el tallo” o “con un diente en el tronco” y, *tlan* o *calli* como “un lugar, ciudad o poblado” (Teliz, 2000, p. 171). El aguacate servía también como tributo o pago a los mexicas (Galindo-Tovar, et al., 2014). Al utilizar el aguacate como pago de un tributo, nos indica que en esa época el aguacate tenía gran valor para las culturas mesoamericanas (Galindo-Tovar et al., 2014).

Otro ejemplo de la importancia del aguacate lo encontramos en el calendario civil de los mayas, el calendario *Haab* (Galindo-Tovar, Arzate-Fernández et al., 2007, p. 327). El calendario fue creado alrededor entre 800 y 300 antes de Cristo (*ibid.*). En él cual cada mes tiene su propio nombre según los eventos estacionales y relacionados con la agricultura (*ibid.*) El mes catorce está representado con el glifo del aguacate (*ibid.*). La representación del aguacate lo encontramos también en la tumba del rey Pakal. Según varios autores como Galindo-Tovar, Ogata-Aguilar y otros (2007, p. 447), la tumba del rey Pakal en Palenque, Chiapas, México, tiene por los lados del sarcófago diez figuras. Estas figuras representan a los antepasados de Pacal (*ibid.*). Nueve figuras son hombres y una figura representa a una mujer (*ibid.*). Cada figura emerge de la tierra y detrás de cada figura hay un árbol frutal, como por ejemplo cacao o guanábana (*ibid.*). Detrás de la mujer aparece el árbol del aguacate (*ibid.*).

2. Tipos de aguacates

Como describen varios autores (Zapata Guzmán et al., 2018, p. 2; Knight, 2007, p. 13), hay tres distintas subespecies de aguacate: mexicana, guatemalteca y antillana. En la primera imagen vemos tres subespecies de aguacate (Barrientos Priego et al., 1996, p. 193). El primero aguacate de la izquierda es de la raza antillana, el siguiente es de subespecie

guatemalteca y por último, el de la subespecie mexicana. (*ibid.*). La subespecie antillana crece en las selvas de tierras bajas de Centroamérica y en la costa del Pacífico de Chiapas, Guatemala, El Salvador, Honduras, Nicaragua, Costa Rica y en Panamá (Baíza Avelar, 2003, p. 7). En estas zonas hay una temperatura de entre 18 y 26°C y humedad (Gonzales Soto, 2018, p. 8). Su grasa es más o menos la mitad menor que en la subespecie mexicana, alrededor del 5 al 15% (Zapata Guzmán et al., 2018, p. 23). El segundo tipo es la subespecie guatemalteca de las tierras altas del Centro-Oeste de Guatemala (Baíza Avelar, 2003, p. 7). La cáscara es gruesa y así resiste el transporte, por lo que es mejor para su comercialización (*ibid.*). Su contenido de grasa es del 20% y el color verde es más oscuro con el sabor de almendra o nuez (*ibid.*). Por último, la subespecie mexicana proviene de tierras altas de la zona Central de México con un clima subtropical (Zapata Guzmán et al., 2018, p. 22; Baíza Avelar, 2003, p. 6). La subespecie mexicana es especial por su mayor resistencia al frío, a temperaturas debajo de los 0°C (*ibid.*). Sin embargo, las temperaturas de -6 a -9°C ya le causan la muerte (*ibid.*) Aunque los frutos son pequeños, contienen un 30% de grasa, que es la mayor cantidad presente en cualquiera de las demás subespecies (*ibid.*). La cáscara es delgada de color verde claro, con superficie lisa y sabor de nuez (*ibid.*).

3. Las propiedades nutritivas y vitaminas contenidas en el aguacate

La composición química general del aguacate es de un 73.6% de agua, un 1.7% de proteínas, un 1.1% de minerales como hierro, calcio, potasio, magnesio y fósforo, y bajo contenido de azúcares y almidón (Barea Álvares, 2016, p. 26). En cuanto al porcentaje de la materia en grasa cabe destacar los ácidos grasos como oleico, linoleico y palmítico (Illescas et al., 2007, p. 41). En el aguacate encontramos vitaminas como A, D, E y también vitaminas hidrosolubles, que pertenecen al grupo B tales como B1, B2, B3 (*ibid.*). La vitamina E es un

antioxidante que aporta al cuerpo humano estabilidad en las células sanguíneas y también en la fertilidad (Silvia y Sánchez, 2009, p. 16).

Teniendo en cuenta todo lo anterior, podemos afirmar que el aguacate es realmente beneficioso para la salud y también puede ayudar a evitar varias enfermedades, entre las cuales destacan las enfermedades cardiovasculares (Guadalupe Morelos Pulido y Hernández Calderón, 2019, p. 18). Según Fonseca y otros autores (2016, p. 478), por el alto contenido de aceites naturales, vitaminas y minerales en aguacate, lo podemos encontrar en la industria cosmética, en jabones, cremas o champús. Gracias a su alta capacidad antioxidante y al bajo nivel de sodio lo pueden consumir personas que tienen hipertensión (Barea Álvares, 2016, p. 26). La fruta contiene un bajo contenido de azúcar, por lo que el aguacate puede ser útil en la alimentación de una persona que sufre por diabetes (Wang et al., 2015).

4. Los comienzos de la exportación del aguacate

La región de Atlixco, Puebla, fue la región principal que empezó a exportar el aguacate a Estados Unidos, antes de la revolución mexicanas (CEDRSSA, 2017, p. 12). En la segunda imagen, vemos que las exportaciones totales de aguacate entre los años 1972 y 1996 de México empezaron a aumentar (Contreras-Castillo, 1999, p.2). En el año 1990 exportaron casi 20 000 toneladas de aguacate y el auge de la exportación fue en el año 1996 cuando se exportó 80 000 toneladas (*ibid.*). En el año 1986 México representaba sólo 3% del mercado mundial de importaciones y en el año 1997 su participación se había elevado hasta 19% (*ibid.*). En la tercera imagen vemos las exportaciones en toneladas entre los años 2008 y 2009 (Ortega Hernández, 2012, p. 81). En la primera tabla vemos que en el año 2008 el aguacate de Michoacán fue exportado también a Eslovaquia (*ibid.*). Es posible que el aguacate fuera

exportado a la República Checa en estos años también, o por lo menos la exportación aumentara.

La producción alcanzó el 20% desde 2007 hasta 2011 (Fonseca et al., 2016, p. 747.). México alcanzó una producción de 4.4 millones de toneladas en el año 2011 (*ibid.*). Y tres años después, en el año 2015 México cultivó en total un millón seiscientos veinticuatro mil toneladas de aguacate (CEDRSSA, 2017, p.1). Hasta hoy en día, México produce más de 900.000 toneladas de aguacate en un año, de ahí que tres de cada diez toneladas de aguacate que se producen en el mundo sean de producción mexicana (CEDRSSA, 2017, p. 12). Por esto, México se sitúa en el primer lugar de las exportaciones en el mundo (*ibid.*) Especialmente, la mayoría de la producción proviene del estado Michoacán, que aporta el 85.9% de la producción y exportación de aguacate en México (CEDRSSA, 2017, p. 14). Es decir, Michoacán aporta ocho de cada diez toneladas que se producen en México (*ibid.*).

5. El aguacate según los milenials

Al ver varias tiendas de ropa, encontramos diferentes diseños con el aguacate. Los diseños no los encontramos sólo en camisetas, sino también en pijamas, calcetines, pantuflas, ropa interior tanto para mujeres (sujetadores) como para hombres (calzoncillos). *Dedoles*, una tienda comercial y conocida en la República Checa, presenta varios diseños basados en el aguacate en calcetines, ropa interior como sujetador (*Veselá dámská podprsenka Avokádová láska*, s.f.) o calzoncillos (*Veselé pánské trenky Avokádová láska*, s.f.; *Veselé pánské boxerky Avokádová láska*, s.f.) y también pantuflas (*Veselé papuče avokádová láska*, s.f.). La inscripción de esta colección es el amor de aguacate y aguacate divertido (*Dětské veselé ponožky Vtipné avokádo*, s.f.). En esta tienda además encontramos un jersey de Navidad con aguacates y el nombre “amor de aguacate” (*Veselý vánoční svetr Avokádová láska*, s.f.). También se pueden encontrar otros diseños como Avogato, un aguacate con rostro y orejas

como si fuera un gato (UrbanTrend.sk, s.f.); Ayogado, un aguacate que adopta posiciones de yoga y medita (Perfect Dress EU, s.f.) o Avo-Cardio, un aguacate que levanta unas pesas (*ibid.*). Los motivos inspirados en el aguacate los encontramos también en los bloques o diarios del año (Presco Group, s.f.; MegaKnihy, 2019).

5.1. Libros de recetas con el ingrediente aguacate

En las librerías checas encontramos varios libros de recetas, cuyo ingrediente principal es el aguacate. Entre estos libros de recetas cabe mencionar *Prospěšné Avokádo - 40 lahodných, zdraví prospěšných receptů* (*Aguacate beneficioso: 40 recetas deliciosas y saludables*), que trata sobre las recetas de aguacate que son sanas y deliciosas con un beneficio para la salud (Jessop, 2018); *Avokádo (Aguacate)*, libro que contiene 50 recetas deliciosas y fáciles de preparar con este alimento sano y delicioso (Sýkora y Voborová, 2018). De la autora checa, Staabsová (2015), encontramos el libro *Detox - Recepty a rady* (*Desintoxicación - recetas y consejos*), que trata de cómo desintoxicar nuestro cuerpo a través de las recetas de alimentos sanos como es una granola con puré de mango, un cuscús con aceitunas y nueces, un batido de aguacate, plátano y naranja, etc. Recetas de postres en el libro *Veselé avokádo* (*Aguacate feliz*) trata sobre recetas a base de Low Carb (Kajanová, 2019). Es decir, recetas que no contienen azúcar ni harina (*ibid.*). Al llegar a los libros sobre cocina mexicana, encontramos *Moderní mexická kuchařka* (*Libro de cocina mexicana moderna*) en el que podemos descubrir recetas de los platos más conocidos de México (Fordham y Fuentes Cruz, 2020). Entre ellas destacan las más típicas de México como son quesadilla, burritos, tacos o salsas con cualquier modo de preparación (*ibid.*). Entre los ingredientes básicos para preparar platos mexicanos encontramos aguacate, judías o pimientos (*ibid.*). Otro libro de cocina mexicana es *Tacos miluje každý* (*A todo el mundo le encantan los tacos*) de Fordham y Fuentes Cruz

(2019). Trata de cómo preparar varios tacos mexicanos de diversas maneras en la cocina checa (*ibid.*).

En las librerías checas no publican sólo libros de recetas o dietas con aguacate, sino también descubrimos una novela *Trny v čase (Espina en el tiempo)* de Jan Tomeš (2019), en el que la protagonista busca el sentido de vida en esta época llena de comercialismo. Como dice ella misma, no todos los milenials tienen en su cabeza solo el aguacate (*ibid.*). Los autores Raupachova y Lill (2019), en su libro *Nekonečná zelenina (La verdura infinita)* dicen que la mayoría de los restos de verdura o fruta de nuestra comida los tiramos a la basura. Sin embargo, todos estos restos, como son por ejemplo el hueso del aguacate, las raíces de cebolla pueden empezar a crecer otra vez y así podemos plantar nuestra propia verdura de una manera interminable (*ibid.*). El libro *100 nej léčivých potravin (Los 100 alimentos más curativos)* de Bartimeusová (2009), trata sobre los alimentos medicinales y sanos que fortalecen nuestra salud y vitalidad. Según la autora, nuestros antepasados utilizaban estos alimentos para combatir varias enfermedades y problemas de salud (Bartimeusová, 2009). Este libro enseña y muestra los efectos preventivos y curativos de las frutas, las verduras, los cereales, las nueces y semillas, todo ello basado en las últimas investigaciones (*ibid.*). El aguacate por ejemplo potencia la actividad del cerebro (*ibid.*). El libro *Moje první zahrádka (Mi primer jardín)* de la autora Drijverová (2019) está dedicado a aquellos niños que quieran empezar a cultivar sus propias plantas en casa. Hay información sobre el cultivo y cómo plantarlas (*ibid.*). El libro aborda la cuestión, si es posible cultivar el aguacate en nuestras casas, en la República Checa (*ibid.*).

5.2. El aguacate en la industria cosmética

Hoy en día, un montón de productos en la industria cosmética añade el extracto o aceite de aguacate en su composición, como por ejemplo en champús, geles de ducha o mascarillas de pelo para mantener nuestro pelo o la piel hidratada. En algunas farmacias encontramos la marca *Faith in Nature* que vende sus productos con aguacate: un champú (Dr.Max, s.f.a), un gel de ducha (Dr.Max, s.f.b) o un acondicionador (Dr.Max, s.f.c). En la página *Lush* de la República Checa encontramos el jabón para las manos y el cuerpo “Avo good” que tiene la forma de aguacate (*Lush*, s.f.) El jabón se puede dividir por la mitad y dentro lleva un hueso (*ibid.*).

Si buscamos en Internet Dm y ponemos como palabra clave "aguacate", nos aparece un montón de productos que contienen el aguacate. Entre ellos, encontramos una leche hidratante corporal basada en aguacate para la piel seca, una crema para las manos que nos va a hidratar y regenerar la piel con mantequilla de aguacate y aceite de jojoba, igual que la crema para las manos (Dm, s.f.). También hay una crema para uso diario con aceite de aguacate para calmar, regenerar e hidratar la piel seca (*ibid.*). Entre los productos para el pelo encontramos un aceite para el pelo con aceite de aguacate o un bálsamo regenerativo con elementos de aguacate (*ibid.*). Algunos elementos o aceite de aguacate los encontramos también en la cosmética para hombres, un champú para el bigote o un bálsamo para la barba (*ibid.*). En cosmética decorativa los pintalabios o los bálsamo para labios contienen mantequilla de aguacate y los pintaúñas, la espuma de afeitar o el desmaquillador contienen aceite del aguacate (*ibid.*).

Conclusión

Al investigar el origen del aguacate mesoamericano, su dispersión por el continente y los hallazgos más antiguos, conseguimos saber más sobre las primeras culturas mesoamericanas y su uso del aguacate. Gracias a todos estos datos llegamos a saber sobre el comienzo del cultivo del aguacate y su importancia en las culturas mesoamericanas. Muchos cronistas y naturalistas que llegaron al Nuevo Mundo, encontraron el aguacate como una planta nueva que les llamó mucho la atención. El árbol, fruta y hojas de esta planta describieron al detalle en sus obras. De los indígenas aprendieron cómo usar y comer el aguacate, y llegaron a saber sobre sus beneficios para el cuerpo. Para entender mejor por qué el aguacate es tan apreciado también hoy en día, hemos mencionado su composición química y su contenido de vitaminas, por lo que sabemos que el aguacate está lleno de vitaminas y sustancias beneficiosas para la salud. El auge y conocimiento mayor del aguacate llegó con el comienzo de su exportación y, de esta manera, Europa ha conocido y probado “oro verde”.

Después de mencionar el uso del aguacate entre la cultura precolombina en la Mesoamérica y en la República Checa, vemos una diferencia notable. Para las civilizaciones mesoamericanas, el aguacate tuvo un lugar especial en su cultura, como por ejemplo, para los mexicas servía como forma de tributo o pago, glifo del aguacate en la tumba de Pakal o huertas aguacateras alrededor de sus casas. Hoy en día, en la República Checa, el aguacate está relacionado con la vida sana y un estilo de vida equilibrado, no sólo en diseños en las camisetas o calcetines, sino también en los libros de recetas o productos de la industria cosmética. Aunque el significado y simbolismo del aguacate cambió sumamente, vemos que, después de miles años, no ha perdido su importancia y sigue siendo apreciado hasta hoy en día.

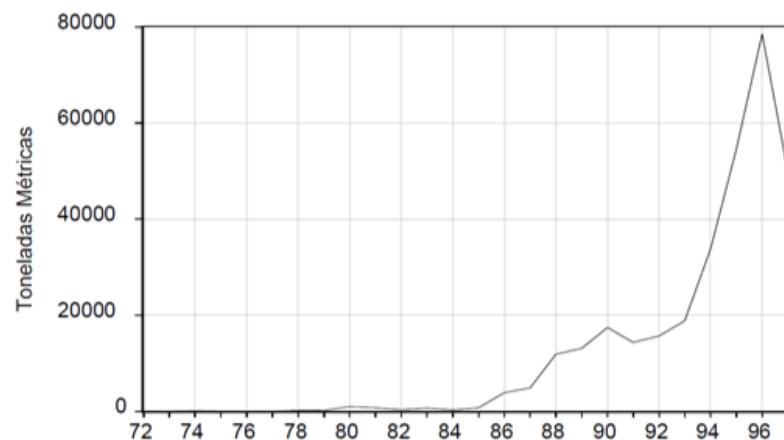
Apéndices

1. Imagen: Tres subespecies de aguacate.



Fuente: Barrientos Priego, et al., p. 193.

2. Imagen: el aumento de exportación entre los años 1984-1996.



Fuente: Contreras-Castillo, 1999, p.2.

3. Imagen: Exportación del aguacate a Eslovaquia en el año 2008.

Destino	2008	% del total
Estados Unidos	181,802.40	63.8
Canadá	38,344.84	13.4
Japón	33,578.35	11.8
Francia	7,940.62	2.8
El Salvador	7,877.48	2.8
Costa Rica	5,703.50	2
Honduras	3,255.47	1.1
Guatemala	3,148.91	1.1
Holanda	1,454.67	0.5
España	533.05	0.2
Inglaterra	408.5	0.1
Hong Kong	370.25	0.1
Otros*	760.55	0.3
Total	285,178.59	100.0

Destino	2009	% del total
Estados Unidos	297,293.94	74.6
Japón	28,427.51	7.1
Alemania	20,495.90	5.1
Canadá	20,435.88	5.1
El Salvador	9,427.70	2.4
Francia	6,211.54	1.6
Costa Rica	5,861.59	1.5
Guatemala	3,981.34	1
Holanda	2,507.69	0.6
Honduras	1,833.38	0.5
España	920.12	0.2
Hong Kong	438.48	0.1
Otros **	557.7	0.2
Total	398,392.77	100.0

* Incluye: Alemania, Bélgica, Corea, Dinamarca, China, Singapur, Eslovaquia, Emiratos Árabes y Suiza.

** Incluye: Bélgica, Inglaterra, Corea, Singapur, Ucrania, Reino Unido, China, Nueva Zelanda y Australia.

Fuente: Ortega Hernández, 2012, p. 81.

Referencias consultadas

- Aguacate. (s.f.). En *Diccionario del Español de México*.
<https://dem.colmex.mx/Ver/aguacate>.
- Baíza Avelar, V. H. (2003). *Guía técnica del cultivo de aguacate*. Santa Tecla Maya.
- Barea Álvares, M. (2016). *Caracterización, capacidad antioxidante y perfil fenólico de frutas subtropicales producidas y comercializadas en la costa de Granada-Málaga* [Doctoral dissertation, Universidad de Granada]. <http://hdl.handle.net/10481/43567>
- Barrientos Priego, A.F., García Villanueva, E. y Avitia García, E. (1996). Anatomía del fruto de aguacate, ¿ Drupa o baya? *Revista Chapingo Serie Horticultura*, 2(2), 189-198.
- Barlow, C. (2001). *The Ghosts of Evolution: nonsensical Fruit, Missing Partners, And Other Ecological Anachronisms*. Basic Books.
- Bartimeusová, P. (2009). *100 nej léčivých potravin*. Slovart.
- CEDRSSA. (2017). *Caso de exportación: el aguacate*. Palacio legislativo de San Lázaro.
http://www.cedrssa.gob.mx/post_caso_de_-n-exportacinin-_el_aguacate-n.htm
- Cervantes de Salazar, F. (1971). Libro primero, Capítulo V. En Manuel Magallón (Ed.), *Crónica de la Nueva España*. Biblioteca Virtual Miguel de Cervantes.
<http://www.cervantesvirtual.com/nd/ark:/59851/bmcrr1s3>
- Ciudad Real, A. (1993). VI. De los árboles frutales que hay en aquella provincia, así traídos de España como de la misma tierra. En J. García Quintana, y V. M. Castillo Farreras,(Eds.), *Tratado curioso y docto de las grandezas de la Nueva España. Relación breve y verdadera de algunas cosas de las muchas que sucedieron al Padre Fray Alonso Ponce en las provincias de la Nueva España siendo comisario general de aquellas partes Tomo I.* (3^a ed., pp. 60-62). UNAM.
https://www.historicas.unam.mx/publicaciones/publicadigital/libros/156_01/tratado_curioso.html

Clark, J. E. y Blake, M. (1989). El origen de la civilización en Mesoamérica: Los olmecas y mokaya del Soconusco de Chiapas, México. En M. C. Macías, *El Preclásico o Formativo: Avances y Perspectivas. Seminario de Arqueología. Dr. Román Pina Chan*, (pp. 385-404). Instituto nacional de antropología e historia.

Contreras-Castillo, J. M. (1999). La competitividad de las exportaciones mexicanas de aguacate: Un análisis cuantitativo. *Revista Chapingo Serie Horticultura*, 5, 393-400.
http://www.avocadosource.com/WAC4/WAC4_p393.pdf

Debouck, D. G. y Libreros Ferla, D. (1995). Neotropical montane forests: a fragile home of genetic resources of wild relatives of New World crops. En S.P. Churchill, H. Baslev, E. Forero, J. L. Luteyn (Eds.). *Biodiversity and conservation of Neotropical montane forests*, (pp. 561-577). New York Botanical Garden.

<https://www.cabdirect.org/cabdirect/abstract/19960608766>

Diamond, J. M. (2005). *Guns, Germs, and Steel: The Fates of Human Societies*. W. W. Norton.

Dm. (s.f.). *Avokádo*.

<https://www.dm.cz/search?query=avok%C3%A1do&searchType=product>

Drijverová, M. (2019). *Moje první zahrádka*. Albatros.

Dr.Max. (s.f.c). *Faith in Nature Kondicionér Avokádo*. <https://www.drmax.cz/faith-in-nature-kondicioner-avokado-400-ml>

Dr.Max. (s.f.b). *Faith in Nature Sprchový gel Avokádo*. <https://www.drmax.cz/faith-in-nature-sprchovy-gel-avokado-400ml>

Dr.Max. (s.f.a). *Faith in Nature Šampon Avokádo*. <https://www.drmax.cz/faith-in-nature-sampon-avokado-400ml>

Egaña Rojas, D. (2015). Comerse las Indias. La alimentación como clave clasificatoria del Nuevo Mundo en la obra de Fernández de Oviedo. *Anuario de Estudios Americanos*, 72(2), 579-604. <https://doi.org/10.3989/aeamer.2015.2.07>

Fernández de Oviedo, F. (1950). Perales en P. Henriquez Ureña (Ed.), *Sumario de la natural historia de las Indias* (pp. 215-216). Biblioteca Americana

Fernández de Oviedo, G. (2007). *Historia general y natural de las Indias, islas y tierra-firme del mar océano. Tomo primero de la segunda parte, segundo de la obra.* Biblioteca Virtual Miguel de Cervantes. <http://www.cervantesvirtual.com/nd/ark:/59851/bmc2f7m2>

Fernández de Oviedo, G. (2011). *Historia general y natural de las Indias, islas y tierra-firme del mar océano. Tomo segundo de la segunda parte, tercero de la obra.* Biblioteca Virtual Miguel de Cervantes. <http://www.cervantesvirtual.com/nd/ark:/59851/bmcsb4c5>

Fonseca Duarte, P., Alves Chaves, M., Dellinghausen Borges, C. y Barboza Mendonça, C. R. (2016). Avocado: characteristics, health. benefits and uses. *Ciência Rural* 46(4), 747-754. <https://doi.org/10.1590/0103-8478cr20141516>

Fordham, B. y Fuentes Cruz, F. (2019). *Tacos miluje každý.* Knihy Fenix.

Fordham, B. y Fuentes Cruz, F. (2020). *Moderní mexická kuchařka.* Computer Press.

Galindo-Tovar, M. E., Arzate-Fernández, A. M., Ogata-Aguilar, N. y Landero-Torres, I. (2007). The avocado (*Persea americana*, Lauraceae) crop in Mesoamerica: 10, 000 years of history. *Harvard Papers in Botany*, 12(2), 325-334. [https://doi.org/10.3100/1043-4534\(2007\)12\[325:TAPALC\]2.0.CO;2](https://doi.org/10.3100/1043-4534(2007)12[325:TAPALC]2.0.CO;2)

Galindo Tovar, M. E., Landero Torres, I., Alejandre Rosas, J. A., Lee Espinosa, H. y Murguía González, J. (2014). El aguacate: su relación con los mexicas. *La ciencia y el Hombre*, 27(2). <https://www.uv.mx/cienciahombre/revistae/vol27num2/articulos/aguacate-relacion-mexicas.html>

Galindo-Tovar, M. E., Ogata-Aguilar, N. y Arzate-Fernández, A. M. (2007). Some aspects of avocado (*Persea americana* Mill.) diversity and domestication in Mesoamerica. *Genet Resour Crop Evol*, 55, 441-450. <https://doi.org/10.1007/s10722-007-9250-5>

Gama-Campillo, L. y Gómez-Pompa, A. (1992). An Ethnoecological Approach for the Study of Persea: A Case Study in the Maya Area. *Proc. of Second World Avoc. Congress*, 11-17.

García Castro, L. R. (2013). *Suma de visitas de pueblos de la Nueva España, 1548-1550.*

Gepts, P. y Papa, R. (2003). *Evolution during domestication*. Encyclopedia of Life Sciences. <https://doi.org/10.1038/npg.els.0003071>

Gondwana. (2015). En *Encyclopedia Britannica*.
<https://www.britannica.com/place/Gondwana-supercontinent>

Gonzales Soto, C. E. (2018). *Cultivo del aguacate (Persea americana Miller)*. Centro Nacional de Tecnología Agropecuaria y Forestal "Enrique Álvarez Córdova".

González de la Vara, M. (2016). El AGUACATE "Peral de Tierra Firme". *Artes De México*, (123), 42-45. <https://doi.org/10.2307/45228144>

Guadalupe Morelos Pulido, Y. y Hernández Calderón, E. (2019). El Consumo de aguacate y sus beneficios para la salud. *Milenaria, Ciencia y arte*, (14), 17-19.
<http://www.milenaria.umich.mx/ojs/index.php/milenaria/article/view/40>

Healy, P. F. (1978). Excavations at Rio Claro, Northeast Honduras: Preliminary Report. *Journal of Field Archaeology*, 5(1), 15-28. <https://doi.org/10.1179/009346978791490013>

Hernández, F. (1615). *Cuatro libros de la naturaleza y virtudes de las plantas y animales de uso medicinal en la Nueva España* [Ed. de Garrido, D.]. Biblioteca Digital Mundial.
<https://www.wdl.org/es/item/7334/>

Hernández, F. (1943). *Historia de las plantas de Nueva España*. Imprenta Universitaria, UNAM. <http://www.ibiologia.unam.mx/plantasnuevaespana/index.html>

Herrera Ramirez, F. R. (6 de enero 2009). *El cultivo del aguacate (Palta), razas y variedades*. Engormix. <https://www.engormix.com/agricultura/articulos/cultivo-aguacate-palta-razas-t27788.htm>

Hodkinson, D. J. y Thompson, K. (1997). Plant Dispersal: The Role of Man. *Journal of Applied Ecology*, 34(6), 1484-1496. <https://doi.org/10.2307/2405264>

Illescas, J. L., Bacho, O. y Ferrer, S. (2007). Análisis de los principales frutos tropicales comercializados. *Distribución y Consumo*, 17(95), 33-85.

Jessop, L. (2018). *Prospěšné Avokádo - 40 lahodných, zdraví prospěšných receptů*. Omega.

Kajanová, T. (2019). *Veselé avokádo: low carb kuchařka*. Projev.

Knight, J. R. (2007). Historia, Distribución y Usos en A. W. Whiley, B. Schaffer, B. N. Wolstenholme (Eds.), *EL PALTO Botánica, Producción y Usos*. Ediciones Universitarias de Valparaíso.

Love, M. (2005). *Los Olmecas en la costa sur de Guatemala*. Conferencias del Museo Popol Vuh, 1-12. <https://popolvuh.ufm.edu/wp-content/uploads/2019/07/Love2005.pdf>

Lush. (s.f.). *Avo Good Easter*. <https://cz.lush.com/products/mydla/avo-good-easter-0>

MacDougall, A. (2003). Did native Americans influence the northward migration of plants during Holocene? *Journal of Biogeography*, 30(5), 633-647. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2699.2003.00842.x>

MacNeish, R. S. (1964). Ancient Mesoamerican Civilization. *Science*, 143(3606), 531-537.

MegaKnihy. (2019). *Diář 2020 - Avokádo - týdenní*. Presco Group.

https://www.megaknihy.cz/diare/372949-diar-2020-avokado-tydenni-13-x-21-cm.html?search_pos=75

Olvera Carbajal, M. A. E. (2020). Retos y perspectivas de la siembra de aguacate en Hueyapan. *El Tlacuache*, (930), 1-5.

Ortega Hernández, A. (2012). *Agricultura y Migración en el Occidente de México*. Panorama.

https://www.mapa.gob.es/ministerio/pags/biblioteca/revistas/pdf_DYC/DYC_2007_95_33_85.pdf

Oviedo, J. M. (2005). *Historia de la literatura hispanoamericana: 1. De los orígenes a la Emancipación* (4^a ed.). Alianza Editorial.

Perfect Dress EU. (s.f.). Bílé tričko bavlněné s potiskem avokádo módní motiv ovoce. <https://www.perfect-dress.eu/bile-tricko-bavlnene-s-potiskem-avokado-modni-motiv-ovoce-s208/>

Presco Group. (s.f.). *Notes Avokádo linkovaný*. <https://www.presco.cz/notes-avokado-linkovaný-13-x-21-cm/>

Raupachová, M. y Lill, F. (2019). *Nekonečná zelenina - Vypestuj si novú úrodu zo zvyškov a odrezkov*. Príroda.

Real Academia Española. (s.f.). Aguacate. En Diccionario de la lengua española. Recuperado en 20 de febrero de 2021, de <https://dle.rae.es/aguacate>

Roys, R. (1932). Antonio De Ciudad Real, Ethnographer. *American Anthropologist*, 34(1), new series, 118-126. <http://www.jstor.org/stable/660932>

Silvia C. V. y Sánchez, A. (2009). Estudio de factibilidad, producción y comercialización del aguacate y sus derivados. [Tesis de maestría publicada]. Escuela Superior Politécnica del Litoral. <http://www.dspace.espol.edu.ec/handle/123456789/7233>

Scora, R.W. y Berg, B.O. (1992). Origin of and taxonomic relationships within the genus *Persea*. *Proceeding of 2nd World Avocado Congress*, 76, 505-514.

Schroeder, C. A. (1968). Prehistoric avocados in California. *California Avocado Society*, 52, 29-34.

Smith, C. E. (1966). Archeological evidence for selection in avocado. *Economic Botany*, 20(2), 169-175. <https://doi.org/10.1007/BF02904012>

Smith, C. E. (1969). Additional notes on Pre-Conquest avocados in Mexico. *Economic Botany* 23(2), 135-140. <https://doi.org/10.1007/BF02860618>

Staabsová, N. (2015). *Detox Recepty a rady*. Slovart.

Sýkora, P. y Voborová, D. (2018). *Avokádo*. Plot.

Taube, K.A. (2004). *Olmec art at Dumbarton Oaks. Dumbarton Oaks (Pre-Columbian art at Dumbarton Oaks)* (2nd ed.). Harvard University Press.

Teliz, D. (2000). *El aguacate y su manejo integrado*. Mundi-Prensa.

Tomeš, J. (2019). *Trny v čase*. Paseka.

UrbanTrend.sk. (s.f.). *Damske tričko s avokádom*. https://urban­trend.sk/products/new-hot-sale-printed-kawaii-cartoon-t-shirt-women-casual-graphics-avocado-avocado-short-sleeved-shirt-women-summer-t-shirt?variant=33424779575395¤cy=EUR&utm_medium=product_sync&utm_source=google&utm_content=sag_organic&utm_campaign=sag_organic

Vázquez-Dávila, M. A. (2001). Etnoecología chontal de Tabasco, México. *Etnoecología*, 6(8), 42-60.

Veselá dámská podprsenka Avokádová láska. <https://www.dedoles.cz/vesela-damska-podprsenka-avokadova-laska>

Veselé dámské kalhotky Avokádová láska. <https://www.dedoles.cz/vesele-damske-kalhotky-avokadova-laska>

Veselé pánské boxerky Avokádová láska. <https://www.dedoles.cz/vesele-panske-boxerky-avokadova-laska>

Veselé pánské trenky Avokádová láska. <https://www.dedoles.cz/vesele-panske-trenky-avokadova-laska>

Veselé papuče Avokádová láska. <https://www.dedoles.cz/vesele-papuce-avokadova-laska>

Veselé ponožky Vtipné avokádo. <https://www.dedoles.cz/vesele-ponozky-vtipne-avokado>

Veselý vánoční svetr Avokádová láska. <https://www.dedoles.cz/vesely-vanocni-svetr-avokadova-laska>

Wang, L., Bordi, P. L., Fleming, J. A., Hill, A. M. y Kris-Etherton, P. M. (2015). Effect of a Moderate Fat Diet With and Without Avocados on Lipoprotein Particle Number, Size and Subclasses in Overweight and Obese Adults: A Randomized, Controlled Trial. *Journal of the American Heart Association*, 4(1). <https://doi.org/10.1161/JAHA.114.001355>

Zapata Guzmán, J. E., Tobón Acevedo, J. D., Patiño Tiria, H. I., Palacios, E. H., Mejía Córdoba, C. A., Marín Zapata, H. D., Alcaraz Machado, C., y Alcaraz Guzmán, E. (2018). *El cultivo de aguacate *persea americana* en el occidente de Antioquia*. Servicio Nacional De Aprendizaje (SENA).