



Ministerio de Educación  
Guatemala



# Conociendo mi PAÍS

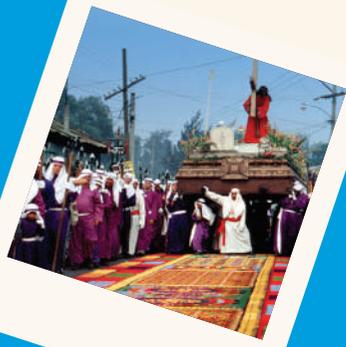
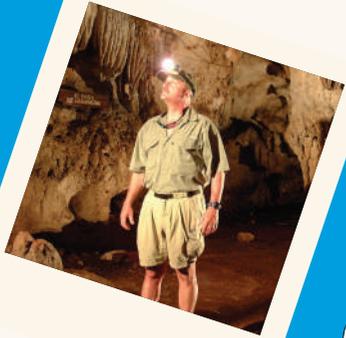
Guía turística para niños



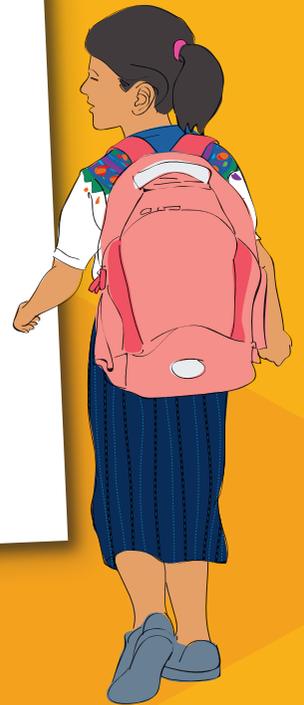
# Índice

Pág.

Introducción .....	01
¿Sabías de dónde viene el nombre de Guatemala? .....	02
Datos generales de Guatemala .....	03
¿Sabías que en Guatemala nació la gran Civilización Maya? .....	08
¿Sabías que Guatemala cuenta con cuatro culturas? .....	12
Costumbres y tradiciones de Guatemala .....	14
Gastronomía guatemalteca .....	16
¿Qué es el turismo? .....	18
Trabajos que genera el turismo .....	20
¿Qué es el turismo sostenible? .....	21
¿Quién es el turista? .....	21
Tipo de turismo que se realiza en Guatemala .....	22
Principales atractivos turísticos de Guatemala .....	28
¿Por qué tratar bien a un turista? .....	34
¿Cómo ser un buen anfitrión? .....	36
Preguntas para ti .....	37
Juegos para ti .....	40
Diploma y carné por haber finalizado la guía turística "Conociendo Guatemala" .....	45
Referencias bibliográficas .....	47



**Actividades para  
todas las edades**



## INTRODUCCIÓN

---

El Instituto Guatemalteco de Turismo -INGUAT- en coordinación con el Ministerio de Educación elabora esta guía dirigida a estudiantes guatemaltecos para que por medio de ella puedan conocer más a su país y así valorar su historia, sus costumbres, sus tradiciones, su gastronomía. También se explica por qué Guatemala forma parte de los países megadiversos del mundo. Además, da a conocer la importancia del turismo para

el país, describe el tipo de turismo que se realiza, así como también actividades, atractivos turísticos y la oportunidad de empleos que genera que un turista visite nuestro país. Para finalizar explica qué es ser un buen anfitrión y por qué es importante dar una calurosa bienvenida a quienes nos visitan. Al completar la guía se le dará un reconocimiento con un diploma y un carné que le acredita como anfitrión de nuestra gran casa que es Guatemala.



## ¿SABÍAS DE DÓNDE VIENE EL NOMBRE DE GUATEMALA?

Quando estoy frente a un  
turista no soy guatemalteco  
**SOY GUATEMALA**

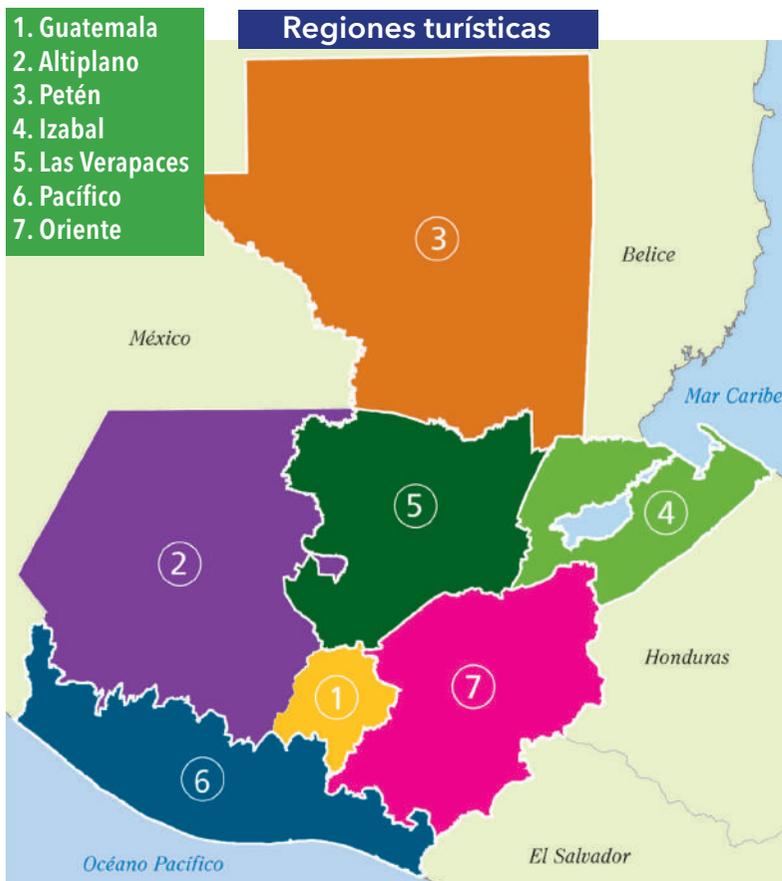
*Guatemala viene del náhuatl:  
Quauhtlemallan, "lugar de muchos  
árboles"; oficialmente, República de  
Guatemala*

Guatemala es un Estado soberano situado en el extremo noroccidental de América Central, con una amplia cultura autóctona producto de la herencia maya y la influencia española durante la época colonial. Se independizó de España el 15 de septiembre de 1821.

La Capitanía General de Guatemala durante la colonia española fue la ciudad de La Antigua Guatemala. Posteriormente se trasladó al Valle de la Ermita, donde se encuentra hoy en día la capital de Guatemala.



## DATOS GENERALES DE GUATEMALA



22 departamentos

340  
municipios

+ de 3,000 sitios  
arqueológicos



**Extensión territorial** 108,889 km<sup>2</sup>  
de los cuales el 31.04% está declarada  
como área protegida.

Se le llama  
**País de la  
Eterna  
Primavera**



porque su  
temperatura  
promedio es  
de 20 °C.

**Marzo y abril**  
son los meses más  
cálidos.

**Diciembre y  
enero** son los  
meses más fríos.



**33** volcanes, de los cuales **3** están activos.

Idiomas nacionales:  
Español, Maya, Xinka y Garífuna  
(Decreto 19-2003)

Moneda:  
Quetzal



Más de 15 millones  
de habitantes



Guatemala produce uno de los  
mejores cafés del mundo, ofrece una gama  
de diferentes sabores y aromas, según la  
región donde se cultiva. Esto lo hace ser  
reconocido a nivel  
internacional.



## CONOCIENDO GUATEMALA

Nuestro país es uno de  
los exportadores más  
grandes de cardamomo y  
arveja china en el mundo.



**Bioma** = parte del planeta que comparte el clima, flora y fauna.

Con 7 biomas  
Guatemala  
cuenta con la mayor diversidad  
natural de

## Centro América

### 14 Ecorregiones

con más del 13% de las especies  
de mamíferos, reptiles, anfibios, aves y  
plantas que son endémicas en la región.

**Endémica** = animal o vegetal propio y  
exclusivo de una determinada zona.



**La flora**  
el 15% de las especies  
que existen en el país son  
consideradas **endémicas**.

## GUATEMALA

país megadiverso

*Se les denomina megadiversos a los países con mayor índice de biodiversidad de la Tierra. Estos países contienen un territorio con diversidad de ecosistemas, fauna, flora, culturas, etc. La palabra megadiverso usa el prefijo **mega** que significa grande y **diverso** que significa de distinta naturaleza, especie o forma.*

En América los países megadiversos son:

México, Guatemala,  
Costa Rica, Brasil,  
Colombia, Ecuador,  
Perú, Bolivia y  
Venezuela, además  
hay cuatro en África y  
seis en Asia.

Se estima que en  
conjunto albergan  
más del 70% de la  
biodiversidad del  
planeta, mientras sus  
territorios ocupan el  
10% de la superficie  
de la tierra.

9  
países  
megadiversos  
América





## 7 Biomas

- Selva tropical húmeda
- Selva tropical lluviosa
- Selva de montaña
- Bosque de montaña
- Chaparral espinoso
- Selva sub-tropical húmeda
- Sabana tropical húmeda

## 7 Humedales Ramsar

- Parque Nacional Laguna Lachuá
- Parque Nacional Yaxha-Nakum-Naranjo
- Parque Nacional Laguna del Tigre
- Punta de Manabique
- Refugio de Vida Silvestre Bocas del Polochic
- Río Sarstún
- Reserva Natural Manchón Guamuchal

## 2 Reservas de Biósfera

Reconocidas por UNESCO en el programa **El Hombre y la Biósfera**

- Reserva de la Biósfera Maya
- Reserva de la Biósfera de Sierra de las Minas

## 3 Patrimonios de la Humanidad - UNESCO

- Parque Nacional Tikal (Patrimonio Cultural y Natural)
- La Antigua Guatemala
- Parque Arqueológico Quiriguá

## 3 Patrimonios Inmateriales - UNESCO

- La Lengua, la Danza y la música garífuna
- La tradición del teatro Rabinal Achí
- El Ceremonial La Pa'ach



# ¿SABÍAS QUE EN GUATEMALA NACIÓ LA GRAN CIVILIZACIÓN MAYA?

La Civilización Maya es comparada por su importancia con las grandes civilizaciones como la Egipcia, Mesopotámica (Sumeria, Asiria, Babilonia), Valle del Indo (India y Pakistán) y China. Todas tienen en común: Gobiernos, organización política y social, grandes centros poblacionales, monumentos arquitectónicos y estilos únicos de arte y escritura, entre otros.

Los Mayas desarrollaron una de las sociedades más densamente pobladas y culturalmente más dinámicas en el mundo. Hoy siguen siendo una cultura viva con mucha tradición, conocimientos, valores, arte, ciencia y tecnología.



## SISTEMA NUMÉRICO

0	1	2	3	4
5	6	7	8	9
10	11	12	13	14
15	16	17	18	19

La Civilización Maya comparte muchas características con otras civilizaciones mesoamericanas debido al alto grado de interacción y difusión cultural que caracteriza a la región. Los Mayas desarrollaron y utilizaron el sistema de numeración vigesimal que contiene, a diferencia de los sistemas romano y egipcio, la concepción del número cero.

## Los Mayas desarrollaron alta astronomía

Las técnicas de observación astronómica que practicaron los científicos mayas son estudiadas por científicos actuales. Su descripción sobre las posiciones del Sol, la Luna y Marte, así como los registros de los eclipses, son importantes para la astronomía contemporánea.

Elaboraron los calendarios más precisos basados en el movimiento de la Tierra, los cuales tenían fines agrícolas, religiosos e investigativos. Hoy el pueblo maya sigue utilizando estos conocimientos en agricultura, medicina, entre otros.

## El juego de pelota Maya

Se comenta en una de las versiones que las reglas del juego consistían en mantener la bola en juego, si se llegaba a caer la pelota era una mala señal, ya que según muchos historiadores la pelota era un símbolo del Sol.

Los aros de piedra eran importantes, ya que se podía conseguir una victoria inmediata metiendo la pelota en el aro. Se podían conseguir puntos simplemente si la pelota tocaba el aro; la pelota de hule en movimiento representaba las trayectorias de los astros sagrados: Sol, Luna y Venus. El ganador del juego era protegido y apoyado por los Dioses.

Los jugadores golpeaban la pelota de caucho con las caderas, codos y rodillas del lado derecho del cuerpo. Se jugaba cuando realizaban actividades religiosas, comerciales o peleas de guerra.



## El Popol Wuj

Es el documento que contiene la mitología y la historia del pueblo k'iche', hasta la llegada de los españoles en el siglo XVI cuando se cuenta la ejecución de los Señores principales Oxib' Kej y B'elejeb' Tz'í. Conocido como el libro del Consejo, que narra la percepción de los Mayas del nacimiento de la vida, es una recopilación de narraciones míticas, legendarias e históricas del pueblo k'iche', está compuesto de una serie de relatos que tratan de explicar el origen del mundo, de la civilización y de diversos fenómenos que ocurren en la naturaleza. Actualmente se encuentra en la Biblioteca Newberry, Chicago.



## Comercio

Se realizaba a base del trueque o cambio, pero también usaban como base monetaria las semillas de cacao, las plumas y otros objetos de valor. Comercian con los productos de la tierra y con objetos hechos con barro cocido, jade y pieles de animales. Para facilitar el comercio construyeron caminos por donde transitaban los cargadores llevando las mercancías de un lugar a otro. Otro medio de comunicación era la navegación por medio de canoas, que fue utilizado por los que vivían cerca de lagos o ríos.

## Arte

El jade fue un material importante para el desarrollo del arte Maya, incluso, era más cotizado que el oro. Los reyes eran enterrados con máscaras fúnebres hechas de jade.

Los arqueólogos describen el arte Maya como lleno de realismo porque transmite su pensamiento acerca de la muerte y sus dioses. Muestra ceremonias, momentos previos a las batallas y el sacrificio final de los prisioneros. La mayor parte del arte Maya ha sido encontrado dentro de las cámaras funerarias. Los mayas practicaron además diversidad de artes como la pintura, la música, la escultura y la literatura.



## TEMPLOS MAYAS

La mayoría de los edificios mayas fueron levantados sobre subestructuras que variaban en altura según el uso a que se destinaba. Hay ejemplos de construcciones que sostenían las terrazas bajas desde 50 centímetros a 2 metros de alto y cuando se trataba de palacios y edificios para habitación, las elevaciones llegaban en algunos casos hasta 45 metros, como por ejemplo el Templo IV de Tikal.

A estas subestructuras se subía por escalinatas anchas y empinadas, construidas en uno o más lados del templo o estructura.

### Períodos Mayas

#### Pre Clásico Maya ( 1,100 a.C. - 200 d.C.)

Se reconoce como el período de influencia Olmeca a Teotihuacana. En este período florecen varias ciudades mayas como las de Kaminal Juyú, El Mirador y Takalik Abaj.

#### Clásico Maya (200 d.C. - 900 d.C.)

Se reconoce como la cúspide del desarrollo de la Civilización Maya. Durante esta etapa Tikal alcanzó su apogeo y se convirtió en uno de los reinos más poderosos de los antiguos Mayas.

#### Post Clásico (900 d.C. - 1,524 d.C.)

En esta etapa se da el colapso de las ciudades mayas y finalmente el decaimiento de la civilización. El fin de este período se marca con el inicio de la conquista española.



Estructuras gigantescas de piedra caliza cubiertas de estuco fueron su sello, construidas desde el período clásico hasta el post clásico.

Los templos eran adornados con mascarones y cestería tallada en piedra caliza y estuco, generalmente pintados de rojo.

Los Mayas construyeron grandes ciudades sin herramientas de metal, bestias de carga o la rueda desde hace más de 3,000 años.

Las ciudades Mayas generalmente estaban divididas en cuartos, cruzadas por dos avenidas y orientadas Este-Oeste y Norte-Sur.



## ARQUITECTURA MAYA

Los monumentos más notables son las pirámides que construyeron en sus centros religiosos, junto a los palacios de sus gobernantes, lugares de gobierno y residencias de los nobles, siendo el mayor encontrado hasta ahora el de Cancuén, en el sur de Petén, en donde muchas de sus estructuras estaban decoradas con pinturas murales y adornos de estuco.

Otros hallazgos arqueológicos importantes incluyen las losas de piedra tallada usualmente llamadas estelas (los mayas las llamaban Tetún o tres piedras), que describen a los gobernantes junto a textos logográficos que muestran sus genealogías, victorias militares, y otros logros. La cerámica maya está catalogada como una de las más variadas, finas y elaboradas del mundo antiguo.

La gente común en las ciudades y aldeas mayas vivían en chozas de bajareque y paja, llamadas Naj. Generalmente eran construidas en grupos de cuatro con una pequeña plaza al centro. Las casas contaban con dos cuartos, siendo el delantero el lugar para socializar y el posterior para dormitorio. Tenían piso de estuco de tierra, debajo de ellas generalmente se encuentran tumbas de ancestros, y en la parte posterior, un basurero que servía para hacer abono, los que han sido clave para aprender acerca de la vida diaria de los mayas.



## ¿SABÍAS QUE **GUATEMALA** CUENTA CON CUATRO CULTURAS?

### Maya



### Xinka



Actualmente Guatemala cuenta con descendientes de los mayas que conforman distintas comunidades lingüísticas.

El Pueblo indígena es el más numeroso en Guatemala representando más del 40% de la población y está conformado por 22 comunidades lingüísticas. Su cultura actual siempre ha conservado sus tradiciones, costumbres ancestrales como lo son la espiritualidad maya, artesanía, forma de vivir, gastronomía y trajes regionales. Además sobresale el arte milenario del bordado que se ve reflejado en los textiles elaborados.

La historia del pueblo Xinka se remonta al año de 1575. Los conquistadores españoles hallaron a 15 mil personas provenientes de este pueblo, todas ellas dispersas en lo que hoy por hoy es Jutiapa y Santa Rosa. Actualmente es el pueblo más pequeño ya que cuenta con pocos descendientes, de hecho se estima que tan solo el 10% de la población guatemalteca aún tiene por idioma el Xinka, siendo en su mayoría ancianos. Esto ocurrió principalmente por el traslado de la población a otros lugares.

## Garífuna



El pueblo Garífuna se estableció en Guatemala hace varios siglos y está concentrado específicamente en Puerto Barrios y Livingston, Izaabal. Hoy es una riqueza cultural del país.

Los garífunas se caracterizan por su música, la cual tiene un estilo animado con tambores y es reconocida con el nombre de Punta, al igual cuentan con una gastronomía tradicional donde el coco es uno de los ingredientes más importantes, lo cual la hace ser única en la región.

## Ladina



El ladino es una combinación de cultura indígena e hispana y se refiere a la población hispanizada. Este término se usó para describir a la población que no era española ni tampoco indígena, ya que estos eran hijos de ambos o descendientes de un hijo nacido en el seno de ese matrimonio. Su idioma oficial es el español.

El pueblo ladino se encuentra representado en todo el país, con mayor presencia en la capital, en los departamentos de oriente, el norte y la costa sur. Las costumbres y tradiciones de los ladinos se ven reflejadas en la gastronomía, festividades, bailes, danzas, ceremonias y actividades culturales.

# COSTUMBRES Y TRADICIONES DE GUATEMALA

## Las posadas

El Santo Hermano Pedro introdujo las posadas en La Antigua Guatemala. Todas las celebraciones de Nochebuena son precedidas por ellas, las cuales son costumbres muy difundidas. La celebración de las posadas se lleva a cabo del 16 al 24 de diciembre. Estas consisten en llevar de visita a las imágenes de San José y la Virgen María de casa en casa siendo recibidas con un rezo. Al concluir el rezo, se sirven tamales de cambray, chuchitos, tamales rojos, tamales negros y paches, entre otros, acompañados de bebidas como el ponche, el batido, el chocolate y el café.

## Las leyendas

Guatemala es un país donde las leyendas y los misterios forman parte muy importante de su cultura ya que cuentan historias de personajes que son reconocidos por situaciones extrañas y que se han convertido en tradiciones en cada uno de sus departamentos. Las más reconocidas son: La Llorona, El Cadejo, El Sombrerón, La Tatuana y La Siguanaba.

## La Semana Santa

La Semana Santa en Guatemala se celebra en los meses de marzo o abril, iniciando con la salida a la calle de manifestaciones de fe llamadas procesiones, las cuales consisten en andas e imágenes religiosas de la Pasión de Cristo y la Virgen María. Estas son llevadas en hombros por períodos de hasta dieciocho horas. Las procesiones se elaboran y decoran con mucha dedicación varios meses antes de su recorrido. Esta tradición va acompañada de alfombras de aserrín, las cuales también demuestran el arte a través de sus hermosos diseños. Se suman al colorido de esta tradición, distintos tipos de trajes de cucuruchos que utilizan los cargadores.

*Guatemala es uno de los principales destinos culturales del mundo. Sus tradiciones populares formadas con el paso de los siglos, desde el legado Maya, las tradiciones de la época colonial y las nuevas de la época contemporánea, se fusionan en este hermoso país. Entre las costumbres y tradiciones más importantes tenemos:*



Posadas



Leyendas de Guatemala



Procesiones



Barriletes gigantes

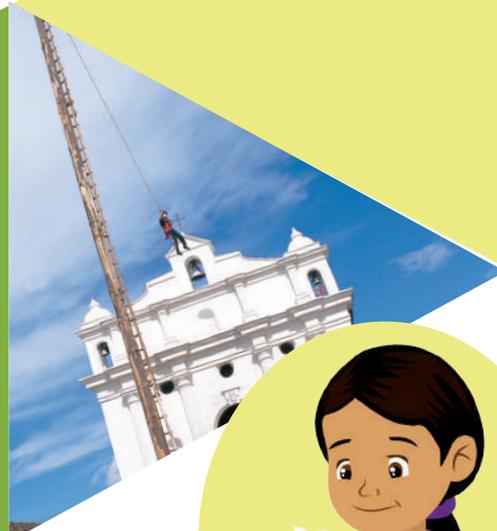
## Los barriletes

El uno de noviembre, Día de Todos los Santos, se elevan al cielo barriletes gigantes con mensajes para los antepasados. Esta tradición se puede observar en Sumpango y Santiago Sacatepéquez.

## Fiestas patronales

Son celebraciones en honor al santo patrón de la localidad. En estas fechas se puede observar coloridas procesiones, juegos y bailes tradicionales, además se puede degustar deliciosa comida típica del lugar.

Los sones, bailes y danzas folklóricas en Guatemala se transforman en la expresión artística que en algunos casos comunica nuestra historia. Estos van acompañados con música de instrumentos como el tun, la chirimía y la marimba, lo cual ha sido una constante por los siglos. Un ejemplo son el Baile del Venado, el Baile de los Moros, Paa-Banc, entre otros.



## Quema del torito

Esta tradición se puede apreciar en muchos departamentos del país y se originó cuando los españoles después de la conquista introdujeron los juegos pirotécnicos para las celebraciones religiosas.

Esta consiste en utilizar una armazón de madera o de alambre llamada torito, cubierta de coheteros y cachinfiles encendidos, con la cual una persona corre a los demás espectadores.



# GASTRONOMÍA GUATEMALTECA



*La gastronomía de Guatemala se caracteriza por la fusión de dos grandes culturas. Su situación geográfica y topografía que es muy variada, con costas en los océanos Atlántico y Pacífico, praderas, bosques y montañas, con mucho sol y agua durante todo el año, es fuente de una gran variedad y disponibilidad de ingredientes, los cuales son utilizados para la preparación de deliciosos platillos.*

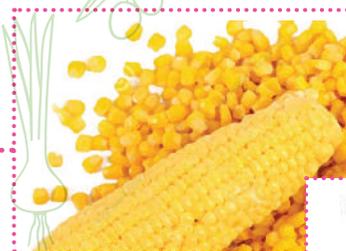
La llegada de los españoles a Guatemala a principios del año 1524, marcó el nacimiento de una centenaria tradición culinaria, producto de la mezcla de las costumbres alimenticias de los indígenas descendientes de los diferentes pueblos mayas y la gastronomía de España.

La gastronomía guatemalteca tiene como una de sus bases **el maíz**, contando con gran variedad de platillos en los que es indispensable el uso de esta gramínea, o como el tomate utilizado en la elaboración de los diversos recados y chirmoles.

**El chile:** ingrediente de uso moderado, utilizado más en unas regiones culturales que en otras. Algunos chiles son indispensables para ciertas recetas como los chiles guaque, pasa, dulce y zambo.

**El frijol:** es otro ingrediente primordial, siendo el más consumido el frijol negro que forma parte de la dieta cotidiana en los hogares guatemaltecos, pero también se consume el frijol colorado y el frijol blanco, así como algunas variedades de frijol pinto denominadas piloyes.

Maíz



Chile  
guaque



Frijol



**Las semillas:** la pepita de ayote o el ajonjolí que se usan para espesar y sazonar diversos platos, o las semillas del cacao que también se emplean en recetas ceremoniales de los pueblos Mayas.

Las hierbas de olor se utilizan para la sazón de muchos platos, tal es el caso del perejil, cilantro, hoja de verbabuena o el zamat.

Otra parte de la comida tradicional de Guatemala es la **gastronomía garífuna**. En ella se mezcla el coco, el banano y el plátano verde con frutos del mar. Uno de sus platos famosos es el llamado Tapado.



## PLATOS ESPECIALES

El Gobierno de Guatemala el 7 de noviembre de 2007 declaró como Patrimonio Cultural Intangible de la Nación cinco platos típicos. Dichos platos constituyen las primeras creaciones de arte culinario en formar parte de la herencia cultural del país. Son una fusión de la cocina precolombina con ingredientes de origen hispano-árabe:

### Jocón

Es un caldo verde de carne de gallina con papa y verduras.

### Pepián

Es un guiso tradicional guatemalteco de origen prehispánico, este se servía en las ceremonias religiosas mayas. El plato consiste en un recado rojo o negro al que se le agrega carne de cerdo, pollo o costilla. Además tiene ingredientes como el chile gUAQUE, chile pasa, pepitoria verde, los cuales son tostados y esto es lo que le aporta el sabor característico al platillo.

### Plátanos en mole

Es un postre que se prepara con plátanos maduros, chocolate, ajonjolí y canela.

### Kaqik

Es una comida ancestral de ascendencia prehispánica. Se elabora con pavo, "chunto o chompipe", tomate de árbol, miltomate, ajo, canela, clavos de olor y pimienta. Todos los ingredientes son asados, luego hervidos y perfumados con hojas frescas de zamat. Puede ser acompañado con tamalitos blancos envueltos en hoja de plátano y una bebida de cacao.