



**"2024. Año del Bicentenario de la Erección del Estado Libre
y Soberano de México"**

COMUNICADO DE PRENSA / 056
18 DE FEBRERO DE 2024

Los temazcales del Estado de México destacan entre los atractivos turísticos de la entidad

- *Esta práctica prehispánica trae beneficios a la salud física y mental.*
- *Los destinos que ofrecen este ritual son Acolman, Teotihuacán, San Martín de las Pirámides, Otumba, Temascalapa, Temascalcingo, Villa del Carbón, Malinalco e Ixtapan de la Sal.*

TOLUCA, Estado de México.- Los Pueblos Mágicos, con Encanto y municipios con vocación turística conservan sus orígenes e identidad, a través de rituales prehispánicos como los tradicionales temazcales, por lo que la Secretaría de Cultura y Turismo fomenta la permanencia de esta actividad, al invitar a visitantes nacionales y extranjeros, a realizar este rito ancestral de turismo de salud.

En el Estado de México, los principales destinos que ofrecen temazcales y que conservan paso a paso la práctica de los antepasados son Acolman, Teotihuacán, San Martín de las Pirámides, Otumba, Temascalapa, Temascalcingo, Villa del Carbón, Malinalco e Ixtapan de la Sal.

La palabra temazcal viene de la lengua náhuatl y significa literalmente casa de calor. Cosmológicamente representa el interior de la Tierra y un lugar de tránsito entre el mundo de los vivos y el inframundo. Se le concibe como la entrada al más allá.

El baño prehispánico se realiza en un tipo de choza, por lo general redonda, hecha de tierra y ladrillo, que tiene entre dos y cuatro metros de diámetro, con una apertura pequeña para entrar.

En el centro se coloca la hoguera o tlachinolli -ombligo del temazcal- donde el temazcalero o guía, coloca piedras volcánicas, previamente calentadas en una hornilla de leña -tlexictli-, así como agua y diversas hierbas medicinales.

Este recinto debe reunir los cuatro elementos: aire, agua, fuego y tierra y tiene una duración aproximada de 40 a 60 minutos. Previamente se realiza un ritual que está dirigido a la Madre Tierra, en la que se utiliza copal.





**“2024. Año del Bicentenario de la Erección del Estado Libre
y Soberano de México”**

Algunas recomendaciones previas al ingresar al temazcal son llevar ropa adecuada, comer ligero y relajarse. En algunos rituales, los temazcaleros tocan el caracol y en otros casos hay música prehispánica ambiental.

Entre los beneficios que ofrece el temazcal se encuentra la depuración de vías respiratorias y el aparato digestivo, tonifica la piel, combate el insomnio y estados depresivos, ayuda a padecimientos óseos y musculares, entre otros.

El costo de esta práctica lo establece cada prestador de servicios turísticos o temazcalero.

Después de meditar y relajarse en el temazcal, se pueden recorrer los sitios turísticos de cada destino, así como disfrutar de la gastronomía local y adquirir las artesanías de la región.

