

Los olmecas de San Lorenzo *en una hoja*

Qué comían, cómo se sabe, qué intercambiaban y qué conviene no afirmar en una tarea: una ficha de estudio con las fuentes citadas, un resumen de ocho líneas y cinco preguntas de práctica con respuesta.

DIRIGIDO A Estudiantes de secundaria y prepa	TIEMPO 20 minutos para el primer repaso	INCLUYE Ficha, resumen y 5 preguntas	FUENTES Arqueología Mexicana; UNAM; Hirth et al. (2013)
---	--	---	--

852

PIEZAS DE OBSIDIANA ANALIZADAS

21

CÚPULAS DE MAÍZ ENTRE 1400 Y 1000 A. C.

8

LÍNEAS DE RESUMEN

CONTENIDO

01 Qué comían
Diversificar, no depender del maíz

02 Cómo se sabe
Macrorrestos, polen y fitolitos

03 Qué intercambiaban
Obsidiana, serpentina y espejos

04 Qué no afirmar
Tres cuidados para tu tarea

05 Resumen y práctica
Ocho líneas y cinco preguntas

06 Siguiente paso
Ingreso a bachillerato

01 Qué comían

En los primeros siglos de San Lorenzo, la economía giró en torno a tubérculos y recursos acuáticos del humedal, con ciclos de abundancia y escasez. El éxito olmeca fue diversificar, no especializarse en un solo cultivo (Ann Cyphers, UNAM).

ALIMENTO	QUÉ DICE LA EVIDENCIA
Tubérculos: yuca	Muchos fitolitos de <i>Manihot</i> : pudo ser un alimento importante en los periodos antiguos.
Pescado	Mojarra y juile; cosechas masivas tras las inundaciones.
Tortugas	Tortuga lagarta (<i>Chelydra serpentina</i>) y tortuga pinta (<i>Chrysemys scripta</i>).
Maíz	Conocido, pero escaso: sin evidencia antes de 1400 a. C. y 21 cúpulas carbonizadas entre 1400 y 1000 a. C.

02 Cómo se sabe

TÉCNICA	QUÉ ESTUDIA
Macrorrestos	Semillas, frutos y maderas, casi siempre carbonizados.
Polen (palinología)	Granos microscópicos depositados en el suelo.
Fitolitos	Partículas de sílice que forman las plantas y duran milenios.
Huesos de fauna	Qué animales se comían y cuándo se obtenían.
Residuos en cerámica	Ácidos grasos y biomarcadores en vasijas.
Isótopos estables	Estudio en proceso al publicarse las fuentes citadas.

UN LÍMITE IMPORTANTE

Muchos alimentos no se conservan o dejan huellas muy pequeñas, como los elotes tiernos. La ausencia de evidencia no prueba que algo no se comiera: las conclusiones son provisionales.

03 Qué intercambiaban

Las fuentes describen redes de intercambio de materiales y no documentan moneda. San Lorenzo creció con relaciones de larga distancia hacia Guatemala y el altiplano de México.

MATERIAL	ORIGEN Y DESTINO
Obsidiana	Llegaba de fuentes de México y Guatemala; se analizaron 852 piezas (Hirth et al., 2013).
Serpentina	Hachas bajo el Monumento 21 de San Lorenzo, de Cuicatlán, Oaxaca.
Espejos de mineral de hierro	Dos espejos del yacimiento de Cacaotepec, Oaxaca, llegaron a San Lorenzo.
Caparazones y almejas	De los ríos de Veracruz hacia Oaxaca: tambores de caparazón de tortuga y almejas nacaradas de agua dulce.

04 Qué no afirmar en una tarea

- ☐ No generalices San Lorenzo a toda la historia olmeca: La Venta y Tres Zapotes son de periodos posteriores.
- ☐ No escribas «los olmecas vivían del maíz» como un hecho: en San Lorenzo, los periodos antiguos apuntan a otra cosa.
- ☐ No hables de «moneda» ni de «mercados» olmecas: lo documentado son redes de intercambio.

05 Resumen en ocho líneas

- ☐ San Lorenzo, en Veracruz, fue el primer gran centro olmeca (1400–1000 a. C., según estudios recientes).
- ☐ Su alimentación se basó en la diversificación: tubérculos, pescado, tortugas y otros recursos del humedal.
- ☐ El maíz se conocía, pero hay pocas huellas y ninguna anterior a 1400 a. C.
- ☐ La yuca dejó muchos fitolitos: pudo ser importante en los periodos antiguos.
- ☐ Se sabe por macrorrestos, polen, fitolitos, fauna y residuos en cerámica.
- ☐ Intercambiaban obsidiana de México y Guatemala.
- ☐ Recibían serpentina y espejos de mineral de hierro de Oaxaca.
- ☐ Enviaban a Oaxaca caparazones de tortuga y almejas nacaradas.

05 Cinco preguntas de práctica

Preguntas originales para practicar; no son reactivos de ningún examen oficial. Contesta por escrito y mira la respuesta después.

PREGUNTA

1. ¿En qué sitio se basa la evidencia más detallada sobre la dieta olmeca temprana?
2. ¿Qué cultivo se considera básico en gran parte de Mesoamérica, pero dejó pocos restos en San Lorenzo antes de 1400 a. C.?
3. Menciona dos técnicas con las que se estudia la alimentación olmeca.
4. ¿Qué material importaban desde Guatemala y el altiplano de México?
5. ¿Qué ventaja tenía diversificar los alimentos donde el agua sube y baja sin avisar?

EL SIGUIENTE PASO, CON GUÍA

Ingreso a Bachillerato UNAM e IPN

Programa de WorldBrain México con plan académico basado en diagnóstico, repaso de conocimientos, práctica y administración del tiempo. Historia, geografía y civismo es una de las áreas que se revisan.

- Diagnóstico gratuito, en línea o presencial
- Ejercicio diagnóstico de práctica de 5 reactivos y 90 segundos en la propia página
- Es preparación de estudio: las convocatorias y la asignación de lugares dependen de cada institución

ultravelozmente.com/comipems →

WorldBrain México (UltraVelozmente) · Formación en lectura veloz, memoria, matemáticas, robótica e idiomas desde el año 2000.

ultravelozmente.com · contacto@ultravelozmente.com · +52 (55) 7810-7837

Material gratuito de distribución libre. Puedes compartirlo completo y sin modificaciones.