

# Chilango

revista



La ciudad  
24 horas

DESCÁRGALA EN VERSIÓN DIGITAL

App Store

Google Play

0 8 2 6 8



7 118 24 43 17 8 3 6 1 1 6

\$477M VENTA EXCLUSIVA A MAYORES DE EDAD

# La ciudad 24 horas

Un viaje nocturno por los lugares de la CDMX en los que se desafía al reloj, un homenaje a quienes mantienen viva a la capital cuando el día cambia de nombre y una guía para responder a nuestras necesidades al filo de la madrugada.

POR: ALAN RODRÍGUEZ  
FOTOS: ABEL GONZÁLEZ @aberru.go



Han llegado como quien por fin encuentra una coordenada, pasada la media noche. Sonríen felices entre el aroma a suadero, cebolla y cilantro. Se toman *selfies* frente al local luciendo sus melenas lacias, tan negras como sus chamarras de cuero. Las dos chicas asiáticas celebran haber dado con el número 59 de la calle Bolívar, en el Centro Histórico de la CDMX, ahí donde Los Cocuyos recibe a cualquier hora a comensales ansiosos por probar la fama de esta taquería recomendada por la Guía Michelin.

"Son de suadero, longaniza, tripa... pásele", grita uno de los taqueros en la soledad de la noche, aunque en este establecimiento nunca faltan almas hambrientas. Se atiborra, sobre todo, durante los fines de semana. "Ya cuando llega mucha gente tenemos que abrir la segunda planta", dice Miguel, un chico de acento venezolano que atiende en la caja los jueves en horario nocturno.

Los Cocuyos es una de las muchas alternativas que dan vida y color a la CDMX las 24 horas del día. Esta metrópolis chilanga de plantones, aglomeraciones y elevados IMECAS es también una urbe plagada de misterios y sorpresas sin horario; que no toma pausas, que no duerme.

Y es que a la luz del sol, nuestra capital destaca por su vitalidad y el pulso de millones de pasos, voces, motores y oficios. Pero cuando el día declina, la maquinaria humana no se detiene. Inician o continúan tareas o servicios que animan la jornada nocturna y mantienen funcionando los engranajes de nuestra ciudad. Estas líneas no son solo un recuento sobre la inmensa oferta para la diversión y el ocio, también son una crónica sobre las opciones para atender necesidades y resolver imprevistos; a la vez que un homenaje para quienes hacen posible que nuestra ciudad funcione en medio de un hormigero de rutinas y labores.

Así pues, lo que sigue es para los insomnes, desvelados y curiosos que necesitan o se atreven a explorar la capital mexicana entre las sombras. Desde la hora en que el día cambia de nombre hasta el amanecer.



## Cuando el hambre se desvela

Mientras una parte de la ciudad duerme, otra sigue trabajando: taxistas, personal de salud, meseras, policías, repartidores, guardias, músicos, trabajadoras sexuales, panaderos, reporteros y todas las personas que cruzan la madrugada ganándose la vida. Afortunadamente, la CDMX tiene faros contra el cansancio, el hambre o la sed. Porque si alguien está despierto en la calle, es casi seguro que querrá comer algo. Para estómagos vacíos y en vela, la ciudad tiene sus opciones. La noche no solo es momento para el destrampe. Hay que saber dónde dar con un plato caliente, un café que devuelva el cuerpo al mundo o una mesa para sentarse sin prisa.



### REFUGIO PARISINO

Alta cocina, sopa de cebolla, melómanos y hasta celebridades

En Polanco, en la planta baja del hotel Presidente InterContinental, Au Pied de Cochon es el clásico francés al que puedes llegar a cualquier hora de la noche. Muchos terminan ahí luego de un concierto en el Auditorio Nacional. “Vienen aquí por la comida y el servicio. Es el restaurante que más gente recibe en la zona”, dice un orgulloso Sebastián, capitán de meseros que cubre el horario nocturno. Entre lo más solicitado del menú durante la noche está la sopa de cebolla, que te llega humeante y coronada con queso gratinado. Otro platillo imperdible son los *escargots* (caracoles) de ajo y perejil, con su sabor mineral que encandila la boca.

Au Pied de Cochon se expresa con un acento de *brasserie* clásica. Madera pulida, espejos relucientes, lámparas que cuelgan como joyería antigua, botellas de champán Moët & Chandon entre hielos, y un rojo Burdeos intenso que se expande entre las largas bancas y los respaldos de las sillas. El estilo *art nouveau* parpadea en los detalles: curvas, ornamentos y marcos dorados que te transportan a otra época.

Sofisticado y confortable, el lugar es visitado por todo tipo de celebridades. Incluso las más inesperadas. “Lo vi de frente y quedé impresionado”, dice Hugo, quien meserea ahí desde que el restaurante abrió sus puertas hace 25 años. “No estaba yo seguro, pero después entre los compañeros hablamos y supimos que era él: Mike Tyson”. En ese entonces —hace dos décadas— ya no tenía cinturones de campeón, pero era la figura más mediática y polarizante del boxeo mundial. Uno se pregunta, ¿cómo habrá ido a dar al Au Pied de Cochon?



### PAN CALIENTE PARA TRASNOCHADOS

Una panadería en el Centro Histórico que (casi) nunca cierra

Mientras parte de la ciudad baja la persiana, otra CDMX continúa su jornada, como es el caso de Tahona, con pan dulce, tortas y sus vitrinas que permanecen encendidas. Ideal para un antojo rápido. Edith es la encargada del turno de la noche y asegura que la gente que viene de otras ciudades se sorprende porque no cree que una panadería esté abierta las 24 horas, todo el año: “De los 365 días, solo los días 24 y 31 tenemos servicio ‘únicamente’ de 6 de la mañana a las 10 de la noche”.

Silenciosa y tranquila, la Tahona de noche no para de recibir clientes. Edith asegura que en promedio, por cada noche reciben entre 500 y 600 personas. “Vienen de los bares, de los antros o de acá de Garibaldi, porque tienen un cumpleaños o un festejo y buscan pastel, comida o algún postre”.

Luego de tres años en la Tahona, prefiere la noche para funcionar en una ciudad paralela. Con menos luz y más calma. Es un turno que la desvela y a veces le deja el cuerpo pesado, pero sostiene que hay algo que la anima: el trato con la gente. “A mí me gusta mi trabajo”, dice. Le importa que el cliente se vaya satisfecho. Su recompensa es ese instante en que alguien confirma: “Está muy rico el pan... los pasteles, todo está muy bueno”.

Como mamá, el horario nocturno le permite estar con sus hijas durante el día, pero además le concede un respiro. “En lo personal me gusta porque soy madre. Tengo dos niñas. Entonces la noche es más para mí. Me relaja”, asegura Edith.

### MÁS DE UN SOLO RELOJ

En la CDMX, la noche se rige por autorizaciones. El horario cambia según el giro del lugar: si es de impacto vecinal, con la vida del barrio a unos pasos; o de impacto zonal, donde el desvelo ya es parte del paisaje. De acuerdo con la Ley de Establecimientos Mercantiles para la CDMX, en restaurantes (impacto vecinal), la venta y consumo de alcohol están permitidos de 9:00 a las 2:00 horas del día siguiente. En cambio, en bares, cantinas, antros, discotecas (impacto zonal) el horario base marca operación y servicio de 11:00 a 3:00 y venta de alcohol de 11:00 a 2:30 horas. De domingo a miércoles se recorta una hora, y en la práctica queda servicio de 11:00 a 2:00 y alcohol de 11:00 a 1:30 horas.

## MESA DEMOCRÁTICA CON SAZÓN TRADICIONAL

Donde políticos, tribus urbanas y trabajadores sacian el hambre

A solo unas cuerdas del Café El Popular —que también abre sus puertas las 24 horas para disfrutar café con leche y pan dulce, o unos chilaquiles—, el Café La Pagoda es otro refugio nocturno para calmar la tripa. Recibe a los comensales con una vibra amable que se siente apenas cruza la puerta. “De noche la gente no está tan estresada, y eso hace nuestra labor mucho más sencilla”, dice la señora Elia, responsable del turno que va de las 23:00 a las 7:00 horas. “Además, nuestras instalaciones son sencillas. La gente se siente a gusto. De repente puede estar comiendo por ahí el senador Noroña y a su lado el señor de la basura, o el bolero de la casa”.

En La Pagoda se huele la sazón y la historia de cientos de noches. La barra de granito y la madera gastada de las mesas dan cuenta de jornadas de servicio para comer. El lugar recibe a un público variopinto. No hace distinciones. Gente trasnochada, enfiestada, agotada. Con cadenas, tatuajes, melenas amarillas o rosas, dientes dorados. Darketos, punketos, emos. Personas trans, familias empijamadas, ambulantes solitarios.

Todos cenan en un ambiente familiar y seguro en el que la barra o cada mesa pueden ser un refugio para alimentarse y recobrar el aliento. Los empleados sostienen el ritmo sin prisa, amablemente, con esa paciencia de quien ya vio pasar la madrugada mil veces.

Las opciones en el menú se multiplican con la promesa de satisfacer cualquier antojo. De noche, muchos piden el bistec a la tampiqueña, que se sirve sencillo, acompañado de una enmolada, frijoles refritos y un delicioso guacamole del que al final solo queda un brochazo verde en el plato. Otro platillo solicitado es la costilla azteca, que seduce con su tostado que huele a brasas, y que se transforma en una pequeña pero desafiante taquiza completada con pepinos y rábanos.

Actualmente, como responsable del horario nocturno, doña Elia valora su trabajo como una fuente de vida y un privilegio. Le importa que la cocina mexicana no se diluya en lo moderno y exprés. Por eso insiste en el rigor diario. Aquí “todo es del día y cuando se presume que algo está mal, se desecha”.



Ella prefiere la noche porque “tiene un encanto muy particular”. Y encuentra una ventaja concreta: solo tiene que lidiar por la mañana con el tráfico, ya que su jornada va de las 23:00 a las 7:00 horas. Ese respiro del transporte vuelve el turno nocturno más habitable: menos fricción, más margen para atender, para observar esa clientela sin jerarquías.

Y cuando explica por qué vale la pena tener esta chamba, lo dice convencida de que se trata de “un trabajo muy noble. De los pocos trabajos que tú dices, puedo hacer feliz a otro ser humano, ¿no? Y lo haces feliz con un chocolate o un pan. Y esas manos que trabajan el pan, que trabajan los guisados, pues son manos bien bonitas”. Recuerda la película *Como agua para chocolate* (Alfonso Arau, 1992) y aterriza su idea muy a su manera: “Tu estado de ánimo influye... Entonces, si nuestros empleados están contentos, pues todo sale bien”.

Doña Elia, quien ha trabajado en el café durante 25 años, recuerda un tiempo en que el centro vibraba de noche: “La gente andaba de antro en antro. Pero se quemó el Lobohombo y entonces protección civil empezó a acortar los horarios. Entonces la vida nocturna se apagó”.

La tragedia que recuerda fue aquella del 20 de octubre de 2000, cuando de madrugada un incendio devoró la discoteca Lobohombo, en la colonia San Rafael. El fuego, atribuido a una falla eléctrica en el sistema de iluminación y sonido, encontró combustible en materiales inflamables y avanzó con una rapidez mortífera. Aunque la verdadera condena estuvo en las salidas: algunas estaban cerradas o bloqueadas. Murieron 22 personas y decenas resultaron heridas. Desde entonces, quedó como una cicatriz en la memoria nocturna de la ciudad. Vinieron revisiones más estrictas, horarios recortados y una vigilancia de Protección Civil que, poco a poco, cambió la forma de habitar los bares, antros y madrugadas de la capital.



## Las noches más largas

Para los ánimos de baile y fiesta, la CDMX guarda rincones con pista y sudor. Sobran antros donde el cuerpo se libera de la rutina diaria al compás de ritmos que colman la noche, aunque muchos de estos dejan de dar servicio a una hora en la que la mayoría aún lo necesita. Afortunadamente, también hay lugares en los que se puede llegar al amanecer.

Para muestra está Guilt, en la Roma, que deleita a todo tipo de público con el *show trans Dragaret*, en el que el juego musical se desborda y te pone a cantar aunque jures que “solo ibas a ver”. Ahí, Rodrigo Estrada, el cantante pelón, reta a grupillos de despedida de soltera o parejas celebrando aniversario a empedarse. Mientras, Estefana Ruiz sorprende con una voz portentosa que deja boquiabierto a todo el mundo. Cuando cae

el telón, la terraza es el epicentro de la fiesta. El baile se estira hasta la madrugada. Suenan rolas pop para calentar motores, pero es el reguetón el que al final manda y el perreo el que se impone.

En clave más subterránea está Fünk Club, un sótano donde la noche se electriza. Ahí domina el sonido Funktion-One y una curaduría de electrónica/*house* que te eleva hasta las primeras horas del siguiente día.

El Centro de Salud es otro *spot* al que se puede llegar en el último tramo de la noche. Lo mejor es hacerlo entre las 22:00 y 23:00 horas. A medianoche se atasca, y quizás por eso la puerta deja de recibir gente alrededor de las 2:00 horas. La fiesta no se detiene hasta el amanecer y el cierre completo llega cuando ya toca desalojar.

### LEY ANTITRAGEDIAS

Tras aquella tragedia en Lobohombo, en la capital se endurecieron las reglas para garantizar la seguridad en los espacios de entretenimiento. La normativa es una suma de candados legales y técnicos para anticipar el desastre.

Hoy, la Ley de Gestión Integral de Riesgos y Protección Civil de la CDMX obliga a antros, bares, restaurantes y eventos con aforo a demostrar seguridad: contar con Programa Interno registrado (y revalidado), rutas y planes de evacuación, brigadas, equipo contra incendios, capacitación y póliza. Exige Programas Especiales para espectáculos, con análisis de riesgos y responsables identificables. Autoriza verificaciones y medidas inmediatas (suspensión o clausura) ante riesgo inminente.

### NOCHE VERNÁCULA

Mariachis, postales inolvidables e historias en el centro de la capital

Por encima de ellos, el viento sacude guirnaldas multicolores de papel picado. Se aprietan en un abrazo mientras un grupo de mariachis interpreta un clásico ranchero: “Sabes una cosa / que yo te quiero / que sin ti me muero...” La pareja se balancea; ella no suelta el vaso y él no la suelta a ella.

A unos pasos, tiene lugar otra celebración íntima. Dos chicas de veintitantos años viven su propia fiesta. Celebran el cumpleaños de una de ellas frente al Tenampa. Una banda norteña las rodea interpretando “Las mañanitas”. Ellas brindan e intercambian risas. No hay mesa reservada ni salón privado. A la intemperie, suena el coro conocido por todos. La cumpleañera canta y graba con su celular. Recibe la canción con una mezcla de pena y alegría.

Garibaldi es el epicentro de la fiesta nocturna vernácula y chilanga. Allí llegan sobre todo

foráneos a vivir el “México de noche”, dice Don Javier, uno de tantos músicos dispersos por la explanada en espera de clientes que quieran pagar por música. Los que dejan buen dinero son los turistas nacionales. “Los extranjeros, los gringos, esos nomás vienen a tomarse fotos y se van”, afirma el acordeonista que llegó hace más de 20 años a la meca del mariachi capitalino desde tierras veracruzanas.

En Garibaldi la noche se puede extender tanto como quieras. Puedes empezar en el legendario Salón Tenampa y, si el estómago se inquieta, el Mercado San Camilito sale al rescate con birria, pozole, carne asada y antojitos. También hay que darse tiempo por el Paseo de las Luminarias, con esculturas de leyendas de la música mexicana como José Alfredo Jiménez, Juan Gabriel, Pedro Infante, Javier Solís, Lola Beltrán y más.



### ¿QUÉ REvisa EL INVEA EN LOS ANTROS? OPERATIVOS DE LA NOCHE ES DE TODAS Y TODOS

Para que los establecimientos nocturnos operen conforme a la ley, existe el Instituto de Verificación Administrativa (INVEA), que realiza recorridos en atención a denuncias ciudadanas relacionadas con giros que podrían incumplir la ley. Estos lugares deben contar con uso de suelo vigente, aviso de apertura y permiso (de bajo impacto, impacto vecinal o alto impacto, según corresponda). Las principales causas de una suspensión son:

- Venta de alcohol a menores de edad
- Operar fuera del horario permitido
- Vender bebidas alcohólicas sin autorización
- Carecer de los permisos correspondientes

El INVEA cuenta con la verificación voluntaria, que no genera sanciones, pero ayuda a que los negocios se regularicen antes de un procedimiento administrativo.

Operativos INVEA  
jue-sáb: 18-2 h



## Arte y espacios públicos bajo el manto de la noche

No todo en CDMX exige consumo. Hay lugares donde se puede simplemente caminar bajo la luna o las estrellas. Espacios que invitan a la introspección. Paseo de la Reforma es el corredor natural para caminar pasada la medianoche. Entre glorietas y monumentos, el ruido disminuye a un zumbido sosegado que invita a perderse en los propios pensamientos.

Si lo que buscas es recogimiento, paz y tranquilidad, la Parroquia del Señor del Buen Despacho es un templo siempre abierto en la Del Valle donde uno puede dialogar con el silencio, cuando eso no se puede en casa.

No muy lejos de ahí, en horas nocturnas, el Parque Hundido Luis G. Urbina invita también a bajar el ritmo. Desciendes literalmente a un jardín que parece dejar atrás el bullicio y te deja a solas con árboles, senderos y su famoso reloj floral. El andar te puede llevar por una ruta “arqueológica” con esculturas distribuidas por estilos —Ruta Maya, Olmeca, Oaxaca, Totonaca-Huasteca y del Altiplano—, como si la ciudad escondiera un museo al aire libre. Así, te puedes topar con una réplica de Ehécatl de Calixtlahuaca, dios del viento, y admirar su gesto ceremonioso y mágico, como atravesado por centellas. Y, a unos pasos, dar con una cabeza monumental de rasgos olmecas imponente entre los arbustos.

Muy de noche, al parque le inunda una quietud que puede intimidar un poco. Y también un silencio que apenas se interrumpe por uno que otro ladrido, un cuchicheo o una voz humana que surge por ahí. Es un espacio de veras para desconectarse aunque estés a solo unos pasos Insurgentes, una de las vías más importantes del continente.

La noche también es momento para contemplar y dejarse llevar por lo sugerente de la creación fotográfica. En la CDMX se cuelgan imágenes de gran formato en la calle. Sobre rejas, a lo largo de banquetas o corredores. La primera experiencia de este tipo fue en el lejano año 2002. En lo que hoy es la Galería de las Rejas de Chapultepec se montó la muestra *La Tierra vista desde el cielo* del fotógrafo Yann Arthus-Bertrand. Al paso de los años, este espacio se ha convertido en la exposición nocturna más concurrida de la ciudad.

Existen más galerías a la intemperie, disponibles a cualquier hora. La Cineteca Nacional suele montar expos justo en la entrada por la calle Mayorazgo. En Tlatelolco, el INAH inauguró una exposición permanente junto a la zona arqueológica, como recordatorio de que la ciudad también expone su memoria a cielo abierto.



## Para no quedar varado

Cuando la ciudad entra en su segundo turno, la movilidad es una estrategia y la seguridad es imprescindible, porque el día no acaba cuando terminas tu trago o tus labores, sino cuando llegas con bien a casa.

Para cuando el Metro y otros sistemas de transporte público “se convierten en calabaza”, tenemos al Nochebús, es decir, el servicio de transporte nocturno de la CDMX con rutas de autobuses/RTP y Trolebús. Opera todos los días de 0:00 a 5:00 horas, cuesta \$7 y se paga con la Tarjeta de Movilidad Integrada. Circula por avenidas de alta actividad.

En RTP, rutas como 11A (Aragón - Metro Chapultepec), 57C (Toreo - Metro Constitución de 1917), 76A (Centro Comercial Santa Fe - La Villa), 47A (Alameda Oriente - Xochimilco) y 200 (Circuito Bicentenario) conectan puntos clave. El Trolebús nocturno refuerza vías como Eje Central - Taxqueña e Indios Verdes - Dr. Gálvez. Así, alcaldías como Cuauhtémoc, Benito Juárez, Coyoacán y Gustavo A. Madero quedan unidas por una red que hace viable la ciudad cuando esto parece imposible.

Y aunque no operan toda la noche, es bueno tener en cuenta que las líneas 1, 2 y 7 del Metrobús dan servicio una hora más los viernes y sábados.

Si te desplazas en tu propio auto y de pronto no te fías de cualquier sitio para estacionar, la recomendación es apoyarte en los estacionamientos DePrisa: una red con presencia en zonas de alta demanda que te permite “guardar” el auto y seguir la noche a pie o en transporte. Úsalos como base. Estaciones, te olvidas del parquímetro y reduces el riesgo de dejar el coche a su suerte, a la vez que evitas manejar si tienes cansancio o te echaste unas copitas.

Y es que el azar a veces puede teñir de rojo la noche. Manejar por las calles vacías de la

CDMX puede acarrear la peor de las pesadillas. Sobre todo si te descuidas al volante o te topas con quien no respeta los semáforos y se cruza cuando no debe. “Hay que andar a las vivas”, dice Jonathan David, que se avienta cada noche, de 23:00 a 4:00 horas, a manejar un taxi de aplicación.

Tiene tres años de taxista nocturno y se mueve por el Centro. Llega a realizar hasta 20 viajes en una noche. Sube a muchos que salen de los antros “bien enfiestados” e incluso ya “muy pasados”. Y hasta urgidos. “Muy cachondos, ya quieren llegar a donde van y te piden que te apures”, dice.

“Trabajar de noche no es fácil, pero te acostumbra”, asegura el joven taxista, quien reconoce que también tiene ventajas. “No encuentras tráfico y cuando me siento cansado, pues ya le paro. No tiene uno que pedir permiso”. Sin embargo, tiene claro que manejar de noche tiene sus riesgos, entre gente que se queda dormida y quienes buscan asaltar. Por eso se protege: “No agarro cuentas que no estén validadas. La gente tiene que tener su tarjeta registrada”, señala sobre la aplicación que usa para trabajar.

Su rutina se sostiene con pausas prácticas. “Si me dan ganas de ir al baño, pues me paro en una gasolinera o algo. También me cargo mi botellita”, reconoce. Y cuando pega el hambre, resuelve con lo que haya a la mano: “Pues hay que pararse por un cafecito, un pancito”.

La labor de Jonathan David es clave porque da respuesta a algo básico: la movilidad de las personas cuando casi todo se detiene. Su trabajo asegura traslados para quienes salen de trabajar, terminan una jornada con horas extra o simplemente necesitan moverse sin tener muchas opciones. En ese momento, un taxi puede ser la forma más directa de llegar a casa.

## PROTAGONISTAS DE LA NOCHE CHILANGA

Además de las manos que despachan, miradas que vigilan el camino, voluntades que atienden urgencias, entre los cuerpos que resisten agotadores horarios también encontramos a trabajadores de imprentas de periódicos, personal de limpieza, guardias de seguridad, vigilantes y a quienes laboran en mercados tradicionales como Merced, Tepito y Jamaica, cuyas jornadas se extienden más allá de las convencionales.



De acuerdo con la Secretaría de Obras y Servicios (Sobse), cada noche se recolectan más de 13,000 toneladas de basura en la capital para que la CDMX amanezca como solemos verla.

## EL PULSO MÁS FRÁGIL DE LA NOCHE

La vida que resiste cuando la madrugada duele

La urgencia y la emergencia son situaciones que pueden agregar drama a la noche. Hacerla más oscura. En los hospitales de la CDMX por supuesto que la vida no se detiene y es a estos centros a los que se llega cuando surgen necesidades más apremiantes.

Mariana es médica interna de pregrado en el Hospital General Rubén Leñero, en la alcaldía Miguel Hidalgo, y cuenta que durante las guardias la noche puede acarrear cualquier tipo de situaciones. Por ejemplo, el caso de una paciente que ingresó en lo que se conoce como código 100, que suele referirse al protocolo clínico para atender de urgencia casos de riesgo suicida. “Se aventó de un cuarto piso y falleció”, lamenta Mariana.

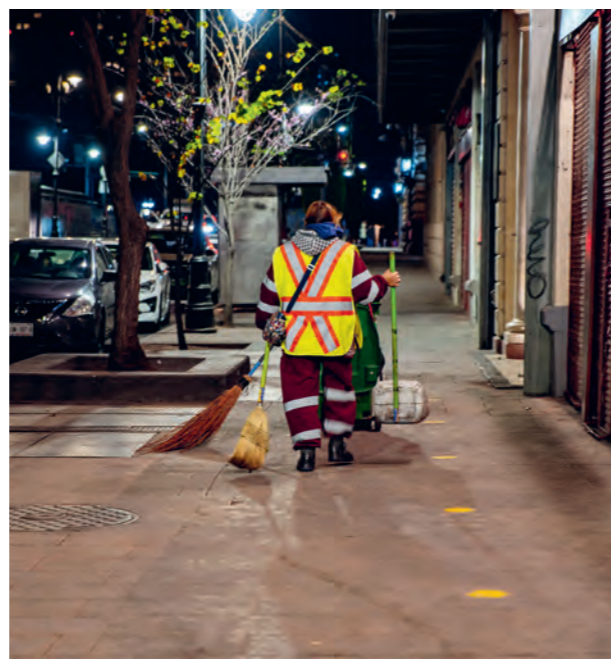
Al Rubén Leñero, como a otros hospitales, llegan muchos códigos 100. “Por ejemplo, otra paciente llegó al servicio de cirugía general porque se cortó el cuello. La intervinieron y estuvo recuperándose dentro de la unidad”.

En una profesión como la de Mariana es fundamental estar capacitada para comunicar a la gente los escenarios más fatales. En la escuela cursó psicología médica, enfocada en cómo dar malas noticias a los familiares de pacientes que corren con la peor fortuna. Pero nunca es suficiente, dice. “Siempre hace falta un curso o un taller para saber dar mejor esas noticias o cómo hacer ese acompañamiento”.

Y además de los escenarios desafortunados, Mariana y sus colegas se enfrentan a otras dificultades. “Una llega a un punto en el que ya no puedes, o sea, ya es demasiado. En ese momento ya no puedes brindar la atención tan bien como lo hacías en las primeras horas. Ya se te va una cosa o se te olvidó preguntar esto. Ya no funcionas igual”, dice la joven médica interna de pregrado que, como muchos médicos, labora en guardias de hasta 33 horas continuas en un hospital.

“En una noche tranquila podemos recibir entre 100 y 150 personas; y ya cuando está más pesado, arriba de 200 o 250”, sostiene sobre las guardias nocturnas, que pueden ser intensas.

Pero a pesar de episodios de cansancio y estrés, a Mariana le gusta lo que hace. La suya es una labor imprescindible para la sociedad e incluso puede ser satisfactoria en lo personal. “Una vez a Urgencias llegó un paciente con una cortada en el dedo. Hice la sutura y, pues bueno, soy mucho de platicar con los pacientes, para tratar de aligerar un poquito su situación. Cuando terminamos, vio su dedo y me dijo, ‘ay, quedó bien bonito’. Fue muy gratificante. Momentos después me llevó un café. Sentí muy lindo”.



## ATENCIÓN Y CUIDADO SIN HORARIO

Una ciudad que responde cuando nuestras necesidades desafían al reloj

Cualquier llamada telefónica recibida en la madrugada de un domingo nunca será buena noticia. Peor si viene de la casa de tus papás. Peor si son viejos. En *La invención de la soledad* (1982), Paul Auster expresó esa misma lógica fatal cuando le avisaron de la muerte de su padre: “Nadie llama un domingo a las ocho de la mañana si no es para dar una noticia que no puede esperar...”.

Lo viví en 2025 cuando mi madre me llamó un domingo de febrero a las 4:00 de la mañana para decirme que mi padre se había caído: “No lo puedo mover”. Salí disparado, manejando como defendiendo una *pole position* y pensando que la vida nos cambiaría a todos para siempre. Además, había que actuar rápido y conseguir una ambulancia.

Para ese tipo de situaciones hay que responder y controlar el nervio. Royal HC es un servicio con ambulancias privadas en la CDMX. Cuenta con 15 años de experiencia y la solicitud de una unidad puede gestionarse desde su sitio web de manera muy rápida. Y es que las emergencias no saben de horarios. Por ejemplo, para esa muela traicionera, la CDMX también tiene puntos donde se mantiene la guardia, como la Clínica Dental

Eolodent. Si es a Firulais a quien le azota una diarrea nocturna, existen alternativas como el Hospital Veterinario Roma, que cuenta con la más alta tecnología y experiencia; o el Hospital Veterinario Moon Care para diferentes casos. Este cuenta con médicos altamente capacitados, laboratorio, imagenología, cirugía y farmacia. En casos críticos, ofrecen monitoreo constante y manejo del dolor.

Y en temas de equilibrio cuerpo y mente, para bajar la ansiedad a fuerza de movimiento, los gimnasios son una salida. Active 24 ofrece opción de entrenamiento en zonas como la Del Valle y Narvarte. Ahí te cruzas con insomnes disciplinados y gente que quiere nivelar el cuerpo. En el mismo mapa de autocuidado está Anytime Fitness (en la Cuauhtémoc), útil para quienes quieren hacer del desvelo algo más que una rutina.

Incesante las 24 horas, la CDMX vive su propio ritual durante la noche. Es una urbe fascinante que invita a recorrerla entre bancos de sombra y huecos de luz. Todo cuenta en sus taquerías, pulquerías y loncherías; en sus olores, colores y vapores; en sus quehaceres, placeres y deberes. Esto se sabe al recorrerla y vivirla.

# Directorio

Para quienes quieran convertir esta lectura en una ruta, aquí va el directorio con los lugares mencionados. Están incluidas otras recomendaciones para extender el paseo, atender necesidades o descubrir esos rincones donde la megalópolis chilanga mantiene los ojos abiertos día y noche.

## COMIDA Y BEBIDA

**Au Pied de Cochon**  
Campos Elíseos 218, planta baja del Hotel InterContinental, Polanco  
lun-dom: 24 h  
IG: @aupieddecochonmx

**Birria Don Chuy**  
Violeta 30, Guerrero  
lun-dom: 24 h

**Café El Jarocho**  
División del Norte 2761  
San Lucas Coyoacán  
lun-dom: 24 h  
IG: @eljarochocafe

**Café El Popular**  
5 de Mayo 50 y 52, Centro  
lun-dom: 24 h  
IG: @cafeelpopular

**Café La Pagoda**  
5 de Mayo 10, Centro  
lun-dom: 24 h  
IG: @cafelapagoda

**Churrería El Moro**  
Eje Central Lázaro Cárdenas 42, Centro  
lun-sáb: 24 h, dom: 7-3 h  
IG: @churreriaelmoro

**Deigo Ramen**  
Insurgentes Sur 724-local A, Del Valle  
Álvaro Obregón 130, Roma Norte  
Hamburgo 70-local A bis, Juárez  
Tlaxcala 165, Hipódromo  
lun-dom: 24 h  
IG: @deigoramen

**El Borrego Viudo**  
Revolución 241, Tacubaya  
lun-dom: 24 h  
IG: @elborregoviudo

**Frutería y Lonchería Ojo de Agua**  
San Juan de Aragón 440, Constitución de la República  
Calle 303 467, Nueva Atzacualco  
Clave 444, Vallejo Poniente  
lun-dom: 24 h

**Lima Limón Lonchería**  
Tamaulipas 194, Hipódromo Condesa  
Camarones 152, Obrero Popular  
Rabaul 418, Azcapotzalco  
Pensilvania 214, Nápoles  
Av. de las Fuentes 28, Lomas de Tecamachalco  
Lindavista 229 esq Lima, Lindavista  
lun-dom: 24 h  
IG: @fruteria.limalimon

**Tacos Chupacabras**  
Río Churubusco s/n (bajo puente)  
Del Carmen  
lun-dom: 24 h

**Taquería Los Cocuyos**  
Simón Bolívar 59, Centro  
lun-dom: 24 h

**Tacos estilo argentino**  
Xola 61, Del Valle Norte  
dom-vie: 24 h, sáb 13-0 h

**Tacos al Fuego**  
Valentín Gómez Farías 23  
Tabacalera  
lun-dom: 24 h  
TikTok: @tacosalfuego1

**Tacos al Fuego 2**  
México-Tenochtitlán 98 esq. José María Iglesias, Tabacalera  
lun-dom: 24 h  
TikTok: @tacosalfuego1

**Tahona**  
Eje Central Lázaro Cárdenas  
esq. Belisario Domínguez, Centro  
lun-dom: 24 h  
IG: @tahonamexico

## TRAGOS Y VIDA NOCTURNA

**All Vaso**  
Venta de alcohol a domicilio a través de su app  
lun-jue: 21-3 h, vie-sáb: 21-6 h  
IG: @allvasooficial

**Centro de Salud**  
Monterrey 136, Roma Norte  
jue-sáb: 19-7 h  
IG: @centro\_de\_saludforo

**Fünk Club**  
Insurgentes Sur 377  
Hipódromo Condesa  
jue: 22-5 h, vie-sáb: 23-5 h  
IG: @funk\_club

**Guilt**  
Coahuila 92, Roma Sur  
vie-sáb: 23-5 h  
IG: @guilt\_nightclub

**Mercado San Camilito**  
San Camilito 25, Centro  
lun-dom: 24 h

**Salón Tenampa**  
Garibaldi 12, Centro  
dom-mié: 13-2 h, jue-sáb: 13-3 h  
IG: @salontenampa

## ESPACIOS PÚBLICOS

**Mercado de Jamaica**  
Guillermo Prieto 45, Jamaica  
lun-dom: 24 h

**Parque Hundido Luis G. Urbina**  
Insurgentes Sur s/n  
Extremadura Insurgentes  
lun-dom: 24 h

**Parroquia del Señor del Buen Despacho**  
Adolfo Prieto y Tlacoquemécatl  
Del Valle Tlacoquemécatl  
lun-dom: 24 h  
IG: @buendespacho

## ARTE Y CULTURA: EXPOSICIONES VIGENTES Y EVENTOS PRÓXIMOS

Festival de Cine de Horror Noctambulante

Isla de las Muñecas, llegada por Pista Olímpica Virgilio Uribe, Cuernavaca  
*Horror Film Camp*, agosto 1, 19-10 h, \$420  
IG: @cinema\_noctambulante

Galería Abierta de las Rejas de Chapultepec

Paseo de la Reforma, 1a. Sección del Bosque de Chapultepec  
*Fragmentos de una ciudad infinita y Mirada de gol: Fotógrafas en la cancha*, hasta julio 19  
lun-dom: 24 h

Galería Abierta de las Rejas de la Cineteca Nacional Real Mayorazgo, Xoco  
lun-dom: 24 h

Galería Abierta Zona Arqueológica de Tlatelolco

Eje Central Lázaro Cárdenas y Av. Ricardo Flores Magón, Tlatelolco  
*Investigación arqueológica en Tlatelolco. La historia en fotografías* (exposición permanente)  
lun-dom: 24 h

## ATENCIÓN MÉDICA, DENTAL Y VETERINARIA

Servicios de ambulancia Royal HC  
lun-dom: 24 h  
IG: @royalhc\_ambulancias

Clínica Dental Eolodent Miguel Ángel de Quevedo 928 Parque San Andrés, lun-dom: 24 h  
IG: @eolodent\_clinica

Clínica Dental Samuel Máximo WTC, Montecito 38, Benito Juárez Urgencias: lun-dom, 24 h  
IG: @clinicasamuelmáximo

Dignity Cuidado geriátrico y enfermería a domicilio 24 horas  
IG: @dignity\_enfermeria\_a\_domicilio

Klinika del Encuentro Cuidado geriátrico y enfermería a domicilio 24 horas  
IG: @laklinikadelencuentro

Hospital Veterinario UNAM-Banfield Antonio Delfín Madrigal s/n Ciudad Universitaria lun-dom: 24 h  
IG: @banfieldmexico

Animal Home Calzada de las Brujas 98, Nueva Oriental Coapa Av. San Jerónimo 397, Tizapán San Ángel lun-dom: 24 h  
IG: @hospvetanimalhome

Centro Veterinario Granados Guillermo Prieto 230, Santa Ana Sur lun-dom: 24 h  
IG: @centro\_veterinario\_granados

Hospital Bive+ Ajusco 45, Portales Norte lun-dom: 24 h  
IG: @bive\_plus

Hospital de Especialidades Veterinarias San Jerónimo San Jerónimo 1431, San Jerónimo Lídice lun-dom: 24 h  
IG: @hospvetsanjerónimo

Hospital Veterinario Médica Animal Diagonal San Antonio 1932 ABC Narvarte Oriente lun-dom: 24 h

Hospital Veterinario MoonCare Marina Nacional 99, Los Manzanos lun-dom: 24 h  
IG: @mxmooncare

Hospital Veterinario Roma Cuauhtémoc 149, Roma Norte lun-dom 24 h  
IG: @hospitalveterinariroma

Hospital Veterinario Zuu Mariano Matamoros 293, La Joya lun-dom: 24 h  
IG: @hospitalveterinario.zuu

## MÁS SERVICIOS

DOMÉSTICOS Cerrajería Mr. Key Viaducto Miguel Alemán 196, Piedad Narvarte Universidad 1200, Xoco Insurgentes Sur 494, Roma Sur Molière 219, Polanco lun-dom: 24 h (servicios de emergencia a domicilio)  
WhatsApp: 56 1497 9813

Electricista y Plomeros AG Servicio a domicilio en Coapa y sur de la CDMX lun-dom: 24 h  
55 7448 3236

FUMIRED - Empresa de fumigación profesional Decorado 65, 20 de Noviembre atención lun-dom: 24 h  
WhatsApp: 55 8234 2831  
IG: @fumiredmx

Electricistas Express Coyoacán, Del Valle y Satélite emergencias lun-dom: 24 h  
www.electricistasexpress.mx

Work Electricistas Todas las alcaldías de CDMX y EdoMex emergencias lun-dom: 24 h  
55 5530 8952

AutHogar Cerrajería Servicio a domicilio lun-dom: 24 h  
56 1947 9813

LIMPIEZA Autolavado Center Plus Calzada de la Viga 667, San Francisco Xilcantongo lun-dom: 24 h

AutoLavado VICMAN Nicanor Arvide, Minas de Cristo lun-sáb: 24 h, dom: 12-22 h

Aquamatic Lavanderías Cuitláhuac 2719, Obrero Popular División del Norte 4541, Ejidos de Huipulco Dr. Andrade 258, Doctores lun-dom: 24 h  
IG: @aquamatic\_lavanderias

Tintorería Bosques Varias sucursales, servicio de lockers para dejar y recoger prendas 24 h  
www.tintoreriabosques.com

ENTRENAMIENTO Anytime Fitness Varias sucursales, lun-dom: 24 h  
IG: @anytimefitnessmx

Active 24 Gabriel Mancera 1357, Del Valle Centro Insurgentes Sur 3655, Miguel Hidalgo 1a Sección La Morena 811, Narvarte Poniente lun-dom: 24 h  
IG: @active24horas

GASOLINERAS Ribera de San Cosme 114, San Rafael lun-dom: 24 h

Morelia esq. Puebla, Roma Norte lun-dom: 24 h

Lucas Alamán 177, Obrero lun-dom: 24 h

A woman with a colorful, braided headband and a black t-shirt is holding a large wicker basket filled with fresh vegetables, including leafy greens, a purple onion, and carrots. She is standing in front of a vibrant, colorful market stall with intricate patterns and bright colors like red, green, and yellow. The background is slightly blurred, showing more of the market environment.

# VOLVER AL ORIGEN

**Paseo dominical por el Mercado Alternativo de Xochimilco, un espacio al sur de la CDMX que une a productores y consumidores en torno al comercio justo, la salud y el sabor auténtico.**

Por: Eunice Lozada Rosillo  
Fotos: Andrea Murcia y Alejandra Rajal

La mañana de un domingo de verano, un pequeño se acercó a tomar la prueba de manzana que le ofrecieron en un puesto del Mercado Alternativo de Xochimilco (MAX). El niño tomó un pedazo con cierto recelo, quizá más acostumbrado a manzanas perfectas y brillantes, lo masticó un poco y luego abrió sus ojitos con sorpresa. De inmediato levantó la cara para confirmar algo que debiera ser obvio, pero no siempre lo es: “Papá, ¡sí sabe a manzana!”.

Esa escena de asombro de sabor suele repetirse con quienes prueban por primera vez los quesos de cabra, la carne de conejo, las hortalizas de las chinampas o las salsas y aderezos que no se encuentran en un centro comercial. Así comienza una de las funciones de los mercados alternativos: recuperar los paladares de sus consumidores.

Fue a mediados del 2021 cuando el equipo, que durante ocho años había organizado el Mercado Alternativo de Tlalpan, comenzó las gestiones con el Parque Ecológico de Xochimilco y la Secretaría de Medio Ambiente de la CDMX para ampliar su propuesta de economía solidaria en otro punto del sur de la ciudad.

La convocatoria, a cargo de Ollin Aguilar y Balbina Pérez, atrajo a cooperativas, proyectos familiares y emprendimientos locales impulsados por campesinos, profesionistas, cocineras y trabajadores interesados en generar o distribuir alimentos agroecológicos y productos sustentables a un precio justo en un espacio semanal. Ellos, junto con sus compañeros de Tlalpan y del Mercado Alternativo a domicilio, conforman el proyecto Mercado Alternativo.

Estos productores se encuentran en el 59% de la superficie forestal y rural que conforma nuestra ciudad, sobre todo en las alcaldías Tlalpan, Milpa Alta, Tláhuac, Xochimilco y, en menor grado, Magdalena Contreras, Álvaro Obregón y Cuajimalpa.

De acuerdo con Ollin, coordinadora del MAX, la inauguración fue el domingo 19 de diciembre del 2021, pocos meses después de la reapertura del Parque Ecológico de Xochimilco. Esa mañana, ella y Balbina organizaron la instalación de las carpas y, aunque tardaron semanas en atraer a más gente, con el tiempo han consolidado ese espacio de venta.



## Concebir otras formas de consumo

Como muchos, Lupita llegó al Parque Ecológico de Xochimilco para hacer ejercicio, pero un día, al final de su caminata, se dio una vuelta por el mercadito para conocer lo que ofrecía. Luego de eso, cambiaron sus motivos para ir al parque: “Al principio venía a correr, pero ahora prácticamente solo vengo al MAX”, afirma mientras platicamos en las mesas dispuestas para el consumo de alimentos.

Poco a poco, el Mercado Alternativo se ha vuelto parte de su rutina dominical; es decir, se levanta temprano, prepara sus cosas y se dirige de la colonia Narvarte a la zona de Cuernavaca. Cuando menciono que “prepara sus cosas” me refiero al compromiso que adquieren los consumidores asiduos de evitar los desechables, por lo que lleva recipientes de plástico o bolsas de reúso, conjunta los envases vacíos para que sean usados de nuevo por los proyectos y hasta carga con una hielera para resguardar los alimentos frescos y las carnes.

¿Seríamos capaces de cruzar las fronteras de nuestra colonia para adquirir los insumos que tanto nos gustan? Lupita lo hace y, si bien le atrae la oferta alimentaria diversa del MAX, ya sabe que de antemano irá por queso, hortalizas, huevo y nopales, productos que podría adquirir a la vuelta de su casa, pero que para ella no tienen el sabor ni la calidad que le ofrecen en el Mercado Alternativo. Lo cierto es que también el precio es diferente.

De hecho, una de las críticas a los mercados alternativos va por el costo de su oferta, usualmente más elevado que el de los productos de la gran industria alimentaria; sin embargo, los mismos productores explican a la gente la razón, misma que Lupita tiene clara: “Prefiero darle mi dinero directamente a quien lo produce que dejarlo a una cadena de supermercados que quién sabe de dónde sean sus alimentos”.

“Lo que pasa es que llegó la masificación y lo que importó fue el precio, no la calidad, no tu salud, pero aquí recuperamos una economía que nos beneficia por igual. De aquí no saldrá el hombre más rico del mundo, pero todos salimos beneficiados a ras de piso”, agrega, contundente.



En la conversación, Lupita recordó que la primera vez que supo algo acerca de los productos alternativos fue con la tienda Green Corner de Coyoacán, pionera desde 2003 al abrir un espacio comercial de artículos y alimentos que tenían como característica un modelo de producción sustentable. Años después, en 2010, abrió el Mercado el 100 en la Roma; y el 2012 fue muy prolífico para el consumo de alimentos orgánicos en la Ciudad de México, pues iniciaron operaciones el Huerto Tlatelolco y el Huerto Roma Verde, referentes para quienes buscan alternativas de consumo y prácticas de agroecología urbana.

En 2013 surgió el Mercado Alternativo de Tlalpan y, en adelante,

este tipo de comercio siguió ocupando más espacios en la capital: se han creado cooperativas de consumo solidario como La Imposible o la de la Unidad Latinoamericana; además, a partir del 2023 el Gobierno de la Ciudad de México impulsó la Red de Mercaditos Solidarios y, en 2025, los Mercados de la Tierra con productores del suelo de conservación de la ciudad. Este 2026 se inauguró la Tienda de la Tierra, de la que existen tres sucursales; y otras tres del programa Del Campo a la Ciudad en las Utopías de CDMX. En otros puntos de la capital existen más proyectos ciudadanos que en patios, cocheras o casas de cultura han abierto sus propios espacios de distribución o venta directa de las y los productores.

## Los productores encuentran su lugar

El 90% de los nopales que comemos en la Ciudad de México viene de la alcaldía Milpa Alta y, de entre toda esa oferta, los que vende Fanny en el MAX son reconocidos por su sabor, resultado de un manejo totalmente orgánico que no necesita otro sello de garantía: a quienes gustan de esa cactácea, les es suficiente probarla cocinada en una ensalada, tortillas o hasta cruda para darse cuenta de su valor.

Conocer nuevos alimentos y reconocer sabores es una experiencia que viven las y los consumidores en los mercados alternativos, pero poco se habla de cómo quienes producen también aprenden a vender y a cocinar. Aunque Fanny lleva muchos años casada con Nelson, un nopalero tradicional de Milpa Alta, fue hasta hace cuatro cuando se involucró en el comercio: “Armamos un grupo de productores y organizamos una venta en San Pedro Atocpan, pero vendimos muy poquito. Fue entonces cuando Ollin contactó a un organizador para invitarnos al MAX. Varios nos animamos para rolar el puesto, a otros no les funcionó porque las primeras semanas no hubo mucha venta y no convenía moverse hasta el parque si no se sacaba el producto. Por eso dejaron el proyecto y solo yo me quedé”.

Fanny, de profesión docente y hasta entonces ajena a la preparación de alimentos, se descubrió también como cocinera de platillos elaborados con los nopales. Al principio se limitaba a vender puro nopal en crudo, pero luego tuvo que meter las manos a la cocina para ampliar su oferta a tacos de guisado, tostadas de ensalada de nopal, tortillas de nopal y más productos derivados que, sin habérselo propuesto en un inicio, comenzó a crear.

Este crecimiento no se dio a solas, sino que fue impulsada por sus compañeras productoras del mercado, con quienes ha intercambiado conocimientos y prácticas de cocina. Fueron Lola (Salsas no Mashas) y Pilar (Chorizos del Pilar) quienes la impulsaron a ampliar su producción. Como ellas, otros productores y productoras han hecho equipo para sostener al Mercado Alternativo a pesar de los vaivenes de las malas rachas tanto económicas como climáticas.

### Recomendaciones del MAX

- **Huevos:** Nido Real
- **Hortalizas y verduras:** Crescen y Olintalli
- **Frutas:** Goicoechea Especies y Frutos Rojos
- **Carne de conejo:** Granja La Victoria
- **Quesos:** El Tapanco
- **Productos de leche de cabra:** La Remigia
- **Botanas:** Churritos de harina de seta de Delencet
- **Productos de amaranto:** Artesanal Santa Cruz
- **Coco natural:** El Mundo de Coco
- **Miel:** Milen
- **Cacao:** CocoCacao
- **Tamales de fruta:** Temporal del Sur
- **Nieves:** Marcito

## Cambio de hábitos

Varias marcas de pequeña producción encontraron en el MAX la posibilidad acercarse a consumidores que crecieron sin cuestionarse de dónde viene lo que comen y cuyo gusto ha sido forjado, desde hace varias generaciones, por las 10 transnacionales que acaparan la industria alimentaria mundial.

Así le pasaba a Edwin quien, acostumbrado a comprar en supermercados, veía con suspicacia los pequeños toldos blancos del MAX cada que acudía al Parque Ecológico con sus hijos. Un día, se dio la oportunidad de conocerlo. “Comencé probando la carne de conejo, que había consumido antes, pero no de manera cotidiana, luego también la miel: es difícil encontrar una buena miel en otros espacios; y algo más común, el huevo. Al comprarlo aquí he puesto atención cuando lo preparo y se nota la diferencia con el comercial, su consistencia, el color parece más aceitoso y bueno, el sabor es mejor. Ahora hago como el 80% de mi despensa aquí cada semana”, reconoce.

Pero no solo el sabor de los alimentos lo convenció de hacerse cliente del Mercado Alternativo. Preocupado por que su hija e hijo deportistas lleven una dieta saludable, y con la seguridad de que estos alimentos aportan más nutrientes, Edwin, de 42 años, les motiva a consumirlos: “En el caso del menor me ha costado trabajo porque ha encontrado sabores distintos; por ejemplo la leche, él dice que está muy concentrada, que tiene un sabor muy fuerte, pero pues es leche de cabra. Sí me cuesta que se la tome, pero me toca explicarle que es más sana y que tiene más proteína”.

Si bien no todo su consumo semanal proviene del MAX, Edwin ya se cuestiona el origen de sus alimentos y comprende la importancia de educar al paladar, algo que quiere transmitir. “Me interesa sacar a mis hijos del consumo de la industria, que aprendan a comer este tipo de productos, más orgánicos, más frescos”, sostiene.





## Ir al mercado para hacer comunidad

Como muchas otras personas, Edwin y Lupita regresan cada domingo al MAX para hacer sus compras; desayunar la variedad de comida preparada y, de paso, platicar un rato con sus vendedores de confianza. En su posición como coordinadora, Ollin se mantiene en el centro del espacio, desde donde ha observado el crecimiento de los proyectos originales y los que se han sumado con el tiempo. Sin dudar, ella atribuye la consolidación del MAX a los vínculos que se han generado entre consumidores y productores, tanto en el punto de venta como en las diferentes visitas agroturísticas a los lugares de producción que han permitido validar y valorar aún más los alimentos que se consumen.

Los mercados siempre han sido lugares de encuentro y discusión pública, por lo que Ollin también ha abierto espacio para el posicionamiento político de los proyectos desde la alimentación: lo vemos con el apoyo a Sabores Nagham, que ofrecen comida palestina en apoyo a los refugiados en nuestro país; o La Zanahoria, donde un equipo elabora conservas, aderezos y bebidas con recetas poco convencionales, preparadas con la merma de frutas o verduras de otros productores, para evitar su desperdicio; y las Mujeres de la Tierra, cocineras milpaltenses que encontraron en el maíz y su comida la posibilidad de tener una vida digna, libre de violencia.

La gente va y viene los domingos de mercado, algunos son consumidores de paso que llegaron al MAX por casualidad y de paseo, pero otros ya saben bien qué buscan. Desde atrás de sus puestos, las y los productores les observan y esperan capturar de nuevo ese instante de descubrimiento en el que la comida sabe a comida.

Parque Ecológico de Xochimilco, dom: 9:30-15:30 h  
IG: @mercadoalternativomx



## Más redes alimentarias agroecológicas

**Tianguis Barrio Tlalpan**  
Un mercadito que desde hace ocho años ofrece alimentos agroecológicos y productos artesanales a la comunidad del centro de Tlalpan.  
Hidalgo 16, Tlalpan, mar: 9-17 h  
IG: @tianguis\_barriotlalpan

**Tianquiskilitl. Mercado de las cosas verdes**  
Mercado de productores del sur de la ciudad, ubicado a un lado de la pista de canotaje en Cuemanco.  
Camellón Central, Pista Olímpica Virgilio Uribe, dom: 9-14 h  
IG: @tianquiskilitl

**Mercado de productores Capital Verde**  
Parte de la Red de Mercados de la Tierra Slow Food.  
Parque de la China, Clavería  
dom: 10:30-15:30 h, IG: @mcapitalverde

**Mercado Flor de Azahar**  
Ofrece productos agroecológicos y gourmet.  
Amores 916, Del Valle, mié: 17-21:30 h  
sáb: 10-15 h, IG: @mercado\_flordeazahar

**Mercadito Tlani Nantli**  
Productos artesanales y alimentos agroecológicos.  
Casa del Virrey de Mendoza  
Benito Juárez 15, Tlalpan Centro I  
vie: 10-18 h, IG: @mercaditotlaninantli

Ruta de la despensa consciente

1 Cuauhtémoc

Cooperativa  
La Imposible  
IG: @cooperativaaimposible  
Foro Tianguis Alternativo  
IG: @forotianguisalternativo  
La Fugitiva  
IG: @fugitivacoop  
Mercado el 100  
IG: @mercadoel100\_  
Multitruেকে Mixihua  
IG: @cmultitruেকে

2 Benito Juárez

Bosque de Agua  
IG: @bosquedeagua.cdmx  
Colectivo Zacahuiztco  
FB: Mawioك  
Mercado del Valle  
IG: @mercadodelvalledmx\_

3 Iztapalapa

Huerto Culhua  
IG: @huertaculhua  
Tlalpan  
Mercado Alternativo  
IG: @mercadoalternativomx



4 Coyoacán

Cooperativa  
Consumo Unidad  
Latinoamericana  
FB: Cooperativa de Consumo  
"Unidad Latinoamericana"  
La Pixca Campesina /  
La Ordeña  
IG: @lacteos\_laordena  
Sembradero  
IG: @sembradero\_cdmx  
Tierra Xitle  
IG: @tierra\_xitle

5 Xochimilco

Mercado Alternativo  
IG: @mercadoalternativomx  
Tianguis Alternativo  
de Tepepan  
IG: @tianguisalternativotetepan





## LOS JUEGOS DEL HAMBRE

PEDRO REYES

IG: @PITERPUNK

### Estefany Palma, cantinera

Conocí a Fanny en Londres junto a Pablo Pasti y Yayo Nava. Gracias a una generosa invitación de José Luis León, le caí como paracaidista a su departamento rentado por tres noches para la celebración de The World's 50 Best Bars en 2021. Apenas llegué, nos saltamos el *small talk*, nos prendimos un gallito platicador en la mesa de la cocina y le dimos rienda suelta a la cagazón de risa. Nos volvimos compas de inmediato.

De regreso en México, las noches en Baltra se volvieron más frecuentes. Las cubas que antes nos preparaba José Luis a Cris Alonso y a mí, se convirtieron en los martinis de Fanny. Siempre al borde de la copa, en el punto exacto de temperatura y total precisión en el perfume del vermut. Mis favoritos, si me lo preguntan. Fue ella quien me enseñó a prepararlos desde la primera vez que me invitaron a servir tragos tras la barra de Baltra, una jornada que terminó en ABBA y "Las de la intuición". Esa noche se fue a presentar con nosotros Fernando Crespo, un tipo de ojos azules que prometió llevarnos a servir una noche de martinis a su bar, en Costa Rica. No solo cumplió su promesa: a la postre Fernando se convertiría en uno de mis más entrañables amigos en esta industria del trago y la matraquita. En Café de Nadie, hicimos —Fanny en la barra y yo en la cocina— dos sábados cantineros en 2023 y 2024. Maridajes de cecina crujiente, *bulls*, quesabirrias, micheladas, tortas de chicharrón norteño, martinis... Yo no me lo explicaba, pero algo habrán visto aquellos que nos invitaron a echar palomazos. Mi amistad con Fanny es extraña, atípica e improbable, pero es genuina. De su posición en la barra no tengo más que respeto.

Hace poco veía yo un video de María Esperanza Landero "Perita", cantinera del mítico Bar Mancera, que la reconocía como la primera *bartender* de México. No pude evitar pensar en chicas como Fanny que mantienen vigente y con toda dignidad el oficio. Lo confirmé la última vez que la vi trepar la barra con una habilidad acrobática —mitad chango, mitad morra— para alcanzar una botella de las repisas superiores. Siempre me gustó ver ese recurso casi gesto técnico que habla de Baltra como el bar de barrio —desenfadado, imperfecto, hermoso— que siempre he pensado que es, y de Fanny como esa cantinera que, ante todo, tiene oficio.

Hace un mes, Fanny anunció su salida de Baltra después de ocho años. Se va en paz, reconciliada con los buenos y los malos momentos. Madura, o en busca de la madurez. Cuando menos, la estabilidad. Aprendió mucho de la gente que la rodeaba —Pablo, Alberto, José Luis— pero también le dejó lo suyo al bar. Los rumores confirmaron que su siguiente parada es en Baldío, donde cargará con un reto completamente diferente a nivel líquido, y para el cual necesita estar preparada (a rifarse, pinche Fanners). Lo hará bajo la batuta de Pablo Usobiaga, un tipo que reconoce sus virtudes y la tiene en gran estima. Me emociona pensar que, de alguna u otra forma, trabajará más cerquita de otra reina de la barra: Mapo Molano. Los sábados cantineros en el Café de Nadie prometen regresar.

El futuro le augura buenas cosas si trabaja con enfoque. La extrañaremos en la isla, pero quién quita y los mil *espresso martinis* que nos tomamos en su barra, los compartamos ahora de este lado. En una mesita del bar que ella ayudó a construir.



## RECETITAS CULTURALES

ANA FRANCIS MOR

IG: @ANAFRANCISMOR

### La riqueza del espacio público

En la Ciudad de México nos gusta lo colectivo. Festejar en colectivo, bailar en colectivo, cantar, reír, andar en bici, hacer olas, romper récords de box, de fut, de bailar "Thriller".

Eso habla del disfrute del espacio público. Las ciudades suelen ser espacios muy atractivos y complejos. Son atractivas por la cantidad de actividades y posibilidades que pueden ofrecer en términos de diversidad. En las grandes ciudades puedes estudiar cualquier carrera, tener acceso a actividades culturales y gastronomía de todo tipo, así como tener contacto con personas de todo el mundo.

La cosa es tener dinero para pagarlo. Vivir en las grandes ciudades es caro por factores que exceden al alcance de este texto. En la Ciudad de México, el transporte público es el más económico del país y de los más baratos del mundo; eso es una ventaja, pero la vivienda es cara. Las desigualdades en el acceso a la cultura tienen mucho que ver con lo territorial. Si las actividades artísticas están lejos del lugar de trabajo o de habitación, el acceso se complejiza.

De ahí la importancia de establecer estrategias para que la cultura sea accesible no solo en términos de lo económico, sino de lo territorial;

de ahí la importancia del espacio público como integrador indispensable de libertades y derechos, entre estos, el derecho a la cultura.

La expresión de las distintas culturas que habitan en una gran ciudad debe poder ser pública; además, eso hace que la urbe en cuestión sea más interesante. El espacio público de la Ciudad de México lleva muchos años en proceso de transformación y cada vez es más común tener artistas que generen bailes en los parques, en las esquinas. El muralismo y el arte gráfico en la calle es cada vez más intenso y experimentado y, por supuesto, los eventos masivos —más allá de los conciertos— también valen la pena.

Es entrañable ver a la gente llegar con la disposición absoluta de divertirse, de formar parte de una colectividad chilanga que le entra a todo, al deporte, al juego, al arte y la cultura, a las albercas, al Mundial, a bailar, a andar en bici con disfraces. Es entrañable ver a las familias reír sin gastar un centavo. A los grupos de personas jóvenes haciendo sus actividades en bola mientras la ciudad —que podría ser el espacio más hostil del mundo— les acompaña a seguir creciendo entre miles de posibilidades de vida.

La cultura en el espacio público genera alegría, la alegría de lo común, el amor de lo común.



## MISCELÁNEA

JORGE COMENSAL

TW: @JORGECOMENSAL

### Canciones para la noche salsera

No me gusta desvelarme pero estoy dispuesto a hacerlo si la salsa me lo impone. Hija migrante del son montuno, hija urbana de la rumba y la guaracha, para muchos un producto bastardo del saqueo comercial de Cuba por parte de las disqueras neoyorquinas, la salsa es una música sabrosa para el baile, *dura* y extenuante en su esplendor, *romántica* en su decadencia y cada vez un poco más reguetonera. Para abordar la noche desde la lírica salsera, quiero repasar cinco canciones que abarcan cinco décadas de buena música latina.

1. "Noche", 1968. Empezamos por una pieza para sibaritas. No para bailar sino para gozar los virtuosos instrumentos de la Fania All-Stars. La compuso el pianista Larry Harlow para el concierto *Live at The Red Garter*. El estribillo repite una profecía que se ha cumplido: "Esta es una noche inolvidable para siempre". La genialidad de esta pieza de siete minutos se articula alrededor del solo de Harlow, un pasaje psicodélico que asciende hasta un paroxismo guajiro, sucio, "inolvidable para siempre".

2. "Nostalgia", 1981. Se grabó en vivo en la cárcel de Bayamón, en Puerto Rico. Marvin Santiago, preso por asuntos narcóticos, canta, con una de mis voces favoritas de la salsa, sobre la desgracia de acostarse a las nueve de la noche mientras empieza la fiesta en libertad. El coro hace eco de su sueño: "Mientras en la noche aquí yo guardo silencio, sé que en mi barrio entonan un guaguancó". Es una

canción entrañable y desgraciada, que habla desde la inmediatez de la experiencia propia.

3. "Primera noche de amor", 1989. Willie Colón, que murió hace pocos meses, se merece un homenaje. En plena fiebre de la salsa romántica sacó el disco *Top Secrets*, donde además de la archiconocida obra maestra "El gran varón" figura otra canción muy digna y ochentera, con sintetizador y saxofón, sobre el carácter inolvidable de un encuentro erótico inaugural.

4. "La noche más linda", también de 1989, aparece en un álbum con un título tan ridículo como su portada: *Sex Symbol*. Es cierto que Adalberto Santiago tiene una voz muy tersa y afinada, pero no creo que un *sex symbol* suela usar corbata roja de moño. La música es convencional, pero la letra es extraordinaria, con rimas arriesgadas como la de "sabia" con "rabia" y versos como estos: "La puerta de espejos nos vio reflejados comiendo, uno a uno, nuestros siete, siete, siete, siete pecados".

5. "Deja la mala noche", 2003. Para aumentar la variedad de esta selección, termino con una salsa cubana de este siglo, del disco *Para bailar casino* de Adalberto Álvarez. Es una pieza de mucho ritmo y energía para armar la rueda de baile casinero, aunque la letra tiene un tufo desagradable de superioridad moral con la que el cantante reprende a una mujer "farandulera" y promiscua a la que la falta de sueño le está pasando factura. A pesar de que no me gusta desvelarme, al escuchar esta canción le doy la razón a ella.

# SUSCRÍBETE



¿QUIERES LLEVAR LA REVISTA EN TU

**CEL O COMPUTADORA A DONDE ESTÉS?**

SUSCRIPCIÓN DIGITAL: \$169.00 POR 12 MESES



**LLÉVATE 15 REVISTAS PAGANDO SOLO 12**

SUSCRIPCIÓN ANUAL: \$564.00



**HTTPS://SUSCRIPCION.CHILANGO.COM/**

# Chilango **revista**