

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA CHAPINGO
DEPARTAMENTO DE SOCIOLOGÍA RURAL

DOCTORADO EN CIENCIAS EN CIENCIAS AGRARIAS

**LA COCINA TRADICIONAL DE VILLA PROGRESO, EZEQUIEL
MONTES, QUERÉTARO**

TESIS

Que como requisito parcial para obtener el grado de:

DOCTORA EN CIENCIAS EN CIENCIAS AGRARIAS

Presenta:

Veronica Estela Ruiz Olivares

Bajo la supervisión de:

DR. GERARDO GÓMEZ GONZÁLEZ



Chapingo, Estado de México, mayo de 2022

**LA COCINA TRADICIONAL DEL VILLA PROGRESO, EZEQUIEL MONTES,
QUERÉTARO**

Tesis realizada por Veronica Estela Ruiz Olivares bajo la supervisión del Comité Asesor indicado, aprobado por el mismo y aceptado como requisito parcial parcial para obtener el grado de:

DOCTOR EN CIENCIAS AGRARIAS

DIRECTOR:


Dr. Gerardo Gómez González

ASESORA:


Dra. María Virginia González Santiago

ASESOR:


Dr. Guillermo Torres Carral

Contenido	
ABREVIATURAS USADAS	1
DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTOS	3
DATOS BIOGRÁFICOS	4
RESUMEN GENERAL	5
GENERAL ABSTRACT	6
CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN GENERAL	7
1.1.- Planteamiento del problema	7
1.2.- Antecedentes	8
1.3.- Justificación	9
1.4.- Hipótesis	10
1.5.- Preguntas de investigación	10
1.5.1.- Pregunta general	10
1.5.2.- Preguntas específicas	10
1.6.- Objetivos de la investigación	11
1.6.1 – Objetivo general	11
1.6.2- Objetivos específicos	11
Estructura del documento de titulación	11
Literatura citada	13
CAPÍTULO 2. REVISIÓN DE LITERATURA	14
2.1.- Panorama general	14
2.2.- Identidad y cocina	15
2.3.- Patrimonio	17
2.4.- Biodiversidad	19
2.5.- Mujeres	20
2.6.- Gastronomía	21
2.7.- Literatura citada	22
CAPÍTULO 3. ALIMENTOS USADOS EN LA COCINA TRADICIONAL: VILLA PROGRESO, EZEQUIEL MONTES, QUERÉTARO	26
3.1.- Resumen	26
3.2.-Abstract	28
3.3.- Introducción	29
3.4.- Cocina tradicional	30
	3

3.5.- El semidesierto queretano	31
3.7.- Resultados y discusión	33
3.7.1.- Composición, dominancia y procedencia	34
3.7.2.- Obtención de los alimentos	40
3.7.3.- Alimentos de tradición	42
3.7.4.- Cocina en la cultura	46
3.8.- Conclusión	48
3.9.- Literatura citada	49
CAPÍTULO 4. ESPECIES SILVESTRES Y LA ALIMENTACIÓN: VILLA PROGRESO, EZEQUIEL MONTES, QUERÉTARO	54
4.1.-Resumen	54
4.2.- Abstract	55
4.3.- Introducción	56
4.4.- Área de estudio	57
4.5.- Metodología	58
4.6.- Resultados	59
4.7.- Conclusión	70
4.8.- Literatura consultada	71
CAPÍTULO 5. COCINA TRADICIONAL DE VILLA PROGRESO, SU RELACIÓN CON LA SOBERANÍA ALIMENTARIA	75
5.1.- Resumen	75
5.1.- Abstract	76
5.3.- Introducción	77
5.4.- Metodología	83
5.5.- Resultados y discusión	83
5.6.- Conclusiones	87
5.7.- Literatura consultada	88
CAPÍTULO 6. USO DE TIEMPO DE LAS COCINERAS TRADICIONALES: VILLA PROGRESO, EZEQUIEL MONTES, QUERÉTARO	91
6.1.- Resumen	91
6.2.- Abstract	92
6.3.- Introducción	93
6.3.1.- Tradición	94
6.3.2.- Alimentación, producción y biodiversidad: las mujeres	96

6.3.3.- Trabajo y uso de tiempo	97
6.4.- Metodología	99
6.5.- Resultados y discusión	102
6.6.- Conclusiones	113
6.7.- Literatura citada	114
CAPÍTULO 7. CONCLUSIONES GENERALES	120

LISTA DE CUADROS

Cuadro 1.- Formas de obtener alimentos principales en los platillos tradicionales	36
Cuadro 2.- Formas de obtención de los ingredientes principales en las bebidas.	39
Cuadro 3.- Descripción de especies silvestres en la alimentación	62
Cuadro 4.- Índice de Dominancia Cultural de las Plantas útiles en la alimentación de Villa Progreso	65
Cuadro 5.- Uso de tiempo promedio en actividades de las cocineras tradicionales	105

LISTA DE FIGURAS

Figura 1.- Familias de especies vegetales usadas en la alimentación	60
Figura 2.- Partes de las especies vegetales usadas en la alimentación	61
Figura 3.- Formas de consumo de las especies silvestres en la cocina tradicional	61
Figura 4.- El Palmar, área de recolección de diversas especies silvestres	64
Figura 5.- Nopales recolectados y preparados por las cocineras tradicionales	66

ABREVIATURAS USADAS

CEPAL	Comisión Económica para América Latina y el Caribe
CONABIO Biodiversidad	Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad
CONACULTA	Consejo Nacional para la Cultura y las Artes
COVID-19	Síndrome Respiratorio Agudo y Grave
ENUT	Encuesta Nacional del Uso de Tiempo
FAO y la Alimentación	Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación
IDCPU'f	Índice de Dominancia Cultural de las Plantas Útiles
INEGI	Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática
INMJJJERES	Instituto Nacional de las Mujeres
PCI	Patrimonio Cultural Inmaterial
SEMARNAT	Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales
UNAM	Universidad Nacional Autónoma de México
UNESCO la Ciencia y la Cultura	Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura
UNIBIO de Biología	Unidad de Información para la biodiversidad, del Instituto de Biología

DEDICATORIA

Al Todo, por los aprendizajes y experiencias vividas durante este ciclo. Gracias infinitas

A todas las mujeres presentes en mi vida, sus historias, sus legados, sus luchas, sus victorias, sus lágrimas, sus enseñanzas, sus sueños, su libertad, sus apapachos y su amor. Gracias

A mi familia por sus apapachos, Adela por hacerme ver con miradas diferentes los procesos, a Raymundo por mostrarme las historias y los sueños, a Alejandro por ser mi cómplice desde la niñez. Gracias

A Doña Mary, cocinera tradicional de Villa Progreso, quién me abrió las puertas de su hogar. Gracias

A quienes se involucraron de forma positiva, directa e indirectamente desde 2017 que comenzó el sueño, hasta el día de hoy en el que se cierra el ciclo. Gracias

Pero, señora. ¿qué podemos saber las mujeres sino filosofías de cocina? Bien dijo Lupericio Leonardo, que bien se puede filosofar y aderezar la cena. Y yo suelo decir viendo estas cosillas: Si Aristóteles hubiera guisado mucho más habría escrito...

Juan Inés de Asbaje y Ramírez de Santillá

AGRADECIMIENTOS

Al Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología, por hacer posible mis estudios de posgrado

A la Universidad Autónoma Chapingo por brindarme los apoyos necesarios para realizar mis estudios de posgrado

Al Departamento de Sociología Rural por su incondicional apoyo a lo largo de mis estudios

Al Doctorado en Ciencias en Ciencias Agrarias por los conocimientos adquiridos

Al Municipio de Ezequiel Montes, Querétaro por brindarme su apoyo durante mi investigación

A las cocineras tradicionales de Villa Progreso por ser parte fundamental del estudio

A mi director de tesis Dr. Gerardo Gómez González, por brindarme su confianza y apoyarme durante el proceso

A mi asesora la Dra. María Virginia González Santiago, por sus atinadas reflexiones, su apoyo incondicional y apertura al tema

A mi asesor de tesis Dr. Guillermo Torres Carral, por sus observaciones y contribuciones a mi trabajo

DATOS BIOGRÁFICOS

Datos personales

Nombre: Veronica Estela Ruiz Olivares

Lugar de Nacimiento: México, Distrito Federal

Desarrollo Académico

En el 2010 se graduó como Ingeniera en Agroecología por la Universidad Autónoma Chapingo

En el 2013 obtuvo el grado de Maestro en Ciencias en Ciencias Agrarias, en la División de Ciencias Forestales de la Universidad Autónoma Chapingo

A partir de 2018 inicio sus estudios en el Doctorado en Ciencias en Ciencias Agrarias, del Departamento de Sociología Rural de la Universidad Autónoma Chapingo.

En el 2020 se graduó como Diplomada en Cohesión Territorial para el Desarrollo de Políticas y Estrategias. RIMISP-FLACSO Chile

RESUMEN GENERAL

LA COCINA TRADICIONAL DE VILLA PROGRESO, EZEQUIEL MONTES, QUERÉTARO¹

La multiplicidad de cocinas tradicionales muestra la diversidad cultural y biológica, cada una tiene cualidades específicas que permiten entender el entorno en que se desarrollan. El presente caso de estudio versa sobre la cocina tradicional de Villa Progreso, Ezequiel Montes, Querétaro. El área de estudio se ubica en el semidesierto queretano, su población es de origen otomí. Bajo el supuesto de que la cocina tradicional es parte fundamental de la identidad de Villa Progreso, se examina desde la cultura, ecología, soberanía alimentaria y género. Para integrar tales procesos se parte de la identificación de los platillos tradicionales, los alimentos que la componen y su dominancia en las recetas. Por otro lado, se evalúan las especies silvestres utilizadas en la cocina tradicional mediante el Índice de Dominancia Cultural de las Plantas y un análisis kosmos, corpus y praxis de Toledo. Se analiza a la cocina tradicional desde los siete pilares de la soberanía alimentaria propuesta por la Vía Campesina. Finalmente, se explora en el trabajo de las cocineras tradicionales, analizando el uso de tiempo que emplean para llevar a cabo cada una de las actividades que implica la cocina tradicional. Dentro de los hallazgos se observó que la cocina tradicional es de temporada, su principal característica es la recolección. Se encontraron 55 recetas, los alimentos principales se obtienen de la recolección, siendo 16 especies silvestres vegetales las representativas. El género *Opuntia* es el más importante en la cocina tradicional. Se afirma que la cocina tradicional se puede entender desde la soberanía alimentaria, pues posee dichas características. Los conocimientos mencionados anteriormente los portan las cocineras tradicionales, quienes invierten la mayor parte de su tiempo en la cocina, transmitiendo dichos conocimientos de forma generacional. Por todo lo anterior, se concluye que la cocina tradicional es parte fundamental de la identidad de Villa Progreso.

Palabras clave: Cultura, biodiversidad, género, soberanía alimentaria

¹Tesis de Doctorado en Ciencias en Ciencias Agrarias, Universidad Autónoma Chapingo.

Autora: Veronica Estela Ruiz Olivares

GENERAL ABSTRACT
TRADITIONAL CUISINE FROM VILLA PROGRESO, EZEQUIEL MONTES,
QUERETARO¹

The variety of traditional cuisines shows the cultural and biological diversity. Each of them has specific qualities that allow the understanding of the environment in which they develop. This case study discusses traditional cuisine in Villa Progreso, Ezequiel Montes, Querétaro. The study area is located in the queretarian semi-desert and its population comprises Otomies. Under the assumption that traditional cuisine has a key role in Villa Progreso's identity; it is examined from the cultural, ecological, food sovereignty and gender's point of view. As to integrate all of this process, we start from identifying the typical dishes, the main ingredients and their prevalence in the recipes. In addition, we evaluate the wildlife species used in traditional cooking through Cultural Prevalence of the plants and a Toledo's *kosmos, curpus and praxis* analysis. Traditional cuisine is analyzed from the seven-pillared food sovereignty proposed by *Via Campesina*. Finally, we research among traditional cuisine cooks and the time taken to perform each activity required by this cuisine. Among the findings, we can observe that the traditional cuisine is seasonal, being harvesting and collection its main characteristics. Fifty-five recipes were found. The main ingredients came from harvesting and collecting, being sixteen wildlife species the most representative. *Opuntia* genres the most important in traditional cuisine. It is claimed that traditional cuisine can be understood from the food sovereignty given that it posses these characteristics. The knowledge mentioned before are given by traditional cooks, which most of their time take action in the kitchen, transmitting knowledge from generation to generation. From all the above it is concluded that traditional cuisine is an essential part of Villa Progreso's identity.

Key words: Culture, biodiversity, gender

¹Tesis de Doctorado en Ciencias en Ciencias Agrarias, Universidad Autónoma Chapingo.

Autora: Veronica Estela Ruiz Olivares

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN GENERAL

La alimentación es una de las formas más complejas de conocer y reconocer a la humanidad, entre sus diversos grupos, sociedades y culturas. El presente trabajo brinda una mirada integral de la cocina tradicional, partiendo de los platillos hacia atrás, motivo por el cual se generaron una serie de incógnitas a resolver mediante un caso de estudio. Desde conocer los principales platillos hasta examinar la situación de las personas que se encuentran detrás de ellos; analiza también las especies silvestres utilizadas en la cocina y las relaciones que mediante ella se han generado en la soberanía alimentaria. En conjunto, el análisis logra hacer visibles aspectos de la cocina tradicional que se han dejado de lado, apostando únicamente por el plato en la mesa, sin preguntarse las implicaciones del sistema alimentario que en ella se encuentran.

1.1.- Planteamiento del problema

Mediante el estudio de cocinas tradicionales es posible entender diversos fenómenos, no obstante, diversidad de ellas han sido relegadas como fuentes de conocimiento, no obstante, históricamente ha sido poco valorada y estudiada, aunque existen esfuerzos que documentan sobre ella, fue hasta el 2010 año en que fue reconocida por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) como patrimonio intangible de la humanidad, que se comenzó a percibir de manera distinta. Lo que no se traduce precisamente en un impacto positivo hacia todo el conjunto de conocimientos, saberes y personas que se encuentran detrás de ella.

El acercamiento a las cocinas tradicionales vista de forma diferente a la gastronomía hace notar la importancia que tiene en distintas ciencias. Es posible entender los procesos históricos que se han vivido en diversidad de comunidades, pasando inclusive por la literatura, lengua y cinematografía, pero también, por la agronomía, ecología, economía, sociología, agroecología, entre otras. Dar a conocer las cocinas tradicionales es de gran importancia, la diversidad de ellas es parte

fundamental de la humanidad, son la base de las distintas formas culturales que hasta el día de hoy se hacen presentes y vigentes.

Las condiciones territoriales en las que se encuentra Villa Progreso, en el estado de Querétaro permiten tener una riqueza cultural de la que la cocina tradicional forma parte. Su ubicación geográfica, las condiciones culturales y ecológicas, se conjuntan para dar paso a una cocina tradicional cuya base es la recolección. Tema poco abordado en las cocinas tradicionales, y que, además, se realiza en un semidesierto.

1.2.- Antecedentes

La alimentación es fundamental para los seres humanos, una de las necesidades básicas para sobrevivir. Ha sido observada desde distintos puntos, uno de los más importantes es a través de la cocina tradicional, que ha pasado por cambios históricos en la forma en que se percibe, pasando de lo privado a lo público e institucional. No obstante, las diversas cocinas tradicionales mantienen su base en las culturas propias.

Harris (1999), menciona que, más importante que el factor nutricio existe el beneficio-costo que hace que los alimentos sean malos o buenos para comer, afirma que las diferencias entre las cocinas se relacionan con las distintas “oportunidades ecológicas” en las que se encuentren. El mismo autor, asegura también que los beneficios nutricios, ecológicos y de producción, no necesariamente se relacionan de forma directa con las economías de mercado, pero sí de forma directa con la cultura.

La UNESCO define a la cocina tradicional mexicana como un “modelo cultural completo que comprende actividades agrarias, prácticas rituales, conocimientos prácticos antiguos, técnicas culinarias y costumbres y modos de comportamiento comunitarios ancestrales” además de ellos asegura que tal sistema funciona debido a los componentes que la integran, es decir, va desde las formas de producción hasta los utensilios utilizados en la cocina. Una cuestión importante es también la

identidad y las formas sociales que intervienen en los diversos procesos que involucra la cocina.

Para el 2010, México ingresa a la Lista Representativa del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad de la UNESCO, presentando, “La cocina tradicional mexicana: Una cultura comunitaria, ancestral y viva y el paradigma de Michoacán” en la que se muestra parte de la cultura de una de las cocinas tradicionales.

Es importante reconocer la diversidad de cocinas tradicionales y los esfuerzos que se han logrado para darles voz a aquellos aspectos que si bien han estado presentes a lo largo de la historia no han sido valorados como parte fundamental de la alimentación de gran parte de la humanidad hasta la actualidad.

1.3.- Justificación

La cocina tradicional, forma parte importante de la cultura, en México existen diversidad de cocinas, reflejo de la identidad de cada territorio. Se destaca que, el entendimiento, comprensión y análisis de dichas cocinas permite abordar de forma diversa a las distintas manifestaciones culturales que, históricamente, han conformado el patrimonio tangible e intangible de México, pero que han sido relegadas en conjunto con todo el conocimiento, historia, personas y movimientos que en ella se encuentran.

Se plantea que, mediante la cocina tradicional se pueden abordar diversos aspectos, desde ritualidad, culinarios, agronómicos, turísticos, identitarios, económicos, migratorios, culturales, históricos, nutricios, de género, ecológicos, literarios, territoriales, patrimoniales, legislativos, de soberanía y seguridad alimentaria, entre otros, que reflejan el gran acervo de conocimientos que se encuentran detrás de un platillo.

La diversidad de cocinas tradicionales permite tener un acercamiento a distintas realidades, una de ellas y poco estudiada es la cocina tradicional de Villa Progreso, misma en la que la historia de pueblos originarios, el ecosistema y la cultura, conforman una cocina llena de conocimientos que ha permanecido una continuidad

en su sistema alimentario, mismo que, al igual que la cultura es cambiante y se adapta a diversas formas, pero, no deja de lado la identidad que la constituye.

Abordar un caso de estudio de cocina tradicional de Villa Progreso permite puntualizar aspectos clave de la delegación, genera las bases para abordarla desde diversos puntos de vista, territorio, turístico, culinario, de género, histórico y cultural, enriquece el acervo de conocimientos y da pie al análisis de las cocinas tradicionales del semidesierto queretano y otras cocinas ubicadas en condiciones similares.

1.4.- Hipótesis

Se plantea como hipótesis general que la cocina tradicional es parte fundamental de la identidad de Villa Progreso, cuyo pasado y presente se pueden conocer e interpretar a partir de la misma. Aspectos culturales, ambientales, de género y la soberanía alimentaria son aspectos fundamentales que conforman a la cocina tradicional. Por lo que, analizarlos de manera conjunta permite un mejor entendimiento del sistema alimentario que mantiene la cocina tradicional.

1.5.- Preguntas de investigación

A continuación, se plantean las preguntas de investigación de las cuales deriva la investigación planteada

1.5.1.- Pregunta general

¿Cuál es la relación que tiene la cocina tradicional de Villa Progreso en su identidad, partiendo del conocimiento de los platillos, su ambiente, sus cocineras y su relación con la soberanía alimentaria?

1.5.2.- Preguntas específicas

I.- ¿Cuáles son los principales platillos tradicionales, composición y formas de obtención y procedencia de los alimentos que los conforman?

II.- ¿Qué especies silvestres son utilizadas en la cocina tradicional, de donde proceden, y cómo se utilizan?

III.- ¿Cuál es la situación de la cocina tradicional en torno a los pilares de soberanía alimentaria planteados por la Vía Campesina?

IV.- ¿Cuáles son las actividades en las que invierten el tiempo las cocineras tradicionales para lograr reproducir la cocina tradicional?

1.6.- Objetivos de la investigación

Para llevar a cabo la investigación se plantean los objetivos pertinentes que permiten llegar a su realización

1.6.1 – Objetivo general

Examinar a la cocina tradicional de Villa Progreso Ezequiel Montes como parte importante de su identidad, partiendo del conocimiento de los platillos, su ecología, sus cocineras y su relación con la soberanía alimentaria.

1.6.2- Objetivos específicos

I.- Estudiar los principales platillos tradicionales, en vías de conocer su composición e identificar las formas de obtención y procedencia de los alimentos que los conforman.

II.- Identificar las especies silvestres utilizadas en la cocina tradicional, su procedencia, formas de cocinarlas y época de aprovechamiento.

III.- Analizar a la cocina tradicional en torno a los pilares de soberanía alimentaria planteados por la Vía Campesina

IV.- Indagar en las actividades en las cuales las cocineras tradicionales, usan su tiempo para reproducir la cocina tradicional

Estructura del documento de titulación

El presente caso de estudio pretende contribuir al conocimiento científico, y al mismo tiempo, brindar una visión holística de la cocina tradicional de Villa Progreso, delegación perteneciente al Municipio de Ezequiel Montes, Querétaro. En ese

sentido, se comenzó por definir los ingredientes y platillos que la conforman, seguido del análisis de las especies vegetales más representativas, sin dejar de lado el análisis sociocultural que se abordó mediante la soberanía alimentaria y finalizando con las personas que, de manera histórica, han contribuido con cada uno de los aspectos de la cocina tradicional, las cocineras. El segundo capítulo hace referencia a una revisión general de literatura, a partir del tercer capítulo se aborda con formato de artículo científico, por lo cual, cada uno cuenta con su propia estructura.

En el tercer capítulo se hace referencia a la cocina tradicional de Villa Progreso, Ezequiel Montes, en un acercamiento a sus platillos principales, ingredientes, formas de obtención de éstos, brindando también una perspectiva histórica y cultural de la delegación. Se analiza de forma directa a las cocinas tradicionales como parte de la historia y los vínculos generacionales existentes entre la tierra y las personas (Meléndez y Cañéz, 2009).

El cuarto capítulo versa sobre las especies vegetales usadas en la cocina tradicional. Se analizan las formas en que se obtienen, maneras de preparación, época del año en que se usan, partes comestibles. Dado que son la base de la cocina tradicional, se enfatiza en la importancia cultural. Un dato importante es que las especies principales usadas en la cocina tradicional son de recolección. Según Sarukhán et. al., (2017) los alimentos que se consumen forman parte de los bienes que brinda el ecosistema, en algunos casos se obtienen de forma directa de ellos.

La soberanía alimentaria se tema del quinto capítulo, dadas las características que presenta la cocina tradicional de Villa Progreso es posible analizarla a partir de la perspectiva de la Vía Campesina. Entendida desde los siete pilares que conforman las bases de dicho movimiento. Según Micarell (2017), la soberanía alimentaria se relaciona con el entorno natural, las relaciones socioambientales y la parte culinaria, de esta forma es como un alimento se vuelve culturalmente aceptado.

Finalmente, pero no menos importante, en el sexto capítulo se aborda el papel de las mujeres en la cocina tradicional. Mediante el análisis de uso de tiempo, en el que se evidencia cada una de las actividades que se entrelazan en la cocina tradicional. Dando voz a las personas que, de forma generacional, han dado vida a

una de las cocinas tradicionales de México. Son las mujeres quienes mantienen los conocimientos de las plantas utilizadas en la cocina y a su vez de la conservación de sus recursos (Rosas, et. al., 2012).

Literatura citada

Harris, Marvin. (1999). Bueno para comer, enigmas de alimentación y cultura. Madrid: Alianza Editorial.

Meléndez Torres, M., y Cañéz de la Fuente, G. (2009). La cocina tradicional regional como un elemento de identidad y desarrollo local: el caso de San Pedro El Saucito, Sonora, Estudios sociales. 17, 183-204. Recuperado de: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-45572009000300008

Rosas Chávez, N. y Rico Rodríguez, T. (2017). El papel de las mujeres en la construcción de soberanía alimentaria. Géneros Revista de investigación y divulgación sobre los estudios de género, 24 (21), 95-118. Recuperado de: <http://revistasacademicas.uco.mx/index.php/generos/article/view/1528/1880>

Sarukhán J., Patricia Koleff, Julia Carabias, Jorge Soberón, Rodolfo Dirzo, Jorge Llorente-Bousquets, Gonzalo Halffter, Renée González. Ignacio March, Alejandro Mohar, Salvador Anta, Javier de la Maza, Irene Pisanty, Tania Urquiza Haas, Sylvia P. Ruiz González, Georgina García Méndez. 2017. Síntesis Capital Natural de México Evaluación del conocimiento y tendencias de cambio, perspectivas de sustentabilidad, capacidades humanas e institucionales. CONABIO. Pág. 126. ISBN 978-607-8570-02-7

UNESCO. (2010). La cocina tradicional mexicana, cultura comunitaria, ancestral y viva El paradigma de Michoacán México, Inscrito en 2010 (5.COM). En Lista Representativa del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad. Organización de las Naciones Unidas para la Educación Ciencia y Cultura, Patrimonio Cultural Inmaterial. Recuperado de: <https://ich.unesco.org/es/RL/la-cocina-tradicional-mexicana-cultura-comunitaria-ancestral-y-viva-el-paradigma-de-michoacan-00400>

CAPÍTULO 2. REVISIÓN DE LITERATURA

2.1.- Panorama general

En el año 2007 la crisis mundial impactó en diversos aspectos, siendo uno de ellos el alimentario, en ese sentido, el sector agroalimentario alienado al orden neoliberal pasó por una fase que dio como resultado una crisis alimentaria en la que diversas multinacionales agroalimentarias mantienen una situación privilegiada en cuanto a información y precios, dándoles prioridad en el mercado (Cortés, 2016).

El incremento a los precios en los alimentos generadas entre otras cuestiones por los agrocombustibles, la fragilidad del mercado, el cambio climático, han contribuido a la crisis alimentaria mundial que se caracteriza por la falta de acceso a los alimentos al mismo tiempo que manifiesta “mecanismos de dominio y subordinación” que se refleja en el aumento de personas con hambre en el mundo (Cortés, 2016).

Entre 2011 y 2015 se consideró el “ascenso de la especulación financiera sobre los alimentos” como una alternativa para salir de la crisis de 2007, no obstante, al tener un alza en los precios de los alimentos, mayor número de personas padecieron hambre, además de ello, la crisis en la producción tiene un mayor impacto en los medianos y pequeños productores (Cortés, 2016).

La crisis sanitaria COVID-19 ha derivado en afectaciones en los sistemas alimentarios, tales como el aumento de precio en los alimentos y por ende el difícil acceso a ellos, provocando un cambio en las relaciones de las personas con el sistema alimentario (GANESAN, 2020).

El alza de precios en fertilizantes podría repercutir de forma negativa en la producción de alimentos, no obstante, es necesario aclarar que antes de la crisis del COVID-19 ya existía una tendencia del incremento de personas con hambre, no obstante, la problemática se incrementó en 2020 y 2021 (Banco Mundial, 2022).

De forma lenta las economías comienzan a recuperarse de la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, sin embargo, en cuestiones alimentarias aún se existen afectaciones “mayo de 2022, el índice de precios agrícolas es un 41 % más

elevado que el nivel de enero de 2021” con riesgo de que la situación permanezca hasta el 2024 (Banco Mundial, 2022).

A partir de dicha crisis se hace más fuerte la necesidad de colocar la mirada en los sistemas de producción resilientes, diversos y de cadenas cortas, para contribuir a mejorar las situaciones de los diversos productores de alimentos, para ello es también necesario generar investigaciones y capacitar en los sistemas de producción agroecológicos (GANESAN, 2020).

Por lo anterior es necesario colocar la mirada en formas de producción enfocadas en la alimentación saludable, diversa y culturalmente aceptada, en la que cada pueblo tenga el derecho de elegir su alimentación, sistema de producción y comercialización (Cortés, 2016).

Características similares se asumen en la nueva ruralidad, que parte de la ecología y las economías campesinas, observando la relación justa entre la humanidad y la naturaleza, reivindica las economías locales e iniciativas populares, rescatan conocimientos tradicionales y tecnologías verdes (Sánchez, 2016).

En ese sentido, es necesario analizar a las cocinas tradicionales como formas de sistemas alimentarios que han permanecido durante las crisis alimentarias y sanitarias, siendo modelos que han sido poco valorados pero que tienen una gran riqueza histórica, cultural e incluso nutricia que aún prevalece.

2.2.- Identidad y cocina

A partir de la Independencia de México, la creación de un nuevo Estado Independiente, condujo al reconocimiento y denominación propia del ser “mexicanos”, para crear dicha identidad se usaron, testimonios, historias, riquezas culturales y parte de la vida del México precolonial, no obstante, se llegó a un conflicto por hacer del país una sola cultura, llevando a la diversidad de pueblos a múltiples conflictos pues los patrimonios culturales de pueblos sometidos en medio de una sociedad colonizadora no formaron parte de la configuración de una cultura dominante, siendo considerados ilegítimos quedaron fuera de la cultura única nacional (Bonfil, 2003).

La cocina es uno de los factores de conforman la identidad nacional, pues refiere a la subsistencia y cosmogonía de los pueblos mediante los hábitos alimentarios, es decir de sistemas culturales que han estado presentes desde las primeras civilizaciones de Mesoamérica, por tanto, “el alimento del mexicano conforma una esfera cultural que gira de lo simbólico a lo pragmático, de la vida social a la familiar, que marca claramente la trayectoria que lleva de la naturaleza a la cultura y a la agricultura; del surco hasta la mesa, tanto en el medio rural como en el urbano, tanto en el mundo indígena como en el mestizo” (CONACULTA, 2005:25).

La cocina “mexicana” es uno de los elementos más significativos que han formado parte de la llamada mexicanidad, muestra de ello son algunos de las primeras publicaciones referentes a recetarios entre 1830 y 1890, la cultura culinaria refiere al “el proceso mediante el cual los alimentos son preparados y la forma como son estéticamente presentados en la mesa” el cuál ocurre principalmente en la cocina (Silva, et. al., 2016).

Antes de la llegada de los europeos al continente americano, los pueblos originarios conocían del sistema milpa, de sus bondades y su plasticidad en los diversos ecosistemas, lo que permitía una dieta variada que se complementaba con diversidad de alimentos de recolección dependientes de cada entorno ecológico, todos estos conocimientos teóricos y prácticos se reflejan en la multitud de alimentos que se consumían (Velázquez y Gabriel, 2021).

Algunas de las técnicas de cocina que tienen origen prehispánico y se siguen implementado no solamente en México, también han pasado las fronteras nacionales, son el pib, mixiote y barbacoa, asado, cocer al vapor, reventado de cereales, fritura en la grasa del mismo animal, conservación de harinas, secado al sol, mixiotes, salsas, ahumado, la fermentación de bebidas (Barros, 2005:73).

A pesar de que los pueblos originarios han mantenido un modelo de alimentación ligados a sus territorios y conformando así patrimonios intangibles, de manera histórica se ha negado que pueda ser un modelo alimenticio viable; es necesario apuntar que, las cocinas tradicionales se conforman también de historia y estructuras mantenidas mediante relaciones sociales, reconocer a las cocinas

únicamente por su sabor la desvincula no solamente de sus principios en forma colectiva, también de las personas que se encuentran detrás de ello (Velázquez, 2021).

La cocina se encuentra presente en todos los aspectos de la vida de México, desde las celebraciones, ciclos agrícolas e incluso hasta la muerte misma en las diversas ofrendas incorporan diversidad de platillos en los distintos ejes sociales en los que participan familias y comunidades, en ella se pueden encontrar aspectos tales como la agricultura, pesca, procesos industriales, mercados de distribución y ganadería (Barros, 2005:33)

Existe una resistencia en la cultura alimentaria de más de 500 años, la invisibilización de las dietas de los pueblos originarios, en contraste con el sistema alimentarios actual regido por patrones que buscan acumular a costa de una calidad nutricional en los alimentos; el rechazo epistémico de la sociedad dominante que etiqueta a las dietas de pueblos originarios con una deficiencia nutricional que más bien proviene de una asociación con las jerarquías sociales a nivel internacional las pone en desventaja con la multitud de alimentos industrializados que pretenden asegurar prestigio social (Velázquez y Gabriel, 2021).

2.3.- Patrimonio

La gran biodiversidad ha permitido históricamente la formación de numerosas dietas conformadas por el aprovechamiento de especies subutilizadas y subvaloradas, no obstante, en ellas se encuentran propiedades nutricias y bioactivas, brindando una adecuada forma de alimentación “comer poco, pero de mucho, es decir, no excederse en la cantidad, pero diversificar los componentes de la dieta” tal como se ha venido dando en Mesoamérica (Bourgues y Vargas, 2015).

Reconocer que dentro de las dietas de los pueblos originarios se tienen alimentos de alto valor nutricional, da pie a conservar patrimonios de México necesarios para formas de vida más saludables (Velázquez y Gabriel, 2021)

Para la UNESCO y PCI (2009), el patrimonio cultural comprende expresiones heredadas de forma generacional, sean orales, artísticas, de espectáculo, sociales,

rituales, festivas, conocimientos y prácticas relativas a la naturaleza o universo. Para Bonfil (2003), el patrimonio cultural refiere, al conjunto de elementos culturales para una sociedad específica que los considera propios y mediante los cuales se puede basar para la resolución de problemas, siendo relevantes en los valores de la cultura propia, integrando objetos culturales materiales e inmateriales que sean vigentes o parte de una memoria histórica.

La UNESCO y PCI (2009), afirman que, el patrimonio cultural inmaterial es valioso por el acervo de conocimientos y técnicas que se transmiten generacionalmente y manifestándose en la cultura, se caracteriza por ser tradicional y contemporáneo a la vez, es integrador de expresiones, representativo y basado en la comunidad. Ranaboldo (2009:17), afirma que, el patrimonio por sí mismo “no está logrando desencadenar todavía procesos virtuosos, sostenidos y masivos de mayor bienestar y desarrollo, en particular para la población local pobre” aunque dichas zonas tienen el potencial de desarrollo, pues cuentan con gran patrimonio tangible e intangible, son lugares de marginación y pobreza, según Bonfil (2003), por la historia colonial de una cultura legítima impuesta por colonizadores, siguen existiendo grupos dominación-subordinación dentro de los llamados patrimonios.

Hablar de patrimonio tangible también conocido como material, y patrimonio intangible o inmaterial, de manera dicotómica, genera contradicciones, que ambas formas lejos de encontrarse aisladas se encuentran relacionadas, y refieren a grupos de personas que además de protagonizar eventos históricos generan contextos para los patrimonios tangibles (Tapia y Park, 2012).

El patrimonio cultural inmaterial es propuesto en respuesta a una deuda con gran parte de la humanidad, pues el patrimonio cultural tangible que proponía la UNESCO, carecía de gran diversidad cultural, enfocándose principalmente en algunos paisajes o monumentos de Europa Occidental, lo que dejaba fuera a expresiones culturales que se han consolidado de manera más fuerte que un monumento, además de contar con rituales de permanencia y conocimientos ancestrales (Amescua y Topete, 2013), fue 2003 durante la Convención para la

Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial, cuando dicho termino comienza a formar parte de la UNESCO (Tapia y Park, 2012).

En 2005, México presento ante la UNESCO “Pueblo de maíz. La cocina ancestral de México” documento en el que se pone de manifiesto la cocina tradicional, ceremonias y ritualidad, así mismo, planes de acción para su protección basándose principalmente en la milpa y maíz (CONACULTA, 2005), para 2010 se une a la Lista Representativa del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad (UNESCO, 2010).

Según Salas et. al., (2020), desde la declaratoria que la UNESCO hace a la cocina tradicional, los discursos y formas de entender el patrimonio han ido cambiando y avanzando, incluyendo la de las propias cocineras tradicionales quienes han tomado el papel de portavoces de sus saberes y prácticas en torno a la alimentación desde sus propios discursos.

2.4.- Biodiversidad

Para Hernández (2018), la declaratoria de la UNESCO sobre la cocina tradicional mexicana, no deja en claro que existen diversidad de cocinas en México, sino más bien, asume a la cocina como única y a pesar de mencionar que la cocina comienza desde las formas de producción de los alimentos, olvida que “sin la protección de la biodiversidad y los territorios de las comunidades no puede haber la manifestación cultural conocida como cocina tradicional”

Las cocinas de los pueblos originarios no pueden entenderse separadas de sus territorios y biodiversidades, pues son esos procesos los que conforman su propia cultura alimentaria, es decir sus cocinas tradicionales encierran procesos simbólicos, conocimientos, historia, naturaleza e innovación antes los distintos escenarios económicos (Hernández, 2018).

La dieta de los pueblos originarios, tanto agricultura como recolección, se basaba en la estacionalidad de los ciclos, dándole hasta hace no mucho una etiqueta prejuiciosa en contraste con las dietas europeas que la clasificaban de inferior, no

obstante, se ha comprobado que las dietas de los pueblos originarios albergan un gran valor nutricional (Velázquez y Gabriel, 2021).

La diversidad de ecosistemas “conforma el gran depósito de los recursos alimentarios” los cuales se pueden encontrar desde mares, selvas, bosques, ríos, entre otros, hasta diferentes sistemas agrícolas, que en conjunto hacen parte de la cocina mexicana, la cual se conforma no solamente de especies cultivadas, hace uso también de las recolectadas (Silva, et. al., 2016).

Según Barros (2005:73) “cada nicho ecológico ofrece gran cantidad de alimentos: frutas, verduras, semillas, vainas, raíces, especies animales de mar y tierra. Sólo las culturas que viven cerca de la naturaleza y la conocen, los pueden aprovechar”

La cultura culinaria muestra la complejidad de la biodiversidad, pero también un amplio mosaico cultural, económico, histórico, político, religioso, lingüístico, social que ponen de manifiesto la vida cotidiana mediante el que se podría hacer una radiografía de la gran diversidad biológica que alberga cada territorio (Silva, et. al., 2016).

La biodiversidad se ve amenazada, los impactos negativos en los ecosistemas por ámbitos sociopolíticos han mermado la biodiversidad modificando también las formas de producción y calidad de los alimentos y la forma en que son percibidos, fragmentando también la cultura culinaria y formas de vida ancestrales y la pérdida del patrimonio biocultural, por ello la importancia de fomentar el conocimiento de dichos saberes, de manera especial el que vincula a la alimentación que promueven no solo la cultura sino también, la conservación preservación de la biodiversidad (Silva, et. al., 2016).

2.5.- Mujeres

Dentro de la cultura culinaria un hecho significativo es la participación de las mujeres, quienes de manera generacional son quienes tienen conocimientos sobre la biodiversidad y elaboración de platillos (Silva, et. al., 2016). Cocinar ha llegado a ser una actividad pensada para mujeres, en la que, mediante la expresión abierta de sus emociones, también es considerada una obligación, pero de menor valía; es

decir, cocinar implica una serie de actividades y aprendizajes que tienden a no ser reconocidos (Márquez y González, 2017).

La cocina, como espacio de uso diario en el que se transmiten los conocimientos de forma generacional y confluyen diversos intereses se considera también el núcleo de los hogares, además en el lugar en el que se puede “hacer visible lo invisible en el caso de actividades reservadas a las mujeres, a fin de ubicar aquellas en su justa dimensión” (Márquez y González, 2017). Según Pérez (1997), los saberes que se encierran en la vida privada de las mujeres y la alimentación, pueden ser un objeto histórico, pues resultan “eslabones de cadenas” conservadas.

En ocasiones el reconocimiento a las cocineras va también desde hombres de profesiones “chefs” que tienen un amplio reconocimiento, lo que según el autor conlleva a un empoderamiento, pues no solamente se les ve como amas de casa que cocinan, sino de forma oficial, como una “muestra de cultura popular” a la que se le da valor, el reconocimiento a las cocineras tradicionales brinda además valía ante los hombres en sus familias y en la sociedad (Salas, et. al., 2020).

2.6.- Gastronomía

Velázquez (2021) afirma que la cocina “en términos genéricos, no es un conjunto de recetas o una serie de alimentos asociados, sino el sentido y los significados de las prácticas realizadas por un colectivo social en torno a la comida” afirma también que, en México existen distintas cocinas asociadas a los sistemas agroecológicos de Mesoamérica.

Hablar de tradición refiere a una identidad social que determina lo propio, una herencia generacional aplicada a los ingredientes, conocimientos, utensilios, tecnologías, formas de preparación y servido, sabores, texturas, colores, rituales propios de una cocina y que no se pueden encontrar en la gastronomía (Hernández, 2018).

El tratar de desplazar a las cocinas tradicionales hacia gastronomía muestra una mercantilización de dichas cocinas disfrazadas de modernidad, teniendo como

consecuencia una cultura homogénea invisibilizando y fragmentando a las comunidades que la practican (Hernández, 2018).

Para Ayora (2018), la gastronomía se “entiende como un sistema racional moderno que establece reglas claras acerca de cómo producir un conjunto de platillos, el tipo y la calidad de ingredientes necesarios, las técnicas y tecnologías requeridas para su “correcta” producción, así como las formas, horarios, orden y etiqueta para su consumo” evidenciando entonces que las prácticas culinarias y su reproducción se relacionan también con las clases sociales.

Gastronomía refiere a un término proveniente de la tradición culinaria francesa, sin embargo, se ha logrado posicionar sobre otras culturas, a pesar de solo ajustarse a cánones europeos y el mercado global de las cocinas “subordinando la estética y el código culinario locales a la lógica homogeneizadora de la cocina francesa” (Ayora, 2018).

La gastronomía mexicana conocida por la sociedad dominante valora a lo que considera de alto estatus, etiquetando a ciertos platillos como nacionales, dejando fuera a diversas formas de alimentación catalogándolas como pobre (Velázquez, 2021).

Referirse a gastronomía mexicana es dejar fuera a la diversidad de cocinas mexicanas, repitiendo el fenómeno de homogenización, en el sentido de dar preferencia a algunos platillos del centro de México, y también olvidando a las multitudes de cocinas no reconocidas en los distintos territorios, por lo que las representaciones de diversidad de cocinas se mantienen fijas y específicas “reduciéndolas al uso de maíz, frijol, jitomate y chile” y dejando fuera a las distintas etnias y economías del país (Ayora, 2018).

2.7.- Literatura citada

Amescua Chaves, C. y Topete Lara, H. (2013). Introducción. En H. Topete Lara, y C. Amescua Chaves. (pp.11-26). *Experiencias de salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial*. Ciudad de México, México: Universidad Nacional Autónoma de México.

- Ayora Diaz, S. (2018). Cocina gastronomía y modernidad hacia una definición de los gastronómico. *Cultura Alimentaria, cocinas y Patrimonio. Diario de Campo*. 4(2). 6-14.
- Banco Mundial. 2022. Actualización sobre la seguridad alimentaria. Banco Mundial. Recuperado de: <https://www.bancomundial.org/es/topic/agriculture/brief/food-security-update>
- Barros C. (2005). Justificación: Argumentación Técnica. Pp.30-105 En: *Patrimonio Cultural y Turismo Cuadernos 10 Pueblo de maíz. La Cocina ancestral de México El expediente ante la UNESCO. México*
- Bonfil Batalla, G. (2003). Nuestro patrimonio cultural: un laberinto de significados Patrimonio cultural, diversidad de visiones. En *Patrimonio cultural y turismo cuadernos 3. Pensamientos acerca del patrimonio cultural antología de textos*. (pp. 45-70). Ciudad de México, México: Consejo Nacional para la Cultura y las Artes/Coordinación de Patrimonio Cultural y Turismo.
- Bourges Rodríguez, H., y Vargas Guadarrama, L. (2015). La cocina tradicional y la salud. *RDU Revista Digital Universitaria UNAM*.16 (5), 1-10.
- CONACULTA. (2005). Prologo. Pp. 20-31 En: *Patrimonio Cultural y Turismo Cuadernos 10 Pueblo de maíz. La Cocina ancestral de México El expediente ante la UNESCO. México*
- Cortés Torres, I. 2016. La Crisis Alimentaria Mundial: causas y perspectivas para su entendimiento *Razón y Palabra*. 20 (94), 611-628
- Hernández Albarrán, L. (2018). De cultura alimentaria, cocina tradicional y gastronomía mexicana. *Cultura Alimentaria, cocinas y Patrimonio. Diario de Campo*. 4(2). 15-27.
- GANESAN. 2020. Los efectos de la COVID-19 en la seguridad alimentaria y la nutrición: la elaboración de respuestas eficaces en materia de políticas para abordar la pandemia del hambre y la malnutrición. Roma. Comité de Seguridad Alimentaria Mundial Grupo de alto nivel de expertos en seguridad alimentaria y nutrición GENASEN <https://doi.org/10.4060/cb1000es>.

- Márquez Barradas, M., y González Saldaña, K. (2017). Creencias, rituales e interpretaciones hacia el acto de cocinar: la perspectiva de tres generaciones. *Enseñanza e Investigación en Psicología*. 22(2), pp. 229- 236.
- Pérez. (1997). Los recetarios de mujeres y para mujeres. Sobre la conservación y transmisión de los saberes domésticos en la época moderna. *Cuadernos de Historia Moderna*. 9. Pp. 121.
- Ranaboldo, C. (2009). Introducción Recorridos de una mirada Latinoamericana. En C. Ranaboldo y A. Schejtman. *El valor del patrimonio cultural: territorios rurales, experiencias y proyecciones latinoamericanas*. (pp. 12-38). Lima, Perú: Instituto de Ediciones Peruanas, Centro Latinoamericano para el Desarrollo Rural, Territorios con Identidad Cultural.
- Salas Cortés, J., Medina, F., y Vázquez Medina, J. (2020). Regional cuisines and “cocineras tradicionales” (traditional female cooks) in the state of Coahuila (Mexico): heritage, social discourses, identities and socioeconomic development”. *Journal of Tourism and Heritage Research* 3(3). pp. 1-14.
- Sánchez Albarrá, A. 2016. Sociología rural y nueva ruralidad sur-sur. *Espacio Abierto Cuaderno Venezolano de Sociología*. 25 (3), 49-63
- Silva, E., M. Lascurain, A. y Peralta de Legarreta, A. 2016. Cocina y biodiversidad en México. *CONABIO. Biodiversitas*. 124. 1-7.
- Tapia Pérez, M., y Park Key, J. (2012). Patrimonio tangible e intangible: Aportes al debate del distingo, desde las "prácticas agroalimentarias". *Revista de Ciencias Sociales*. 18 (4), 684-701.
- UNESCO y PCI. (2009). ¿Qué es el patrimonio cultural inmaterial? Organización de las Naciones Unidas para la Educación la Ciencia y la Cultura, y Patrimonio Cultural Inmaterial. Recuperado de https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000189113_spa?posInSet=1&queryId=9a702cb6-e179-4dee-914f-88384deb8848
- UNESCO. (2010). La cocina tradicional mexicana, cultura comunitaria, ancestral y viva El paradigma de Michoacán México, Inscrito en 2010 (5.COM). En Lista

Representativa del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad. Organización de las Naciones Unidas para la Educación Ciencia y Cultura, Patrimonio Cultural Inmaterial. Recuperado de: <https://ich.unesco.org/es/RL/la-cocina-tradicional-mexicana-cultura-comunitaria-ancestral-y-viva-el-paradigma-de-michoacan-00400>

Velázquez Galindo, Y. (2021). La comida de pobre. Relaciones de poder, memoria, emociones y cambio alimentario en una población del origen indígenas. *Contribuciones Desde Coatepec*. (34), 26-42.

Velázquez Galindo, Y., y Gabriel Peralta, T. (2021). Traditional Indigenous Diet and Nutrition. A Case Study. *Mirada Antropológica*. 14(17), 101-118.

CAPÍTULO 3. ALIMENTOS USADOS EN LA COCINA TRADICIONAL: VILLA PROGRESO, EZEQUIEL MONTES, QUERÉTARO

3.1.- Resumen

La alimentación es esencial para la humanidad, se expresa en formas variadas. Es entonces importante el reconocimiento a las diversas cocinas tradicionales de México. Por lo tanto, el objetivo de la investigación será identificar los principales platillos de la cocina tradicional en la Delegación Villa Progreso, Ezequiel Montes, Querétaro, con el fin de determinar su composición, en primer lugar. En segundo lugar, establecer los medios de obtención de los alimentos que conforman los platillos tradicionales, mediante un estudio de corte etnográfico, bajo el supuesto de que: las cocinas tradicionales regionales son el reflejo de diferentes aspectos humanos como la cultura, los mercados locales, la historia, los aspectos ambientales, los vínculos generacionales y las relaciones con la tierra. Es planteada la utilización de los alimentos del lugar basados en una cultura y ecosistema propios. La investigación arrojó como resultados 55 platillos, cuyos ingredientes principales son obtenidos, mayoritariamente, a través de recolección; en segundo término, se recurre al agroecosistema y al traspatio, donde es el nopal (*Opuntia ficus*) el alimento más consumido. Forma parte de las celebraciones más importantes, aquellas ocurridas dentro de las Capillas Familiares. La cocina tradicional, pertenece a la memoria histórica de la recolección para la alimentación, conservada principalmente por las mujeres. Siendo las limitaciones el periodo de tiempo, acotado a las condiciones climáticas del mismo. No obstante, al tener como implicaciones el recolectar y consumir diversos alimentos, el estudio es el único que

desglosa los alimentos de la cocina tradicional en Villa Progreso, desde la búsqueda de ofrecer bases para futuras investigaciones relacionadas con la alimentación en la Delegación y la región.

Palabras clave: *Cultura, semidesierto queretano, recolección, agroecosistemas, nopal*

FOODS USED IN TRADITIONAL CUISINE: VILLA PROGRESO, EZEQUIEL MONTES, QUERÉTARO

3.2.-Abstract

Food is essential for humanity; it is expressed in various ways. It is therefore important to recognize the various traditional cuisines of Mexico. Therefore, the objective of the research will be to identify the main dishes of traditional cuisine in the Villa Progreso Delegation, Ezequiel Montes, Querétaro, in order to determine their composition, in the first place. Second, establish the means of obtaining the food that make up traditional dishes, through an ethnographic study, under the assumption that: traditional regional cuisines are the reflection of different human aspects such as culture, local markets, history, environmental aspects, generational ties and relationships with the land. The use of local food based on its own culture and ecosystem is proposed. The investigation yielded 55 dishes, whose main ingredients are obtained, mostly, through harvesting; secondly, the agroecosystem and backyard are used, where nopal (*Opuntia ficus*) is the most consumed food. In addition, the nopal is part of the most important celebrations, those that take place within the Family Chapels, sites that show the roots of the original peoples of the semi-desert of Querétaro, in a religious and culinary syncretism. In the same way, they belong to the historical memory of the collection for food, preserved mainly by women. Being the limitations the period of time, limited to the climatic conditions of the same. By having the implications of collecting and consuming different foods, the study is the only one that breaks down the foods of the traditional cuisine in Villa Progreso, from the search to offer bases for future research related to food in the Delegation and the region.

Key words: Culture, Queretano semi-desert, Harvest, Agroecosistem, Nopal

3.3.- Introducción

Las cocinas tradicionales son encontradas en el presente a lo largo de México. Forman parte de las distintas culturas y varían dependiendo del lugar, pero, además, son elementos de lo cotidiano. Sin embargo, resulta necesario profundizar en su estudio y entendimiento. Uno de los aspectos fundamentales para conocer las cocinas son sus ingredientes. Al conocerlos es posible observar, en un sentido complejo, tanto las raíces que dan forma a las cocinas, como sus relaciones con el ecosistema, con las formas de producción y comercialización e, igualmente, con la ritualidad que representan.

El estudio de las cocinas tradicionales ha sido abordado por autoras como Meléndez y Cañez (2009) que trabajan en torno al elemento de identidad y desarrollo en un caso de estudio; Cárdenas (2014) quien lo hace con el sabor como construcción cultural del pueblo raramuri; Bourges y Vargas (2015) quienes relacionaron la cocina tradicional con el aspecto de la salud; y Licona et. al (2017) los cuales analizan etnográficamente las cocinas.

Las características propias de cada una de las cocinas tradicionales las hace únicas. Conocerlas en sus diversos aspectos es por lo tanto aportar al conocimiento. Asimismo, estudiarlas contribuye a hacer visibles aspectos de los diferentes sistemas alimentarios ubicados en cada cultura. El presente trabajo forma parte de un primer acercamiento en un caso de estudio para la cocina tradicional, siendo de gran importancia conocer que existe detrás de cada plato, abordando los ingredientes y las formas culturales que engloba. En ese sentido, el objetivo de la investigación es estudiar los principales platillos tradicionales de la comunidad de Villa Progreso, Ezequiel Montes, en vías de conocer su composición e identificar las formas de obtención y procedencia de los alimentos que los conforman. Mediante un estudio de corte cualitativo, el punto de partida es el supuesto de ser las cocinas tradicionales un reflejo cultural, económico, histórico, de elementos ambientales, referente a vínculos generacionales y relaciones con la tierra. El planteamiento es que en la cocina tradicional de Villa Progreso son utilizados alimentos locales basados en la cultura y ecosistema de ese territorio.

3.4.- Cocina tradicional

Existe para cada pueblo una cultura alimentaria particular, la cual nutre colectivamente al estómago antes que la mente, aunque esta sea más compleja que el mero proceso fisiológico digestivo (Harris 1999). La humanidad construye y deconstruye su imaginario adaptándolo a su cultura. La alimentación, entonces, puede ser analizada como un agente de enlace y refuerzo de lo cultural (Arias González, 2014). En términos biológicos, la alimentación remite a la incorporación de los nutrientes requeridos para lograr la supervivencia de organismos; no obstante, en cuanto a la humanidad, se trata de un proceso de mayor complejidad, al implicar también elementos sociales y culturales (McClung et al., 2014).

En ese tenor, el sabor no solo es definido por la reacción gustativa a estímulos mediante mecanismos fisiológicos sensoriales, sino que es un fenómeno con cualidades dependientes por completo de la cultura, es decir es construido y puede ser objeto de modificaciones en el espacio y en el tiempo (Cárdenas Carrión, 2014). De esa manera, Harris (2001:9) define cultura como “el conjunto aprendido de tradiciones y estilos de vida, socialmente adquiridos, de los miembros de una sociedad, incluyendo sus modos pautados y repetitivos de pensar, sentir y actuar”, refiriéndose así a su modo de comportarse. Por su parte, Licona et al. (2017:19), definen a la cultura alimentaria como “el acumulado de representaciones, creencias, conocimientos y prácticas heredadas o aprendidas asociadas a la alimentación, compartidas por los miembros de una cultura dada o de un grupo social determinado dentro de un mismo contexto”.

Según McClung et al. (2014), la cocina tradicional es aquella que mantiene patrones culturales transferidos de forma generacional, tales como formas de preparación y consumo, aunque de la misma forma puedan incorporar nuevos productos a la dieta. Al retomar a Meléndez et al. (2009), puede afirmarse que además de los saberes, prácticas alimenticias y la herencia de la identidad cultural, en las cocinas tradicionales existen igualmente costumbres y ritos que se reconocen generacionalmente. Se trata de un acervo histórico, construido socialmente. Asimismo, Licona et al. (2017), reiteran el ser las cocinas sistemas complejos de

alimentación, cuya base está dada en cocinar y comer alimentos básicos, también conocidos como súper alimentos culturales, sin abandonar los secundarios y periféricos, todos ellos entrelazados simbólicamente.

Por esto, las cocinas tradicionales están vinculadas con el desarrollo local, a través de la alimentación. En ellas son reflejados los mercados locales, la economía, la historia y los vínculos generacionales existentes entre la tierra y las personas (Meléndez et al., 2009). Se trata de un segmento fundamental del ambiente, con su riqueza y diversidad cultural de cada país, que además dan notoriedad a los componentes en los que son desarrollados como el trabajo colectivo, el tiempo invertido y en otro sentido el grupo social de las mujeres. Ellas mantienen una marcada participación en estas tareas, por lo cual los contextos de existencia de las cocinas deben ser valorados, reivindicados y estimulados (Tapia Morales, 2009).

3.5.- El semidesierto queretano

Sin duda, los alimentos vegetales de origen prehispánico continúan siendo base de la dieta, ajustados a cada región. En consecuencia, a pesar de que el maíz (*Zea mays*) es de gran importancia para la alimentación, distintas especies florísticas tienen una contribución significativa dentro de la formación de las dietas tradicionales en México. Durante la época prehispánica en Mesoamérica la alimentación estuvo basada principalmente en el sistema agrícola de temporal: en valles, laderas o terrazas. Complementariamente, eran realizadas recolecciones de flora en los lugares cercanos a cultivos y sitios alejados como ríos, bosques, entre otros (McClung et al., 2014).

En otro sentido, ubicado en la frontera transicional de tradiciones mesoamericanas, el semidesierto queretano es un área de choque, al tiempo que, de intercambio cultural, donde los habitantes vivían en cuevas, lomas o sitios temporales. Su principal actividad era la caza y recolección. En menor proporción la agricultura (Prieto et al. 2012). Los grupos seminómadas, denominados en lengua nahua “chichimecas”, habitantes del semidesierto desde aproximadamente el año 400 antes de nuestra era, mantuvieron prevalentemente en una vida semisedentaria y

nómada. Al iniciar el periodo de la colonia habitaban principalmente poblaciones pames y jacones, cuya subsistencia se basaba en la recolección y cacería.

Parte de esos grupos se movilaron a la Sierra Gorda y parte de Guanajuato, no sin antes ofrecer resistencia en la Guerra Chichimeca, ante el avance otomí encabezado por caciques, colonos y frailes españoles. Después de este momento, para el siglo XVIII, los pueblos originarios en Querétaro se acercaban al 59% del total poblacional. No obstante, con la revolución y su discurso nacionalista y progresista, el cual buscaba la homogeneización, incorporándoles a la economía, en el siglo pasado la cantidad de habitantes originarios fue menor a un 4% (Prieto et al., 2012).

La población adoptó costumbres mestizas con mezcla de los grupos originarios. Hubo un decremento en el habla del ñhãñhã, lengua del grupo otomí, derivado parcialmente de los esfuerzos para lograr la castellanización. Los grupos originarios del semidesierto tenían una tradición de movilidad y un “sentido flexible del territorio”, por lo cual la migración era parte de su identidad. Esto aún es visible (Vázquez Estrada 2005, Prieto *et al.*, 2012). Además, existe una recuperación identitaria, simbólica y afectiva por algunas comunidades hablantes del ñhãñhã (Vázquez *et al.*, 2017).

En el semidesierto queretano está ubicada la región chichimeca-otomí (ndo'muju-ñhãñhã) donde se encuentra el municipio de Ezequiel Montes (Vázquez Estrada, 2005), con .52% de población mayor a 3 años hablante de lengua indígena (INEGI, 2010). Villa Progreso es una de sus delegaciones, anteriormente llamada en ñhãñhã “Bothë”, nombre basado en la toponimia de los cerros “Tetillas” (Municipio de Ezequiel Montes, 2020) con un 1.21% de mayores de 3 años hablantes de lengua indígena.

3.6.- Materiales y métodos

Se optó por una investigación de corte cualitativa, mantenido un acercamiento constante, mediante la observación participante, con ella se participa para observar y, en otro sentido, se observa para participar. Fueron utilizadas, también, entrevistas etnográficas, sin una directiva imperativa, bajo el ajuste de la observación participante (Restrepo, 2016). Esto logró un encuentro reflexivo dentro de un

ambiente de relación social (Guber, 2011). El trabajo fue desarrollado con 10 mujeres reconocidas por sí mismas y la comunidad como cocineras tradicionales. Fueron realizadas visitas a sus hogares, a sus centros de trabajo, así como participando en los rituales, donde se involucra la cocina tradicional. Fue posible la participación en las actividades desarrolladas directamente entre febrero y diciembre de 2019.

Para realizar la triangulación de la información (Restrepo, 2016), se utilizaron las siguientes técnicas: observación participante, fuentes documentales, entrevista semiestructurada, entrevista etnográfica, informantes clave y fotografía. Posteriormente fue desarrollado el procedimiento de análisis de datos, se agrupó las recetas tradicionales y se identificó el lugar de procedencia, sus ingredientes principales y secundarios, además de su composición. Como resultado fueron estimados los ingredientes mayormente dominantes en la elaboración de los platillos.

Respecto al método de obtención de los alimentos remite a la recolección, cacería, producción o compra, ocurrida en los distintos espacios de procedencia de estos en el momento previo a ser consumidos. Los alimentos principales o básicos son definidos como aquellos en torno a los cuales gira la receta, sin los cuales no se podría preparar el platillo, además de ello generalmente se encuentran plasmados en los nombres. En contraparte, los alimentos secundarios se utilizan para complementarlos y llevar a cabo la receta.

Asimismo, la composición de platillos refiere a los alimentos constitutivos de las recetas, tanto principales como secundarios. Por otro lado, la dominancia es indicativa del predominio de uno o más alimentos, ya sea sobre un platillo o sobre los sitios de procedencia de estos.

3.7.- Resultados y discusión

El agua es un elemento base para el 62% del total de las recetas, su origen es variado dependiendo de la familia, su nivel económico y el momento. Puede obtenerse comprando garrafones en la tienda de abarrotes, con repartidores del purificador local, o hirviendo agua de la llave. Por lo anterior, no fue contemplada

como alimento de procedencia. Se encontraron un total de 55 recetas. De ellas 9 corresponden a bebidas y 46 a comidas. En el primer caso, los sitios principales de procedencia de los alimentos son la recolección, el agroecosistema, el mercado municipal, la tienda de abarrotes y el traspatio. En el segundo, la recolección, el agroecosistema y el mercado municipal.

En este estudio la recolección se entenderá como la acción de recoger alimentos en el hábitat que se desarrollan naturalmente, según las diferentes temporadas del año, sin necesidad de pasar por un proceso de producción agrícola o ganadera. Recolectar forma parte de la cultura y la identidad. Considerando a Altieri et al (2009), los agroecosistemas serán entendidos como aquellos sistemas agrícolas encontrados en determinados espacios geográficos pequeños, los cuales mantienen relaciones estrechas entre la población y los recursos utilizados para la producción alimentaria dentro de un área específica; su unidad de función es la población de cultivos. Para la investigación se entiende al traspatio como un espacio del hogar donde son producidos bienes, servicios y satisfactores entre los cuales se ubican alimentos, plantas de ornato y medicinales. Este conjunto faunístico tiene identidad cultural vinculada a la comunidad en particular y satisface necesidades como la alimentación (López et al., 2013).

3.7.1.- Composición, dominancia y procedencia

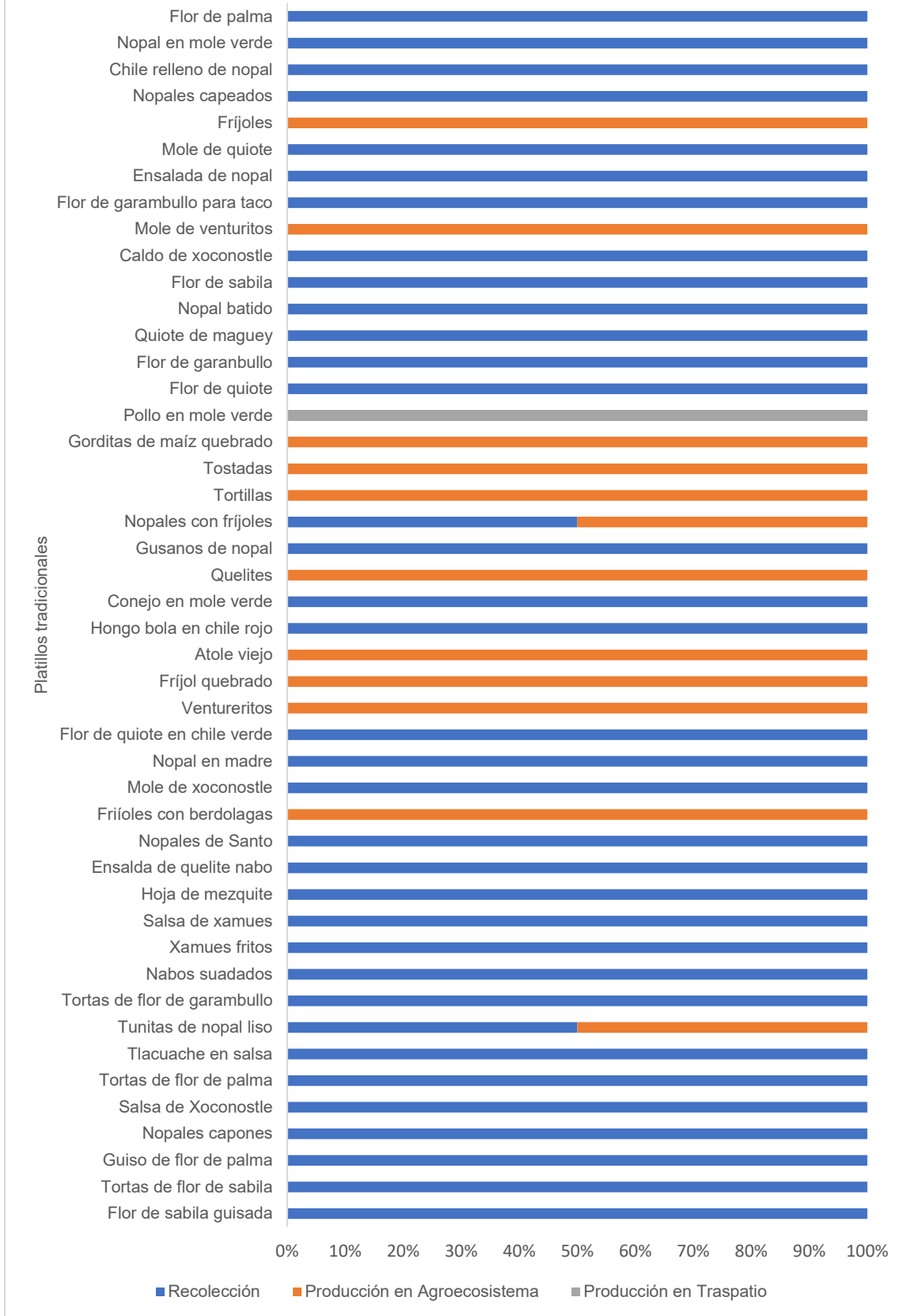
En cuanto a las recetas de comida, el “pollo en mole verde” consta de 10 ingredientes. Es el más robusto respecto al número de alimentos implicados. Por el contrario, los “gusanos de nopal” son acompañadas únicamente con sal. Es una de las recetas con menor número de elementos. La sal es utilizada en el 82.60% de recetas. Es obtenida siempre de la tienda de abarrotes. Otro ingrediente es la manteca, presente en el 32.60% de los platos, con proveniencia del mercado. No obstante, la manteca puede sustituirse por aceite comprado en las tiendas de abarrotes. Esto depende de la disponibilidad y acceso por cada familia en un momento definido.

En la obtención total de los alimentos 14.78% es mediante recolección, 5.05% a través de producción en agroecosistemas, 59.53% con compras en el mercado

municipal, 17.50% comprando en tiendas de abarrotes, y 4.28% mediante producción de traspatio. En cuanto a ingredientes principales dentro de las recetas, el 69.23% proviene de la recolección, 21.15% del agroecosistema, 7.69% utiliza alimentos primarios de los dos anteriores, finalmente el 1.92% proviene del traspatio, tal como se observa en el **Cuadro 1**.

Cuadro 1 Formas de obtener alimentos principales en los platillos tradicionales. Se observan la importancia de la recolección dentro de la cocina tradicional. Fuente: elaboración propia.

Formas de obtener alimentos principales en los platillos tradicionales



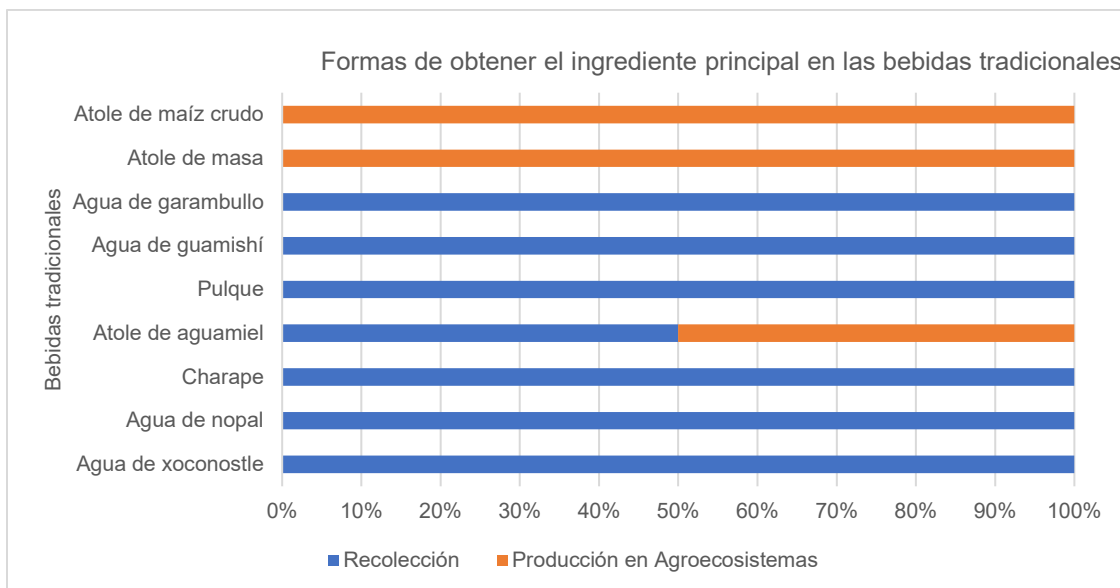
Cuadro 1.-Formas de obtención de alimentos en los platillos tradicionales. Se enlistan los platillos representativos y la procedencia de sus alimentos principales. Fuente: Elaboración propia.

En cuanto a la dominancia, los alimentos básicos con presencia en las recetas son: nopal de monte (*Opuntia ficus-indica*) 28.26%, Ya Xä'Ue (*Thasus gigas*) 4.34%, hongo silvestre (*Agaricus campestris*) 2.17%, tlacuache (*Didelphis virginiana*) 2.17%, conejo (*Sylvilagus floridans*) 2.17%, pollo (*Gallus domesticus*) 2.17%, frijol (*Phaseolus vulgaris*) 15.21%, maíz 6.52%, mezquite (*Prosopis laevigata*) 2.17%, gusano blanco (*Laniifera cyclades*) 2.17%, quelite nabo (*Brassica rapa L.*) 2.17%, quelite verdolaga (*Portulaca oleracea*) 2.17%, palma izote (*Yucca filifera*) 6.52%, garambullo (*Myrtillocactus geometrizans*) 6.52%, sábila (*Aloe barbadensis*) 6.52%, y maguey (*Agave salmiana*) 8.70%.

Algunas recetas contienen los mismos ingredientes, como por ejemplo el “frijol quebrado” y el “atole viejo” que utilizan frijol. Asimismo, el maíz es utilizado en “tortillas”, “gorditas” y “tostadas”, pero, además, funge como ingrediente principal en recetas que emplean insumos semejantes. La diferencia es la forma de preparación, no obstante, aparece, igualmente, en forma de masa nixtamalizada en un 6.4% de los platillos como ingrediente secundario. Esto hace evidente una diversidad de formas de preparación y consumo partiendo de un mismo alimento. Los ingredientes principales, por otro lado, provienen de la recolección, el agroecosistema, y en menor medida del traspatio. Estos hechos evidencian la importancia del ecosistema local y del agroecosistema dentro de la dieta tradicional, cuyas bases son encontradas en los recursos naturales y culturales locales.

En cuanto al traspatio, de él únicamente es obtenido el pollo como ingrediente principal, el huevo y ocasionalmente la menta (*Mentha spicata*) como ingredientes secundarios. En complemento, el conejo en ciertos momentos se consigue mediante la caza, aunque también es sustituido con el de traspatio. En el proceso de sustitución de adquisición de alimentos como el pollo, el huevo y la menta, llegan a ser adquiridos a través de compra en el mercado municipal. Respecto a los ingredientes secundarios vigentes en las recetas los de mayor dominancia, después de la sal y la manteca, son la cebolla (*Allium cepa*) en el 69.56%, ajo (*Allium sativum*)

en el 69.56% y chile guajillo (*Capsicum annuum* L. var. *guajillo*) en el 34.78% de los platos. La totalidad de estos alimentos son adquiridos en el mercado municipal. De esa manera, el mercado municipal abastece y permite la adquisición de los siguientes alimentos: cebolla 69.56%, ajo 67.39%, menta 32.60%, jitomate (*Solanum lycopersicum*) 4.34%, tomate (*Physalis philadelphica*) 8.69%, chile guajillo 34.78%, comino (*Cuminum cyminum*) 10.86%, bicarbonato 2.15%, chile serrano (*Capsicum annuum* var. *acuminatum*) 15.21%, chile pasilla (*Capsicum annuum* L. var. *pasilla*) 4.34%, chile poblano (*Capsicum annuum* L. var. *poblano*) 8.69%, cal 6.52%, y clavo (*Syzygium aromaticum*) 4.34%. Todos ellos son de uso para la realización de las recetas. Pese a tratarse de ingredientes de proveniencia mayoritaria del mercado, el 76.6% de las recetas utilizan menos de cuatro ingredientes de este sitio, el 9.3% cinco y el mismo porcentaje seis, mientras que solo el 4.65% utilizan siete. Es notorio que el 6.97% utiliza únicamente uno, mientras que el 27.90% emplea tres ingredientes, lo más común. La sal, manteca, cebolla, ajo y chile guajillo, son los ingredientes más utilizados en las recetas tradicionales. Sin embargo, todos aportan sabor y complementan la receta, aunque ninguno como ingrediente principal. Respecto a las bebidas, el “agua de nopal” utiliza la mayor cantidad de alimentos, tres. Por otro lado, los “atoles de: aguamiel y maíz” son similares en su contenido, pues, el primero es elaborado a base de aguamiel y maíz, mientras que el segundo lo es a base de maíz. En cuanto al piloncillo para endulzar, proviene del mercado, sustituido en ciertos momentos por azúcar adquirida en las tiendas de abarrotes. Los alimentos de elaboración de las bebidas provienen en un 41% de recolección, 41% del agroecosistema y 18% del mercado municipal. En otro sentido, respecto a los ingredientes principales, el 70% se obtiene de la recolección, mientras que el 30% del agroecosistema, como puede observarse en el **Cuadro 2**.



Cuadro 2 Formas de obtención de los ingredientes principales en las bebidas. Se aprecia la importancia de la recolección para la elaboración de bebidas. Fuente: elaboración propia.

Sobre los ingredientes principales de las bebidas tenemos al nopal de monte 22.2%, al maguey 33.3%, el garambullo 11.1%, el guamishi (*Ferocactus latispinus*) 11.1 % y el maíz 33.3%. Todos estos alimentos se presentan en las recetas de bebidas, donde el nopal mantiene su participación, mientras que en ellas el maíz tiene mayor dominancia. En cuanto a la composición de las bebidas, el 66.66 % tiene como base agua. El 44.4% contiene alcohol. En este caso deriva o es siempre “pulque y aguamiel”, ambas obtenidas del maguey. En otra medida, el piloncillo se utiliza como endulzante, encontrándose su uso en el 55.5% de las bebidas, mientras que el aguamiel es utilizado en 22.2%, la masa nixtamalizada en 22.2%, el pulque 22.2%, el maíz crudo 11.1%, el nopal 11.1%, el xoconostle (*Opuntia joconostle*) 11.1%, el garambullo 11.1%, el guamishi 11.1% y la guayaba (*Psidium guajava*) 11.1%.

Las bebidas son parte importante en la cocina tradicional de Villa Progreso. El maíz, en tanto primordial ingrediente tiene la misma dominancia en las recetas que el maguey. Pero de ese último es obtenido el “pulque”, el cual resulta un ingrediente principal del “charape”, la bebida más representativa del lugar.

3.7.2.- Obtención de los alimentos

La recolección es la identidad de la cocina tradicional de Villa Progreso. De igual manera que el nopal, alimento representativo y de mayor presencia en las recetas, el cual, no solo se consume durante todo el año, sino que, además, es el ingrediente principal del platillo más importante, “nopales de santo”. La preparación de las recetas conlleva un conocimiento heredado generacionalmente, desde elegir correctamente al alimento recolectado, hasta sus modos de preparar y consumir. Estos saberes comienzan a partir de la recolección, trasladan la cocina al ecosistema y el ecosistema a la cocina. La recolección está caracterizada por ser de temporal. Los alimentos recolectados, al no ser cultivados, se encuentran libres de residuos de agroquímicos. Además, son accesibles y asequibles, consumidos de forma casi inmediata. Son recolectados, limpiados, preparados, servidos y se consumen.

La recolección la realizan principalmente mujeres, individual o colectivamente, acompañadas de niñas y niños, pero también de otras mujeres de su familia. Los hombres participan en menor medida dentro de esa actividad, no obstante, en ocasiones la recolección sirve para intercambiar o llevar “por encargos”. En la recolección se recorren distintos hábitats: veredas, lomeríos, caminos, llanos, matorrales, rodales, pastizales y montañas. Es realizada a pie en la mayoría de las veces. Sin embargo, en cuanto a los productos derivados del maguey se llega a utilizar animales de carga.

Además, la recolección representa una forma histórica y cultural de alimentación, según Mazeko et al. (2017). En consonancia existe cada vez más un reconocimiento mayor de los alimentos de origen silvestre y su contribución a la dieta, nutrición y cultura. Por ello, es necesario aumentar estos esfuerzos para conocer este procedimiento.

Sobre los alimentos obtenidos a través de agroecosistemas, fortalecen las dietas a lo largo del año. El maíz, por ejemplo, acompaña todas las comidas mediante “tortillas”, “gorditas” y “tostadas”. Otro alimento constante es el frijol, consumido regularmente, ya sea solo o como acompañamiento. Por lo tanto, los agroecosistemas varían de familia en familia. Es de notar, que no todas cuentan con

espacios de cultivo, y las que los tienen usan mayormente los sistemas de temporal, conformados por maíz, o frijol y maíz principalmente. La semilla empleada es obtenida del mismo cultivo o intercambiada, pero debe observarse que cada vez es más común la mezcla con semillas híbridas en agroecosistemas de familias que cuentan con riego. Esto a pesar de no obtener la misma calidad en los granos, por su naturaleza. El frijol y el maíz, a diferencia de los alimentos recolectados, pueden almacenarse para su uso como granos y semillas durante diferentes épocas del año. Así, las familias que cuentan con agroecosistemas de temporal los utilizan principalmente como una forma de autoconsumo, aunque también se da la venta de producto. Del agroecosistema familiar se obtiene principalmente el maíz, aunque puede adquirirse también entre la población de la comunidad dedicada a su producción. Respecto del frijol, además de usar semilla local, es posible su obtención como alimento en el mercado local.

Los agroecosistemas en México aportan alimentos variados a la dieta de las familias. La milpa, los huertos y las terrazas, son de gran importancia en las reservas de alimentos familiares. Se trata de un “recetario viviente” constituido de acuerdo con el ambiente, las necesidades y preferencias locales. Conforman, de ese modo, una cosmovisión y cultura única de quienes los poseen (Moctezuma et al., 2016).

Dentro del mercado municipal de Ezequiel Montes, instalado semanalmente los lunes, confluyen en el mismo espacio habitantes de todas las comunidades del municipio. Su relevancia es tal que durante los días que se instala el mercado, los horarios y rutas del transporte público son modificados para satisfacer la demanda. Ofrece principalmente alimentos, algunos de temporada, mientras otros pueden encontrarse en cualquier época del año. Las cocineras prefieren los productos de ciertos locatarios, al tratarse de elaborar un platillo tradicional, debido a que existe una confianza en el producto que los vendedores ofrecen.

En el mercado municipal los comerciantes provienen de municipios colindantes, principalmente de Colón, Tolimán, Cadereyta, y del estado vecino de Hidalgo. Sin embargo, algunos de los productos provienen de las centrales de abastos de San Juan del Río y Querétaro o del agroparque ubicado en Colón. En complemento a la oferta de alimentos, el mercado permite encontrar ropa, herramientas, productos de

higiene y juguetes. Según Harris (1999) el mercado existe rudimentariamente en cualquier lugar donde un grupo de personas sin parentesco se reúnen para intercambiar algunos artículos, generalmente de consumo básico.

En otros términos, hay que precisar, respecto a los traspatios, que cada uno es único: las familias tienen sus particularidades en cada hogar dependiendo del espacio, tiempo para atenderlo, forma del terreno, integrantes de la familia y gustos. En el traspatio es posible encontrar especies de ornato hasta otras usadas en la cocina tradicional. Es el lugar para la cría de pequeñas especies animales. También es común que las especies vegetales del traspatio sean intercambiadas entre la población

Su atención depende principalmente de las mujeres, pero cada integrante de la familia tiene alguna participación. Es común observar un lugar de juego y aprendizaje y convivencia familiar. En ocasiones llega a cocinarse y comer en dicho espacio, lo que le atribuye gran importancia. Según López et al. (2013) del traspatio se obtienen productos que aportan a la alimentación familiar. Además, es una fuente de ahorro de dinero en la compra de alimentos y, también, una forma de conservación ambiental, pues los desechos generados en el hogar funcionan como alimento de los animales, lo que fortalece la cadena de ahorro y los lazos comunitarios, familiares y vecinales.

Por otro lado, el intercambio de alimentos usados en la cocina tradicional es realizado ocasionalmente, con los que se obtienen con la recolección, ya sea en crudo o en forma de algún platillo ya elaborado. Se trata de un vínculo prevaleciente entre personas cercanas de la comunidad, particularmente entre familiares.

3.7.3.- Alimentos de tradición

Importa destacar el hecho de que la cocina tradicional implica un consumo de carne reducido. El tlacuache, conejo y pollo, aportan la proteína animal. El primero de ellos es obtenido a través de cacería, en los alrededores de la población. Respecto al conejo puede ser obtenido por caza o en producción de traspatio. Esa producción es la más usada. Harris (1999) señala que el consumo de carne está relacionado con pequeñas poblaciones y tierras de cultivo modificadas; mientras que la alimentación de tipo herbívoro es recurrida por poblaciones amplias, cuya

tecnología y hábitat hacen insostenible producir carne, sin que esto se traduzca en una disminución de proteínas y calorías disponibles para las personas. En consecuencia, el pollo, al ser un animal domesticado, es el tipo de carne mayormente consumido y el más accesible, mostrando un más alto rendimiento en términos de las proporciones de alimento, comparativamente con el tlacuache y el conejo.

Según Harris (1999) en el mundo los insectos hacen parte de la dieta. Desde complejas civilizaciones hasta pequeñas aldeas, las culturas con dietas más diversificadas muestran un mayor consumo de insectos, frente a un acceso limitado a vertebrados grandes. En esos ejemplos, los insectos se consideran alimentos habituales. En Villa Progreso se consume el gusano blanco del maguey, pero sin duda el alimento característico de la dieta del semidesierto es la chinche de árbol, también conocida como tantarria, xamues y Ya Xä'Ue en ñhãñhu. Esta puede encontrarse en las hojas de mezquite, dejándola crecer para ser recolectada en su etapa adulta.

Por otra parte, un alimento más de la cocina son los hongos, no obstante, según Moreno Fuentes (2014), en estudios de alimentación y cultura es común detectar menormente su consumo, sin embargo, los hongos, están presentes en cualquier sitio de asentamientos humanos, incluyendo el Semidesierto. Consecuentemente, en Villa Progreso, el hongo silvestre es parte de las recetas de cocina tradicional, obtenido en periodos de lluvia y su subsistencia no dura más de una semana. Esto hace de su consumo algo breve, en el tiempo, y limitado a las personas colectoras, por su poca cantidad para guisos grandes.

Se puede observar que, la composición de las recetas tradicionales muestra una abundancia de alimentos vegetales, para dejar las especies menores de animales, hongos e insectos en un segundo lugar. Dando paso a dichos alimentos, los básicos obtenidos de la recolección pertenecen a la flora local. Según Wawan, et al. (2019) la flora silvestre y semi-silvestre son recursos fundamentales propios de las comunidades para satisfacer sus requerimientos alimenticios. Es posible decir que la relación existente entre las plantas y la humanidad revela por sí misma la relación con la naturaleza y define rasgos bioculturales propios.

Las flores integran parte importante de los alimentos tradicionales. Todas ellas son producto del proceso de recolección y son obtenidas de diversas especies como el garambullo, el maguey, la palma y la sábila, aunque su preparación varía. Todas se consumen casi inmediatamente y son apreciadas para elaborar platos, particularmente la palma. Se aprecia la flor de esta planta por ser más abundante y tener un mayor tamaño, con pétalos más gruesos, que le dan más rendimiento y duración en las recetas.

Lara et al. (2013) sostienen que la florifágia pertenece a múltiples culturas en el mundo que mantienen en sus poblaciones originarias dicha tradición: las flores como elemento y alternativa alimenticia. Sin embargo, el nopal es el alimento predilecto, conocido como “nopal de monte”. Su obtención es a partir de recolección, aunque circunstancialmente llega a ser comprado en el mercado local. Sin duda hay preferencia por el recolectado debido a su consistencia y sabor, diferente del de nopal verdura del mercado. Torres et al. (2015) afirman que en México desde la época prehispánica existe arraigo con el nopal, utilizado como alimento, pero, además, como medicamento, colorante, forraje y para la construcción. Dentro de la dieta mexicana actual es comido con frecuencia, además de su fruta. Su ingesta importa tanto como la del maíz y el frijol.

Otro elemento alimenticio es el maguey, muy importante para producir la bebida y ser aprovechado como alimento. Las bebidas derivadas de él pueden tener uso familiar o destinarse a la venta local. Colunga et al. (2017) señalan de dicho árbol ser de gran importancia para los pueblos originarios, en cuanto a sus características, ya que permite distintos usos; entre estos es relevante el uso alimenticio y para bebidas: sin fermentar, fermentadas y destiladas.

El xocnostle, el guamishi, el garambullo, son frutos apreciados, sobre todo el primero, al utilizarse dentro de las recetas de comida. Su sabor y consistencia proporcionan un rasgo característico a los guisos. Casas et al. (2003) afirman que las cactáceas son parte importante de la alimentación desde la época prehispánica. Existen códices donde se habla de ellas y hay nombres de lugares basados en las partes componentes de las cactáceas. De esta planta son aprovechados

concretamente los frutos, empleados como alimentos de consumo fresco, aunque el xoconostle, pueda consumirse frito o hervido.

Los quelites utilizados como recursos alimenticios en la cocina son recolectados en varios sitios. La verdolaga es apreciada como alimento, pero también por obtenerse dentro del agroecosistema sin necesidad de cultivarse. Bourges et al. (2015) destacan la existencia de alrededor de 500 especies de quelites importantes para su uso culinario desde tiempos prehispánicos. Una diferencia es que los colonizadores solo aceptaban alimentos cultivados. Por ello una gran variedad de quelites fueron sustituidos por plantas no nativas, como la col (*Brassica oleracea*) y la acelga (*Beta vulgaris* L.), sin menoscabo del consumo de quelites, aún mantenido. Dos alimentos cultivados, el maíz y el frijol, son primordiales y de gran importancia. Aunque se trate de cultivos de temporal son utilizados durante cualquier época, sin faltar en la comida diaria o las festividades. Lo anotado por CONACULTA (2005) refiere a que el frijol al igual que el maíz son alimentos básicos en México. Su consumo es de distintos modos en todo el país y expresa una diversidad cultural a través de las generaciones. Para muchas poblaciones el maíz es eje de ceremonias y rituales. A nivel mundial es el producto cultural más productivo.

La cocina tradicional de Villa Progreso conserva en gran medida sus ingredientes. Sin embargo, la sustitución de alimentos es evidente, por ejemplo, en el cambio de la manteca por aceite o del piloncillo por azúcar. El aceite y el azúcar se consiguen más fácilmente, de manera crecientemente continua. Ante esta realidad, ningún alimento principal es sustituido con alimentos industrializados. En el ejemplo del hongo, cuyo periodo de recolección no supera un mes, algunas veces es sustituido por champiñón (*Agaricus bisporus*), el cual es obtenido del mercado local durante cualquier época del año. Esto refleja un fenómeno de contraste cuando el hongo es un producto de menor abundancia y temporalidad, que puede sustituirse todo el año y así preparar “hongo bola en salsa roja”.

Resalta que los sistemas alimenticios son dinámicos, que pueden modificarse en el tiempo en función de condiciones culturales y ambientales, pueden, entonces, sufrir alteraciones desde su base, hasta modificar y sustituir algunas partes. Tomando esto como punto de partida el sujeto social y colectivamente hace una apropiación

y desarrollo alimenticio Como práctica social, la alimentación se considera, por lo tanto, una estrategia consiente de la subsistencia, donde la creatividad dentro de lo cotidiano conduce, en lo individual y lo colectivo, a crear y recrear nuevas maneras alternas de satisfacción de la necesidad alimentaria, sea esta en forma material o simbólica (Aguilar, 2014).

3.7.4.- Cocina en la cultura

Las cocinas tradicionales refieren a mucho más que a simples recetas o alimentos aislados. Sus aportes a la nutrición representan también, en el transcurrir generacional, un uso en espacios simbólicos, donde hay celebración, convivencia y comida. Por ejemplo, en la celebración de las Capillas Familiares de Villa Progreso, cuando es realizada la fiesta de mayor importancia comunitaria. Este festejo evidencia las raíces de pueblos originarios, a partir del sincretismo religioso y culinario, surgido durante la colonia. También significa la memoria histórica de la recolección y alimentación, al servir los alimentos producto de las recolecciones para la cocina del festejo. La “Fiesta de Santo”, realizada anualmente y cercana al rito de semana santa, no carece de una fecha exacta, ya que cada capilla familiar decide según sus familias la fecha de celebración. Por ello, puede variar algunos días, pero es común realizarla pocos días previos o al inicio de las fiestas de semana santa, entre abril y marzo.

Durante la Fiesta de Santo en la Capilla Familiar, los alimentos son fundamentales. Su elaboración ocurre días antes en forma colectiva entre las mujeres, que arranca con la recolección del “nopal de monte”, esencial para lo cocinado. Posteriormente a tener los alimentos reunidos, se procede a preparar en la cocina de una de las mujeres la comida. En esta ceremonia son servidos diferentes guisos de elaboración femenina, integrantes de las varias familias que conforman la capilla de oratorio. Cada familia presenta distintos guisos elegidos entre ellas según su tiempo, acceso económico y disponibilidad. Pese a estas divergencias, todas ofrecen el plato principal “nopal de santo”, acompañado con “tortillas de colores”, al tiempo que los hombres y niños de las familias preparan el “charape”. Para esta ceremonia el nopal, el maguey y el maíz son la base de los platillos principales. Previo a ser servidos, los alimentos se bendicen y presentan al interior de las capillas, igualmente por las

mujeres, quienes después colocan las tortillas a lo largo de la mesa, preferentemente formando una cruz. Continúa la servida de los platos individuales para cada asistente, mientras que los hombres se encargan de llevar y servir la bebida tradicional.

Según Prieto et al. (2012), las Capillas Familiares son una manifestación de la cultura otomiana. En las capillas familiares se rinde culto a los antepasados, a personas fundadoras del linaje. Cada capilla posee una deidad dedicada a ella. Estos lugares son esenciales en la familia y la comunidad, al ser sitios de realización ceremonial de mayor importancia. Son el espacio donde es mostrada la pertenencia familiar particular y la comunitaria. Son elementos primordiales de la identidad (Mendoza et al. 2006). Según Medina Manrique (2017), el pueblo otomí del Semidesierto mantiene tradiciones asociadas a lo prehispánico, en la realización de construcciones simbólicas dentro de determinados espacios, como las capillas familiares

Otra característica, es el ser las mujeres las principales representantes de la cocina tradicional. Ellas conservan el conocimiento sobre la alimentación de Villa Progreso. Sin embargo, los hombres son los encargados de elaborar las bebidas alcohólicas. De tal manera, los roles en la alimentación están definidos, aunque en la mesa exista un punto de encuentro. Los roles representados por hombres y mujeres en la cocina tradicional se van replicando. Cuando salen al corte del tallo de maguey, los hombres pueden ir acompañados de mujeres, pero para la elaboración de la bebida derivada de esta planta, únicamente permanecen hombres y, en ocasiones, niños. Para la cacería son los hombres quienes la efectúan. En términos del agroecosistema, trabajan tanto hombres como mujeres, a veces incluso niños y niñas. En el proceso de recolección de insectos y hongos es la presencia de la mujer la predominante, algo semejante ocurre en la obtención de leña, elegida a partir del guiso a elaborar. Las mujeres son las presentes en la recolección, en el trabajo en la milpa, en el atender el traspatio, en el realizar intercambio de alimentos, en el hacer compras en el mercado y la tienda de abarrotes, en la preparación de alimentos, además de repartirlos y servirlos. Por lo tanto, las mujeres se encargan de la alimentación propia y de sus familias. Aguilar Escobedo (2015), afirma de la

cocina ser un espacio donde las mujeres conviven con su autonomía y su confinamiento, cuando no escapan a las actividades domésticas y en caso de emplear a alguien se trata de otras mujeres. Ellas mismas son las encargadas de supervisar y preparar todo para la alimentación, a través de su conocimiento, sus rituales y sus vínculos afectivos y corporales.

3.8.- Conclusión

Se encontraron 55 recetas de cocina tradicional en Villa Progreso, nueve de ellas pertenecientes a bebidas. Los principales alimentos utilizados en la cocina tradicional de Villa Progreso son obtenidos preponderantemente por recolección. Segundamente lo son a través de la producción en diversos agroecosistemas. El nopal de monte es el alimento tradicional por excelencia siendo los Nopales de Santo, el platillo principal de la comunidad. El charape, bebida alcohólica fermentada del maguey, es característica de la localidad.

Cada platillo se compone de diversos alimentos, evidenciando una dieta con poca ingesta de carne. De manera general los principales se obtienen en distintas épocas del año, haciendo una cocina tradicional de temporal. No obstante, se combinan con alimentos que provienen del mercado local y se pueden encontrar a lo largo del año. A pesar de la industrialización de los alimentos, no se encuentran presentes dentro de la cocina tradicional, siendo un punto clave que no debe pasar desapercibido.

Todo lo anterior hace evidente el conocimiento local y la estrecha relación con el Semidesierto, herencia de generaciones pasadas. La procedencia de los alimentos empleados en la cocina tradicional de Villa Progreso da cuenta de una marcada resistencia cultural, particularmente al observar la recolección y la agricultura, por sobre la compra de productos del mercado y tiendas de abarrotes. Esto facilita y promueve una dieta fresca y de temporal.

Las cualidades biogeográficas hacen única la cocina tradicional. Se trata de un aporte conjunto entre la recolección, la agricultura, la historia y la tradición alimentaria. Mantiene vigentes formas de alimentación asociadas a la cultura, representadas en la mesa de cada familia atravesando generaciones. La cocina tradicional de Villa Progreso es una manifestación de aculturación de la

alimentación, partiendo desde la herencia de pueblos originarios (casería, recolección y agricultura), transitando a las comidas en festividades en las Capillas Familiares de herencia mestiza, arribando hasta la sustitución de alimentos en mercados y tiendas de abarrotes.

La cocina tradicional está ligada a las familias, especialmente a las mujeres, quienes están presentes en cada etapa de la alimentación, resguardando y replicando conocimientos culinarios, ecológicos y agrícolas. Sin duda, los roles de género implican también, aunque en menor medida, la presencia de hombres dentro de esta cultura alimentaria.

3.9.- Literatura citada

Aguilar Escobedo, M. (2015). Dakar: del mercado a la cocina y a la mesa. La comida, sus relaciones y sus símbolos. *Estudios de Asia y África*, 50 (3), 679-700. Recuperado de: <http://www.scielo.org.mx/pdf/ea/v50n3/2448-654X-eea-50-03-00679.pdf>

Altieri, M., Hecht, S., Liebman, M., Magdoff, F., Norgaard, R., y Sikor, T. (1999). Agroecología Bases científicas para una agricultura sustentable. Montevideo: Editorial Nordan-Comunidad. Recuperado de: <http://agroeco.org/wp-content/uploads/2010/10/Libro-Agroecologia.pdf>

Aguilar Piña, P. (2014). Cultura y alimentación. Aspectos fundamentales para una visión comprensiva de la alimentación humana. *Anales de Antropología*, 48 (1), 11-31. [https://doi.org/10.1016/S0185-1225\(14\)70487-4](https://doi.org/10.1016/S0185-1225(14)70487-4)

Arias González, J. (2014). Un vertiginoso viaje etnohistórico dentro de los imaginarios alimentarios, en el simbolismo de cacao en México. *Anales de Antropología*, 48 (1), 79-95. [https://doi.org/10.1016/S0185-1225\(14\)70490-4](https://doi.org/10.1016/S0185-1225(14)70490-4)

Bourges Rodríguez, H., y Alberto Vargas, L. (2015). La cocina tradicional y la salud. *RDU Revista digital universitaria*, 16 (5), 2-11. Recuperado de: <http://www.revista.unam.mx/vol.16/num5/art36/>

Cárdenas Carrión, B. (2014). Construcciones culturales del sabor: comida raramuri. Ciudad de México: *Anales de Antropología*. 48 (1), 33-57. [https://doi.org/10.1016/S0185-1225\(14\)70488-6](https://doi.org/10.1016/S0185-1225(14)70488-6)

- Casas, A., Otero Arnaiz, A., Pérez Negrón, E., y Valiente Manuel, A. (2003). Manejo y domesticación de cactáceas en México. *Zonas Áridas*, 73-103. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/283512892_Manejo_y_domesticacion_de_cactaceas_en_Mesoamerica
- Colunga García, P., Torres García, I., Casas, A., y Figueredo Urbina, A. (2017). Los agaves y las prácticas mesoamericanas de aprovechamiento, manejo y domesticación 1. En A. Casas, J. Torres Guevara, y F. Parra Rondinel, (Eds.), *Domesticación en el continente americano Vol. 2.* (pp. 273-308). Ciudad de México: Universidad Nacional Autónoma de México, Universidad Nacional Agraria La Molina. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/316883938_Los_agaves_y_las_practicas_mesoamericanas_de_aprovechamiento_manejo_y_domesticacion_1
- CONACULTA. (2005). El expediente Pueblo de maíz. La cocina ancestral de México. En G. Olivo de Alba (coord.) *Patrimonio Cultural y turismo Cuadernos 10.* (pp.13-126). Ciudad de México: Consejo Nacional para la Cultura y las Artes. Recuperado de: <https://ilamdocs.org/documento/3545/>
- Guber, Rossana. (2011). *La etnografía, método de campo y reflexividad.* Buenos Aires: Siglo XXI Editores.
- Harris, Marvin. (2001). *Antropología Cultural.* Madrid: Alianza Editorial.
- Harris, Marvin. (1999). *Bueno para comer, enigmas de alimentación y cultura.* Madrid: Alianza Editorial.
- INEGI, (2010). *Datos abiertos. Querétaro. Censo de Población y vivienda 2010.* Ciudad de México: INEGI. Recuperado de: https://inegi.org.mx/programas/ccpv/2010/#Datos_abiertos
- Lara Cortés, E., Osirio Díaz, P., Jiménez Aparicio, A., y Bautista Baños, S. (2013). Contenido nutricional, propiedades funcionales y conservación de flores comestibles. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*, 63 (3), 197-208. Recuperado de: <https://www.alanrevista.org/ediciones/2013/3/art-2/>

- Licona Valencia, E., García López, I., y Cortes Patiño, A. (2017). Introducción: hacia un modelo de análisis de las cocinas con enfoque etnográfico especializado. En E. Licona Valencia, I. García López, y A. Cortes Patiño (Coords.). Alimentación, cultura y territorios: Acercamientos etnográficos. (pp. 13-28). Puebla: Benemérita Universidad Autónoma de Puebla Recuperado de: https://www.academia.edu/38754511/ALIMENTACIÓN_CULTURA_Y_TERRITORIO_ALIMENTACIÓN_CULTURA_Y_TERRITORIO_ACERCAMIENTOS_ETNOGRÁFICOS
- López González, J., Damián Huato, M., Álvarez Gaxiola, F., Zuluaga Sánchez, G., Parra Inzunza, F., y Paredes Sánchez, J. (2013). El traspaso de los productores de maíz: En San Nicolás de los ranchos, Puebla-México. *Ra Ximhai*, 9 (2), 181-198. Recuperado de: <http://www.revistas.unam.mx/index.php/rxm/article/view/53969>
- Mazeko, H., Shackleton, C., Nagoli, J., y Pullanikkatili, D. (2017). Children and Wild Foods in the Context of Deforestation Rural Malawi. *Human Ecology*, 45 (6), 795–807. <https://doi.org/10.1007/s10745-017-9956-8>
- McClung de Tapia, E., Martínez Yrizar, D., Ibarra, E., y Adriano Moran, C. (2014). Los orígenes prehispánicos de una tradición alimentaria en la cuenca de México. *Anales de Antropología*. 48 (1), 97-121. [http://dx.doi.org/10.1016/S0185-1225\(14\)70491-6](http://dx.doi.org/10.1016/S0185-1225(14)70491-6)
- Medina Manrique, A. (2017). Los otomíes del semidesierto queretano: Arte, historia y ritualidad. En E. Galicia Isasmendi, F. Quiles García, y Z. Ruiz Romero (Coords.). *Acervo mexicano: legado de culturas*. (pp.312-327). Puebla/Sevilla: Benemérita Universidad Autónoma de Puebla/E.R.A Arte, Creación y Patrimonio Iberoamericano en Redes. Recuperado de: https://issuu.com/somosconexion/docs/13_patricia_torres
- Meléndez Torres, M., y Cañéz de la Fuente, G. (2009). La cocina tradicional regional como un elemento de identidad y desarrollo local: el caso de San Pedro El Saucito, Sonora, *Estudios sociales*. 17, 183-204. Recuperado de: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-45572009000300008

- Mendoza Rico, M., Ferro Vidal, L., y Solorio Santiago, E., (2006). Otomíes del semidesierto queretano Pueblos indígenas del México contemporáneo. Ciudad de México: Comisión Nacional para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas. Recuperado de: <https://www.gob.mx/inpi/documentos/monografia-de-los-otomies-del-semidesierto-queretano>
- Moctezuma Pérez, S., Pérez Sánchez, J., y Rivera Herrejón, M. (2016). Aportes alimenticios de los agroecosistemas tradicionales en el México rural. En S. Padilla Loredo (Coord.). La crisis alimentaria y la salud en México. (pp:85-102). Toluca: Castellanos editores, Universidad Autónoma del Estado de México. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.11799/65489>
- Moreno Fuentes, A. (2014). Un recurso alimentario de los grupos originarios y mestizos de México: Los hongos silvestres. *Anales de Antropología*, 48 (1), 241-272. [https://doi.org/10.1016/S0185-1225\(14\)70496-5](https://doi.org/10.1016/S0185-1225(14)70496-5)
- Municipio de Ezequiel Montes. (2018). Villa Progreso. Delegaciones municipales. Recuperado de <http://www.ezequielmontes.gob.mx/villa.php>
- Prieto Hernández, D., y Utrilla Sarmiento, B. (2012). Amalgama de culturas: la región chichimeca otomí del semidesierto de Querétaro y Guanajuato. En J. Valle Esquivel, D, Prieto Hernández, y B. Utrilla Sarmiento, (Coords.). Los pueblos indígenas de la Huasteca y el Semidesierto Queretano: Atlas etnográfico. (pp. 51-76). Ciudad de México: Instituto Nacional de Antropología e Historia, Instituto Nacional de Lenguas Indígenas, Universidad Autónoma de Querétaro, Instituto Queretano de la Cultura y las Artes. Recuperado de: http://mediateca.inah.gob.mx/islandora_74/islandora/object/libro%3A446
- Restrepo, Eduardo. (2016). *Etnografía: alcances, técnicas y éticas*. Bogotá: Envión Editores. Recuperado de: <http://www.ramwan.net/restrepo/documentos/libro-etnografia.pdf>
- Torres Ponce, R., Morales Corral, D., Ballimas Casarrubias, M., y Névarez Moorillón, G. (2015). El nopal: planta del semidesierto con aplicaciones en farmacia, alimentos y nutrición animal. *Revista Mexicana de Ciencias Agrícolas* 6 (5),

1129- 1142. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/pdf/2631/263139893015.pdf>

Vázquez Estrada, A. (2005). ¿Peregrinar o morir? Lugares sagrados entre los chichimeca-otomí. *Gaceta de Antropología*. (21), 1-12. Recuperado de:
<http://hdl.handle.net/10481/7209>

Vázquez Estrada, A., y López Ugalde, R. (2017). Las disputas por el territorio: saberes ancestrales y políticas gubernamentales sobre la naturaleza en regiones indígenas de Querétaro, México. En N. Barrera Bassols, y N. Floriani (Coords.) *Saberes locales, paisajes y territorios rurales en América Latina*. (pp.143-148). Popayán: Editorial Universidad del Cauca. Recuperado de:
https://www.researchgate.net/publication/325102193_Saberes_paisajes_y_territorios_rurales_en_America_Latina#fullTextFileContent

Wawan, S., Giulia, C., y Vincenzo, Z. (2019). Bio-cultural Traits and Cultural Keystone Species, a Combined Approach: an Example of Application About Plants Used for Food and Nutraceutical Purposes in Aga Villages in Bali, Indonesia. *Human Ecology*, 48 (3), 917-929 <https://doi.org/10.1007/s10745-019-00124-5>

CAPÍTULO 4. ESPECIES SILVESTRES Y LA ALIMENTACIÓN: VILLA PROGRESO, EZEQUIEL MONTES, QUERÉTARO

4.1.-Resumen

Los servicios que brindan los ecosistemas son de gran importancia para la sostenibilidad, de ellos depende mantener sistemas alimentarios sanos, así, conservar la biodiversidad es fundamental. Los sistemas alimentarios tienen un gran impacto en los ecosistemas y la biodiversidad. El uso de especies silvestres en la alimentación deja cada vez más clara la importancia de la biodiversidad en las distintas dietas que pueden encontrarse en cada territorio según sus características bio-geográficas y culturales. En ese sentido, el presente caso de estudio tiene como objetivo identificar las especies silvestres utilizadas en la cocina tradicional de Villa Progreso, Ezequiel Montes; su procedencia, formas de utilización y tiempo de aprovechamiento, así mismo, indagar en su cultura mediante un análisis de kosmos, corpus y praxis propuesta por Toledo. Se identificaron hasta el momento 16 especies vegetales utilizadas de forma constante en la cocina tradicional, todas ellas recolectadas en diversos sitios y en diferentes épocas del año, contribuyendo así a dietas sostenibles que mantienen el ecosistema. Mediante el Índice de Dominancia Cultural de las Plantas Útiles se llegó a la conclusión que el género *Opuntia*, es el mejor representado y con mayor carga cultural. Así mismo, bajo el kosmos, corpus y praxis, se puede decir que las especies silvestres vegetales han contribuido a la alimentación de diversas generaciones. Mediante la cocina tradicional se ha mantenido viva la ritualidad relacionada con las especies silvestres y la alimentación. El uso y aprovechamiento de plantas silvestres debe analizarse entonces de manera más profunda, desde la conservación de la biodiversidad y los cocimientos sobre ella para lograr un desarrollo sostenible.

Palabras clave: *Especies silvestres, biodiversidad, alimentación*

WILD SPECIES AND ALIMENTATION: VILLA PROGRESO, EZEQUIEL MONTES, QUERÉTARO

4.2.- Abstract

Ecosystem services are very important for sustainability. Alimentary systems depend on them, thus protecting biodiversity is mandatory. The importance of the use of wild species is getting clearer in the diets that can be found in each territory based on the bio-geographical and cultural features. In this case, the present research is aimed to identify the wild species used in the traditional cuisine in Villa del Progreso, Ezequiel Montes. Its origin, kind of use and exploitation time. Moreover, inquiring in the culture of the people through a kosmos, corpus and praxis analysis proposed by Toledo. So far, 16 vegetal species were identified that have been used consistently in traditional cuisine. Every one of them collected in different sites and seasons of the year. The importance of the latter is that such activity contributes to the sustainability of diets that support the ecosystem. Likewise, through the Dominican Cultural Index of Useful Plants, we concluded that *Opuntia* genus is the best represented and with the major cultural weight. In addition, based on the kosmos, corpus and praxis, it is possible to conclude that wild vegetal species has contributed to the alimentation of many generations. Through traditional cuisine, the ritual related to wild species and alimentation has been conserved. In the same way, the knowledge corpus and use of wild species has to be analyzed in a deeper way. This is through biodiversity conservation and the knowledge about it to achieve a sustainable development.

Keywords: *Wild species, biodiversity, food*

4.3.- Introducción

Un punto clave para asegurar el futuro de la alimentación y agricultura es la biodiversidad, el conocimiento, protección y fomento de las condiciones de distintas especies, no solo cultivadas, sino también, silvestres, en conjunto forman parte de las dietas y sistemas agrícolas (Acevedo, et. al., 2019).

Existen diversos estudios que dan pie a investigaciones sobre plantas silvestres y sus relaciones con la alimentación Biurru et. al. (2007) y Romano (2008), Tardío (2011), Walter (2012), Mosquera (2015), Mazeko (2017), Pancordo et. al. (2020), entre otros. Resultado de sus investigaciones se mencionan que algunas especies se consumen en menor medida cuando se introduce la producción a gran escala y la industrialización, en parte debido al cambio de uso de tierra y la destrucción de hábitats naturales. No obstante, algunas especies se mantienen dentro del proceso de domesticación, en parte por el creciente reconocimiento de los alimentos silvestres es cada vez mayor, no solamente por la parte cultural y de resguardo de biodiversidad, sino también, por las cuestiones nutricia y económica.

Para abordar el tema es necesario hablar del capital natural, el cual, es indispensable para el desarrollo presente y futuro de los agroecosistemas y ecosistemas, en los cuales confluyen diversidad de pueblos originarios, que, en conjunto con su herencia generacional, histórica y cultural, conforman el patrimonio biocultural (Juárez et. al., 2019).

Sarukhán, et. al., (2017), definen al capital natural como el “conjunto de ecosistemas, tanto los naturales como los manejados por la humanidad, que generan bienes y servicios y son perpetuables ya sea por sí mismos o por el manejo humano”.

Los ecosistemas aportan servicios ambientales usados para el desarrollo de los países (CONABIO 2012), tales como, soporte, regulación, cultural y de provisión también llamados de bienes. Dentro de dichos bienes se encuentran el agua potable y los alimentos, mismos que en algunos casos se obtienen de forma directa de ecosistemas naturales (Sarukhán, et. al., 2017).

En México la mayor riqueza en cuanto a biodiversidad se localiza en territorios ocupados por comunidades rurales (CONABIO, 2012), las personas que habitan estos lugares producen alimento al tiempo que resguardan los ecosistemas, reflejando el conocimiento adquirido en diferentes momentos históricos dentro de cada cultura (Juárez et. al., 2019). Cada cultura se encuentra adaptada al ecosistema en el que vive, por lo tanto, en cada hábitat existen conocimientos únicos adquiridos por generaciones (Toledo, et. al., 2019).

Mediante los ecosistemas la población sustenta la vida, desarrolla actividades productivas y de servicios, interactúa en el paisaje y construye su territorio. En ese sentido, el vínculo entre el territorio y las culturas que lo habitan se relaciona con la apropiación y conformación de su identidad, dentro de la cuál, se encuentran los alimentos ligados al ecosistema (Silva, et. al., 2018), siendo los pueblos originarios, quienes contribuyen mayoritariamente a un aprovechamiento sustentable de los mismos (Juárez et. al., 2019).

Jiménez (2011) afirma que, la población originaria de las zonas desérticas y semidesérticas ha logrado formar el uso sostenible y múltiple de los ecosistemas, usando los recursos naturales con diversos fines, entre ellos la alimentación. En ese sentido, el presente caso de estudio tiene como objetivo identificar las especies silvestres utilizadas en la cocina tradicional de Villa Progreso, Ezequiel Montes; su procedencia, formas de utilización y tiempo de aprovechamiento, analizando la información con el IDCPU'f, al mismo tiempo que indagar en su cultura mediante un análisis de kosmos, corpus y praxis, partiendo del supuesto que las especies silvestres usadas en la alimentación forman parte de los recursos naturales locales y son aprovechados manteniendo la biodiversidad.

4.4.- Área de estudio

El desierto Chihuahuense cuenta con 16 géneros endémicos, aunque cada región se encuentra individualizada, sus composiciones florísticas refieren fidelidad por un aislamiento, en general la vegetación de estas regiones ha tenido menos impactos negativos por la humanidad (Rzendowski, 2006).

La zona árida del Desierto Chihuahuense se extiende desde la zona norte de México bajando hasta Oaxaca y Puebla, pasando por Querétaro e Hidalgo, a manera de islotes de aridez en un corredor continuo de clima semiseco, encontrándose en cada región relaciones entre sus floras (Rzendowski, 2006).

En la vegetación del semidesierto Queretano, se pueden observar matorrales de micrófilas, rosetófilas y crasicuales, dentro de las cuales predominan las familias Asteraceae, Fabaceae, Poaceae, Cactaceae y Rubiaceae (Jardín Botánico de Cadereyta, 2020).

En dicha región se localiza el municipio de Ezequiel Montes donde se ubica la delegación de Villa Progreso. Anteriormente conocida como Bothë, nombre en la lengua ñihãñha, que se le otorga por su toponimia con los cerros conocidos como Tetillas, posteriormente recibe el nombre de San Miguel Tetillas (Municipio de Ezequiel Montes, 2020). El municipio se localiza en la región origen otmi-chichimeca, o ndo'muju-ñãñhu (Vázquez Estrada, 2005).

4.5.- Metodología

El estudio es un análisis no paramétrico, teniendo en consideración dichas características, se realizó un acercamiento con la población para identificar las principales especies utilizadas en la alimentación. Mediante la técnica de bola de nieve (Restrepo, 2016), se contactó con 10 cocineras tradicionales, quienes trabajan de forma directa con las especies silvestres usadas en la alimentación.

Se empleó la observación participante, entrevistas etnográficas, recorridos de campo, y siguiendo a Restrepo (2016), se trianguló la información mediante recolecciones de diversas especies silvestres de manera conjunta con cocineras tradicionales. Dicha actividad fue para la preparación y consumo de alimentos.

En la identificación de especies se utilizó la Unidad de Información para la biodiversidad, del Instituto de Biología (UNIBIO) de la UNAM, en la que se encuentra sistematizada de forma electrónica la información de diversas colecciones del Instituto de Biología, dicha plataforma se encuentra abierta al público proporcionando variedad de información referente a la biodiversidad.

Posteriormente se calculó el Índice de Dominancia Cultural de las Plantas Útiles (IDCPU'f) propuesto por Burgos et. al. (2019), aplicándolo a especies de interés en la alimentación, se realizaron 60 encuestas dirigidas a mujeres y hombres de entre 30 y 60 años, pertenecientes a Villa Progreso. Esto con el fin de conocer la importancia cultural y nivel de uso, según la cantidad de menciones que recibe cada especie, donde:

Valor absoluto (Va): es la dominancia cultural absoluta, se obtiene a partir del número de entrevistas realizadas y el número de veces que se menciona cada especie.

$Va = N.^{\circ}$ total de menciones por especie en n casos.

$Vr =$ calculando la proporción de menciones que ha recibido cada especie con respecto al total.

Finalmente se realizó un análisis de kosmos, corpus, praxis, propuesto por Toledo, et. al., (2018), quién atribuye tales dimensiones a la teoría de etnoecología, mediante la cual se explica la apropiación de la naturaleza de forma material e intelectual, ésta última puede observarse también como simbólica y cognitiva.

4.6.- Resultados

En México existe una gran diversidad geográfica, que se refleja no solo en formas de cultivo complejas, sino también, en la recolección, el procesamiento, y formas de consumir y distribuir los alimentos (Silva, et. al., 2016).

Las especies silvestres usadas en la alimentación en Villa Progreso se obtienen mediante la recolección en diversos espacios y temporadas. Se identificaron un total de 13 especies, perteneciendo a 7 familias Figura 1, siendo la de mayor dominancia Cactaceae con 59 %, seguida de Agavaceae 11%.

La dominancia en cuanto a las familias tiene relación con que, la familia Cactaceae es originaria de América, se conforma por un aproximado de 2000 especies adaptadas a diversos climas, en México se alberga la mayor riqueza con 913 taxones y 80% de endemismo, distribuidos en las zonas desérticas y semidesérticas, sitios en los que tales familias brindan alimento y resguardo a diversidad de especies pequeñas como, roedores, murciélagos, aves, reptiles e insectos (Jiménez, 2011).

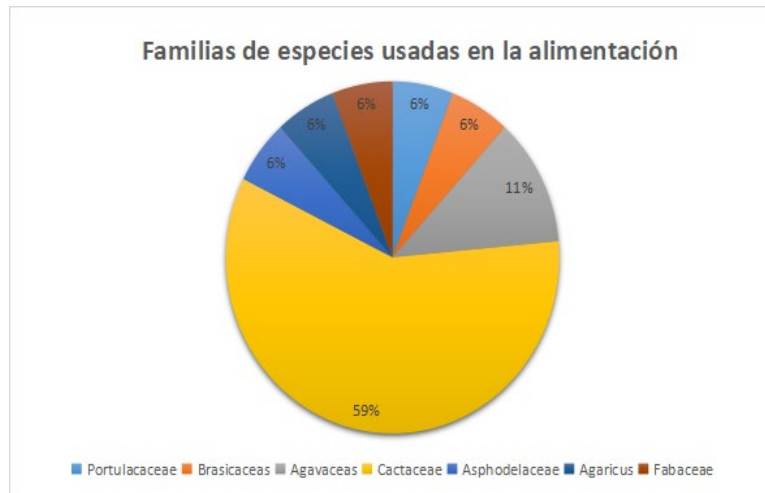


Figura1.- Familias de especies vegetales usadas en la alimentación. Fuente: Elaboración propia.

Por otro lado, de las especies utilizadas como alimento, se aprovechan distintas partes Gráfico 2, del 39% se utiliza el fruto, seguido de flores y tallos en un 9%, en cuanto a las formas de consumo Gráfico 3, el 34% se prepara hervido, 21% crudo y 15% frito, en contraste el estudio de Biurrun et. al. (2007), las partes más usadas de las plantas son los frutos y hojas, en menor medida las flores y tallos, así mismo, cocción, fresco e infusión son las formas más comunes de preparación de alimentos, por su parte Burgos, et. al. (2019) encontraron en su estudio que, las partes aprovechadas para alimentación son los frutos, flores, rebrotes y semillas.

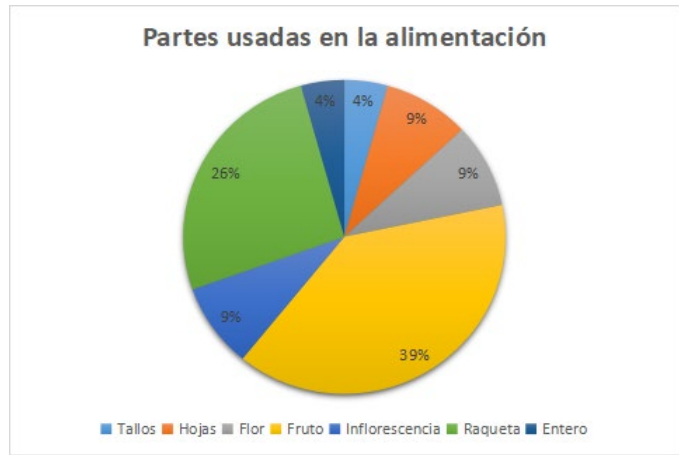


Figura 2 Partes de las especies vegetales usadas en la alimentación

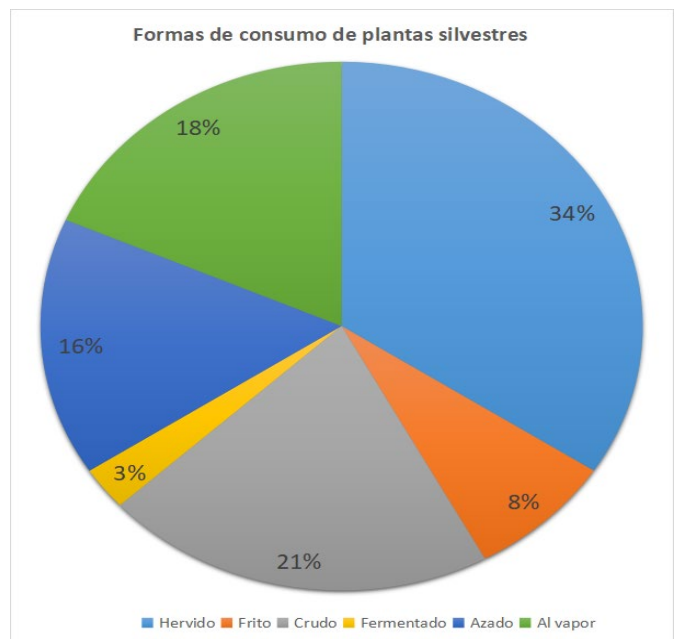


Figura 3 Formas de consumo de las especies silvestres en la cocina tradicional

A lo largo de todo el año se consumen diversas especies, el caso de las pertenecientes al género *Opuntia*, pueden consumirse durante cualquier época, no obstante, existen otras de temporalidad específica, *Agaricus campestris* se aprovecha entre el mes de agosto y septiembre, al inicio de la temporada de lluvia,

no obstante, su ciclo de vida es menor a una semana, por lo que su recolección y consumo son limitados.

A diferencia del estudio de Biurrun et. al. (2007), en el cual se registra que la recolección se da en lugares cercanos a los hogares y el campo, los hallazgos de la investigación muestran que la recolección se genera en, terrenos vacíos siendo los sitios de recolección más próximos a los hogares, así mismo, en los senderos y caminos se encuentran algunas especies, por otro lado, los rodales, matorrales, pastizales, llanos y laderas, son sitios comunes para recolectar, por último, dentro de los agroecosistemas se encuentran también especies útiles para la alimentación distintas a las cultivadas, que se mantienen como parte del ecosistema agrícola como se observa en el Cuadro 3.

Nombre común	Nombre científico	Familia	Parte utilizada	Época de consumo	Formas de consumo	Sitios en los que se encuentra
Quelite	<i>Portulaca oleracea</i>	Portulacaceae	Tallo y hojas	Junio a octubre	Hervido	Agroecosistema
Quelite nabo	<i>Brassica rapa</i>	Brassicaceae	Hojas	Junio-julio	Hervido	Agroecosistema, caminos, laderas, terrenos vacíos
Palma	<i>Yucca filifera</i>	Agavaceae	Inflorescencia	Mayo a junio	Hervido, frito	Rodalet naturales de <i>Yucca filifera</i>
Garambullo	<i>Myrtillocactus geometrizans</i>	Cactaceae	Flor y fruto	Febrero a mayo	Crudo y hervido	Llanos, laderas
Sábila	<i>Aloe barbadensis</i>	Asphodelaceae	Inflorescencia	A lo largo del año	Hervido, frito	Senderos, caminos, laderas
Maguey	<i>Agave salmiana</i>	Agavaceae	Inflorescencia y tallo	A lo largo del año	Hervido, frito, fermentado	Llanos, laderas, senderos, caminos
Nopal	<i>Opuntia ficus-indica</i>	Cactaceae	Cladodios y fruto	Abril a noviembre	Asado, hervido, crudo	Matorrales, laderas, llanos, caminos, terrenos vacíos
Nopal	<i>Opuntia undulata</i>	Cactaceae	Cladodios y fruto	A lo largo del año	Asado, hervido, crudo	Matorrales, laderas, llanos, caminos, terrenos vacíos

Nopal	<i>Opuntia albicarpa</i>	Cactaceae	Cladodios y fruto	A lo largo del año	Asado, hervido, crudo	Matorrales, laderas, llanos, caminos, terrenos vacíos
Nopal	<i>Opuntia laisiacantha</i>	Cactaceae	Cladodios y fruto	A lo largo del año	Asado, hervido, crudo	Matorrales, laderas, llanos, caminos, terrenos vacíos
Nopal	<i>Opuntia megacantha</i>	Cactaceae	Cladodios y fruto	A lo largo del año	Asado, hervido, crudo	Matorrales, laderas, llanos, caminos, terrenos vacíos
Nopal	<i>Opuntia robusta</i>	Cactaceae	Cladodios y fruto	A lo largo del año	Azado, hervido, crudo	Matorrales, laderas, llanos, caminos, terrenos vacíos
Mezquite	<i>Prosopis laevigata</i>	Fabaceae	Hojas	Abril	Al vapor	Matorrales, caminos, terrenos vacíos, senderos,
Guamishí	<i>Ferocactus histrix</i>	Cactacea	Fruto	Abril a Mayo	Crudo	Pastizales, matorrales, laderas
Xoconostle	<i>Opuntia xoconostle</i>	Cactaceae	Fruto	Julio, agosto, septiembre	Crudo, hervido	Llanos, laderas, matorrales
Chilito	<i>Mammillaria magnimamma</i>	Cactaceae	Fruto	Septiembre a noviembre	Crudo	Laderas, torrales, senderos, pastizales

Cuadro3.- Descripción de especies silvestres en la alimentación. Se describen las especies vegetales y sus características relacionadas con la cocina tradicional. Fuente: Elaboración propia

Las especies identificadas se consumen en distintas épocas del año, manteniendo una cocina tradicional cíclica, pues depende completamente de la naturaleza de cada especie; sin embargo, la población menciona la disminución de tales alimentos debido en parte por las variantes y escasas de las lluvias.

Los conocimientos para realizar la recolección van pasando de generación en generación, dando a las especies un manejo adecuado que les permite conservarlas al mismo tiempo que aprovecharlas como parte de sus alimentos, las técnicas usadas para la recolección evitan dañar a las especies, se realizan de forma manual, no son invasivas y se eligen únicamente individuos con características

deseadas según la receta y cantidad a preparar, en ese sentido, en acuerdo con Reyes, et. al. (2015), los servicios que brinda el ecosistema se asocian también con las prácticas culturales, entre las que se encuentra el consumo alimenticio de especies silvestres los cuales mantienen una alta apreciación cultural.

Las recolecciones se realizan generalmente a pie, pues no implican grandes volúmenes, ocasionalmente se realizan con ayuda de animales de carga cuando se trata de productos derivados de *Agave salmiana*, el cual se aprovecha únicamente en su etapa adulta.

Existen diversos sitios de recolección según cada especie, no obstante, *Yucca filifera* se recolecta en mayor medida dentro de un rodal de dicha especie, conocido localmente como *el palmar*, el cuál además de albergar tal especie, aloja algunas cactáceas, haciéndolo un sitio de gran interés para la recolección.



Figura 4.- El Palmar, área de recolección de diversas especies silvestres. Fuente: Elaboración propia

En cuanto al Índice de Dominancia Cultural de las Plantas Útiles (IDCPU'f) Cuadro 4, la especie más mencionada fue *Opuntia ficus-indica*, seguida de *Ferocactus histrix*, y de *Portulaca oleracea*, mientras que las especie con menor número de menciones fueron *Myrtillocactus geometrizans* y *Aloe barbadensis*.

Nombre común	Nombre científico	Número de menciones	IDCPU'f
Quelite	<i>Portulaca oleracea</i>	26	78
Quelite nabo	<i>Brassica rapa</i>	14	42
Palma	<i>Yucca filifera</i>	11	33
Garambullo	<i>Myrtillocactus geometrizans</i>	4	12
Sábila	<i>Aloe barbadensis</i>	5	15
Maguey	<i>Agave salmiana</i>	21	63
Nopal	<i>Opuntia ficus-indica</i>	33	100
Nopal	<i>Opuntia undulata</i>	22	66
Nopal	<i>Opuntia albicarpa</i>	18	54
Nopal	<i>Opuntia laisiacantha</i>	24	72
Nopal	<i>Opuntia megacantha</i>	21	63
Nopal	<i>Opuntia robusta</i>	23	69
Hongo	<i>Agaricus campestris</i>	16	48
Mezquite	<i>Prosopis laevigata</i>	14	42
Guamishí	<i>Ferocactus histrix</i>	28	84
Xoconostle	<i>Opuntia joconostle</i>	25	75
Chillito	<i>Mammillaria magnimamma</i>	6	18

Cuadro 4.- Índice de Dominancia Cultural de las Plantas útiles en la alimentación de Villa Progreso. Fuente: Elaboración propia.

El aprovechamiento de especies se relaciona con la necesidad de alimento que tienen las personas, por lo que es necesario entender la relación entre cultura y medio ambiente (Burgos, et.al, 2019), el caso de *Opuntia* muestra dicha relación, pues el platillo más representativo de la comunidad se realiza con dicho género, además de ello se puede observar el aprovechamiento de distintas partes y en diversas formas de preparación, una de ellas implica rellenar los cladodios grandes con otros jóvenes, lo que da cuenta también del uso de la especie en distintas etapas.

Opuntia spp. se aprovechaba desde las civilizaciones mesoamericanas originarias como fibra y alimentos, los tallos aún jóvenes se preparaban con diversas carnes y verduras, así mismo, sus flores y frutas eran también consumidas, éstas últimas frescas, deshidratadas, machacadas, o cocinadas para conseguir la miel de tuna y pasta dulce, dichas mieles se guardaban en conservas dentro de ollas de barro, así mismo, los grupos chichimecas también obtenían del fruto un fermentado a través del tamizar los frutos (CVS. et. al., 1997).



Figura 5.- Nopales recolectados y preparados por las cocineras tradicionales.
Fuente: Elaboración propia.

Scheinvar, et.al. (2011:17) mencionan a, *Opuntia undulata*, *Opuntia laisiacantha*, *Opuntia megacanta*, *Opuntia robusta*, como endémicas de México. Por otro lado, la SEMARNAT (2020), clasifica a *Ferocactus histrix* dentro de la categoría, *sujeta a protección especial*, según Jiménez (2011), las cactáceas enfrentan riesgos debido a las perturbaciones humanas, entre ellas, introducción de especies exóticas, cambio de uso de suelo, recolección con intereses tales como combustible, material de construcción y artesanías, forraje, tráfico ilegal de especies y alimentación.

Las perturbaciones humanas pueden contribuir a la degradación de los ecosistemas, sin embargo, el manejo que se le da a las especies usadas para alimentación en Villa Progreso, permite conservar y aprovechar de manera contigua, en ese sentido, es necesario trabajar con las personas locales quienes usan y conservan los recursos naturales, antes de catalogar sus prácticas generacionales de alimentación como algo externo al ecosistema en el que siempre han habitado, no obstante, es indispensable mirar hacia prácticas de cambio de uso de suelo, turismo, e industrias que se asientan en las cercanías, es decir, hacer una mirada crítica al desarrollo y el ecosistema.

Los conocimientos sobre las especies silvestres usadas en la alimentación contribuyen a la soberanía alimentaria de las localidades, en ese sentido, es preciso recordar y analizar los servicios que brindan los ecosistemas y las culturas que en ellos prevalecen, tal como lo han mencionado Sarukhán, et. al., (2017) y Juárez et.al., (2019).

Cruz y Vael et. al., (2016), afirman que, mantener los recursos fitogenéticos, es importante para la seguridad alimentaria de familias rurales, de manera particular las plantas silvestres que se usan para la alimentación, especialmente frente a la pérdida de biodiversidad y la deforestación, en ese sentido, en Villa Progreso las especies encontradas han formado parte de la dieta y la conservación *in situ* de los

recursos, sin embargo, es necesario realizar otros estudios sobre la biodiversidad en el área, para obtener un mayor conocimiento del estado en que se encuentra.

En su investigación Mosquera, et. al. (2015) afirman que, el conocimiento sobre las especies silvestres usadas en la alimentación corre riesgos, principalmente por el cambio de uso de suelo en los sitios de recolección y cultivo, por lo cual, es necesario que se generen acciones que permitan mejorar la información sobre las especies silvestres comestibles, para contribuir a su conservación, según Sylvester et. al., (2016) al crear políticas públicas y lineamientos para programas de manejo forestal, es necesario hacerlo mediante un enfoque que permita el acceso a los alimentos silvestres usados en la comida tradicional, no solo por su valor económico y nutricio, sino también, por la cultura y respeto de los miembros de la comunidad.

Los hallazgos encontrados hasta ahora refieren a un conjunto de conocimientos sobre los alimentos recolectados, su temporalidad, ubicación, formas de consumo e importancia cultural, en ese sentido, Toledo, et. al. (2018) afirma que, la apropiación de la naturaleza es universal, dicho fenómeno sucede mediante, las creencias o kosmos, conocimientos o corpus, y las actividades o praxis; todos ellos aspectos que conforman a la humanidad en sus diversos contextos.

Dentro del kosmos se pueden observar diversos fenómenos. El cerro conocido como “la Cruz” es un sitio que se considera sagrado para la población, en ese lugar se realizan diferentes rituales, tales como peticiones de lluvia, también, se lleva a cabo la recolección de alimentos, en ese sentido, los cerros, laderas, matorrales, nopaleras y rodales son de gran importancia para la población local. Es importante mencionar que, dentro de la delegación existen Capillas Familiares las cuales son de gran importancia en el culto religioso, dichas capillas datan de la aculturación religiosa que tuvieron los pueblos originarios, pues sus cultos anteriormente se realizaban en cuevas.

Cuando se realiza la fiesta de Santo en las Capillas familiares, los alimentos que se consumen, en su mayoría obtenidos mediante la recolección y la producción en agroecosistemas, son “presentados y bendecidos” en el interior de ellas antes de

comerse, dando cuenta de la importancia y la relación de los alimentos como parte del kosmos.

Por otro lado, en el corpus que se refiere a los conocimientos, destacan como punto clave la botánica de las especies recolectadas y usadas como alimentos, que además tienen diferentes usos tales como medicinales, leña, artesanía y de construcción. Conocer el ciclo de vida de las especies vegetales es fundamental para la alimentación, pues cada planta se consume en diferentes momentos de su ciclo.

En ese sentido, el conocimiento climático y meteorológico es de gran importancia pues la recolección obedece a un sistema alimentario estacional, es decir, varía a lo largo del año, no obstante, la población afirma que en los últimos años los periodos de lluvia han ido variando y disminuyendo, se han encontrado con cambios en las estaciones anteriormente más definidas, por lo que las especies vegetales han mermado, en consecuencia, las épocas de recolección han tenido algunas modificaciones adaptándose a los nuevos ciclos. A pesar de ello, sus conocimientos en cuanto al ecosistema se pueden reflejar en las formas de mantener a los alimentos que consumen.

La población cuenta con conocimiento sobre cada sitio en el que se realizan las recolecciones, pues cada uno alberga especies diferentes y las formas en que se recolecta depende de cada especie, por lo tanto, existe una relación entre los elementos que se encuentran en el paisaje y la alimentación.

Finalmente, en la praxis ocurre la mera acción de recolectar, cocinar y alimentarse, sustentadas en procesos y conocimientos históricos de la población de Villa Progreso. En dicha práctica, se reproducen los saberes que han permitido mantener a las especies usadas en la alimentación a lo largo de generaciones. Al recolectar de manera que no dañe a las especies ni al ecosistema se realiza una práctica de conservación poco observada, valorada y estudiada que es necesario investigar a profundidad.

Así mismo, las formas en que se preparan y consumen los alimentos recolectados, son prácticas que merecen ser reconocidas pues mediante ellas la población ha

logrado parte de su subsistencia en el semidesierto, dicha praxis data además de los pueblos originarios otomí-chichimeca que habitaron el lugar.

4.7.- Conclusión

Las especies silvestres identificadas para su consumo dentro de la cocina tradicional de Villa Progreso fueron 13, correspondientes a 7 familias, destacando entre ellas las cactáceas y el género *Opuntia*. Dichas especies se obtienen mediante la recolección en diversos espacios, desde caminos y rodales hasta agroecosistemas.

La cocina tradicional utiliza especies silvestres obtenidas en diversas temporadas a lo largo del año, siendo los meses de mayo y junio dónde se puede encontrar mayor diversidad de especies. Por otro lado, su aprovechamiento es variado, las partes que se consumen van desde las hojas, los frutos, hasta el tallo, en función de la especie que se va a preparar. En cuanto a las formas de utilización van desde hervido, crudo y asado.

En el índice de importancia cultural se muestra que existe conocimiento arraigado sobre los recursos fitogenéticos que han sido aprovechados y conservados in situ, siendo *Opuntia ficus-indica*, la especie con mayor importancia. En suma, a ello mediante el *kosmos*, *corpus* y *praxis*, se identificaron la ritualidad y los conocimientos aplicados a las especies silvestres utilizadas para alimentación.

El supuesto se cumple, las especies aprovechadas en la alimentación pertenecen a los recursos naturales locales, se aprovechan manteniendo la biodiversidad. Por generaciones se ha mantenido un manejo del ecosistema que les ha permitido contribuir a sus dietas saludables de forma sostenible, dicho proceso ha tenido modificaciones sociales y se ha mantenido en movimiento. El consumo de alimentos obtenidos de manera directa y de forma sostenible con los recursos biológicos, es un reflejo del aprovechamiento de los conocimientos del ecosistema en el que habitan.

Gracias a dicho entendimiento y aprovechamiento se ha logrado ingresar al mercado mediante el turismo gastronómico, utilizando de manera sostenible la

diversidad de especies en distintas temporadas, al mismo tiempo que se conservan los recursos naturales y por ende el ecosistema. El uso y aprovechamiento de plantas silvestres debe analizarse entonces de manera más profunda, desde la conservación de la biodiversidad y los conocimientos sobre ella, en ese sentido, es necesario tomar en consideración todos los servicios que nos brindan los ecosistemas, sin dejar de lado a la población local para los estudios de biodiversidad que pretendan dar pie a desarrollo sostenibles. El conjunto de conocimientos que mujeres y hombres poseen en cuanto a sus recursos naturales es sumamente valioso.

4.8.- Literatura consultada

- Acevedo F., Burgeff C., Koleff P., Ruiz S., Sarukhán J., Urquiza-Haas T. Capítulo. Biodiversidad en México pp. 13-17. *Alimentar a México sin Deforestar*. CONABIO. Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad. Ciudad de México. Pág. 90 ISBN: 978-607-8570-24-9
- Biurrum, E., Galetto, L., Anton, A. y Biurrum, F. 2007. Plantas silvestres comestibles utilizadas en poblaciones rurales de la Provincia de La Rioja (Argentina). *Kurtziana*. 33(1), 121-140
- Burgos Herrera, B., Saldaña Fernández, M. C., y López Medellín, X. 2019. Importancia cultural de especies forestales útiles, en tres comunidades de la Sierra de Huautla, Morelos, México. *Ambiente y Desarrollo*. 23(45). <https://doi.org/10.11144/Javeriana.ayd23-45.icef>
- CONABIO. 2012. Desarrollo territorial sustentable: Programa especial de gestión en zonas de alta biodiversidad. Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad, México. Pág. 48
- Cruz García, G. y Vael, L. 2016. El manejo de plantas silvestres alimenticias en escenarios de deforestación, ilustrado por una comunidad mestiza de la Amazonía Peruana. En, Casas, A., Torres Guevara, F. y Parra, F. Domesticación en el continente americano, Manejo de biodiversidad y evolución dirigida por las culturas del Nuevo Mundo. Volumen 1.

Universidad Nacional Autónoma de México, Universidad Nacional Agraria la Molina del Perú. Pp: 327-344.

CVS, CONABIO, UNAM, SEMARNAP, IE, 1997. Suculentas mexicanas Cactáceas. CVS. Pág. 146. ISBN: 968-7459-09-3

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, M. 2010. Metodología de la Investigación. McGraw-Hill Interamericana Editores, S.A. de C.V. Quinta Edición. México. Pág.613

Jardín botánico regional de Cadereyta Ing. Manuel Gonzales de Coiso, Consejo de Ciencia y tecnología del estado de Querétaro. En <<http://www.concyteq.edu.mx/JB/colecciones.html>>

Jiménez C., 2011. Las cactáceas mexicanas y los riesgos que enfrentan. Revista Digital Universitaria. 12(1). ISSN: 1067-6079

Juárez A., Lahoz D., Ramírez X. Acuerdos para una agenda pública. En Alimentar a México sin Deforestar. CONABIO. Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad. Ciudad de México. pp. 21-38. ISBN: 978-607-8570-24-9

Maseko, H., Shackleton, C.M., Nagoli, J. et al. Children and Wild Foods in the Context of Deforestation in Rural Malawi. 2017. Human Ecology. 45, 795–807 <https://doi.org/10.1007/s10745-017-9956-8>

Mosquera Mena, R., Santamaría Poli, T. y López Almansa, J., 2015. Sistemas de transmisión del conocimiento etnobotánico de plantas silvestres comestibles en Turbo, Antioquia, Colombia. Revista de Investigación Agraria y Ambiental. 6(1), 133 - 143. <https://doi.org/10.22490/21456453.1269>.

Municipio de Ezequiel Montes. (2018). Villa Progreso. Delegaciones municipales. Recuperado de <http://www.ezequielmontes.gob.mx/villa.php>.

Pancorbo Olivera, M., Parra Rondinel, F., Torres Guevara, J. y Casas Fernández, A. 2020. Los otros alimentos: Plantas comestibles silvestres y arvenses

en dos comunidades campesinas de los Andes Centrales del Perú.
Revista Etnobiología. 18(1), 8-36.

Restrepo, Eduardo. (2016). Etnografía: alcances, técnicas y éticas. Bogotá: Enviación Editores. Recuperado de: <http://www.ramwan.net/restrepo/documentos/libro-etnografia.pdf>

Reyes V., Méndez G., Aceituno L., Acosta R., Calvet L., Domínguez P., Garnatje T., Gómez E., Molina Man., Molina Mar., Rodríguez R., Serrasoles G., Valles J., Pedro M. 2015. From famine foods to delicatessen: Interpreting trends in the use of wild edible plants through cultural ecosystem services. *Ecological economics*. 120, 303–311. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ecolecon.2015.11.003>

Romano González, A. 2008. De flores, brotes y palmitos: Alimentos olvidados. *Agronomía Costarricense*. 32(2), 183-192. ISSN:0377-9424

Rzedowski, J., 2006. Vegetación de México. Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad. 1ra. Edición digital. México, 504 pp.

Sarukhán J., Patricia Koleff, Julia Carabias, Jorge Soberón, Rodolfo Dirzo, Jorge Llorente-Bousquets, Gonzalo Halffter, Renée González. Ignacio March, Alejandro Mohar, Salvador Anta, Javier de la Maza, Irene Pisanty, Tania Urquiza Haas, Sylvia P. Ruiz González, Georgina García Méndez. 2017. Síntesis Capital Natural de México Evaluación del conocimiento y tendencias de cambio, perspectivas de sustentabilidad, capacidades humanas e institucionales. CONABIO. Pág. 126. ISBN 978-607-8570-02-7

Scheinvar, L., Olalde, G. y D. Sule. 2011. Especies silvestres de nopales mexicanos. Universidad Nacional Autónoma de México. Instituto de Biología. Informe final SNIB-CONABIO, proyecto No. GE005. México D.F

SEMARNAT. 2020. Especies de plantas con flor prioritarias para la conservación, 2014 Número. Última revisión 2020. Gobierno de México. En

<http://dgeiawf.semarnat.gob.mx:8080/ibi_apps/WFServlet?IBIF_ex=D3_BIODIV02_16D&IBIC_user=dgeia_mce&IBIC_pass=dgeia_mce>

- Silva E., Aguilar A., Peralta A., 2018. Diversidad biocultural, alimentación e identidad gastronómica en México una propuesta para mantener la soberanía, soberanía alimentaria y producción sustentable. En Silva Rivera, E., Martínez Valdés, V., Lascurain, M. y Rodríguez Luna, E. De la recolección a los agroecosistemas soberanía alimentaria y conservación de la biodiversidad. Primera edición. Pág. 29-46. México. Universidad Veracruzana. ISSN: 9786075026985
- Silva E., Lascurain A., Peralta L., 2016. Cocina y biodiversidad en México. *Biodiversitas*. 124, 1-7.
- Sylvester O., García A., Davidson-Hunt I., 2016. Cosecha y acceso de alimentos silvestres por hogar y generación en el territorio indígena Talamanca Bribri, Costa Rica. *Human Ecology*. 44: 449–461 Springer Science + Business Media Nueva York. DOI 10.1007 / s10745-016-9847-4
- Tardío, J. 2011. Alimentos silvestres: la despensa más natural y nutritiva. *Ambiental: la revista del Ministerio de Medio Ambiente*. 95, 36-49.
- UNIBIO. 2020. Unidad de Información para la Biodiversidad. Instituto de Biología. En <<http://unibio.unam.mx/html/unibio.htm>>
- Vázquez Estrada, A. (2005). ¿Peregrinar o morir? Lugares sagrados entre los chichimeca-otomí. *Gaceta de Antropología*. (21), 1-12. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/10481/7209>
- Walter, A. 2012. Estudio etnobotánico de plantas usadas en la alimentación de los campesinos del noroeste de la Pampa Argentina. *Revista de antropología Chilena*. 44(3), 389-400. <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-73562012000300003>

CAPÍTULO 5. COCINA TRADICIONAL DE VILLA PROGRESO, SU RELACIÓN CON LA SOBERANÍA ALIMENTARIA

5.1.- Resumen

Cada cocina tradicional tiene particularidades singulares, en ellas se pueden encontrar aspectos que van desde la producción de alimentos hasta las formas de consumo y las personas que la desarrollan. En el caso de la cocina tradicional de Villa Progreso, se pueden encontrar características propias que se pueden analizar desde distintas perspectivas. Por otro lado, la soberanía alimentaria propuesta por la Vía Campesina mantiene siete pilares que la caracterizan. En ese sentido, el objetivo de la presente investigación se centra en analizar a la cocina tradicional de Villa Progreso, en torno a los pilares de soberanía alimentaria planteados por la Vía Campesina, examinando que tan soberana puede considerarse según dichos lineamientos. Utilizando la observación participante y encuestas etnográficas, el acercamiento a la comunidad comenzó durante 2018 y parte de 2019, en el cual se identificaron informantes clave, así como familias que representan de la cocina tradicional. En los hallazgos se muestra que la cocina tradicional puede observarse desde el punto de vista de la Soberanía Alimentaria según la Vía Campesina. La cocina tradicional al ser parte histórica de Villa Progreso y transmitida generacionalmente, da prioridad a su propio pueblo. Las cocineras tradicionales son reconocidas como las portadoras de la diversidad de conocimientos. La recolección y la cocina de temporal son las características principales de la cocina tradicional de Villa Progreso, es decir, en el sistema alimentario que representa se encuentra localizado dentro de la comunidad y mantiene cadenas locales y cortas. A través de la cocina tradicional se generan conocimientos relacionados con cada una de las partes que involucra la cocina, desde prácticas ecológicas hasta culinarias. Al ser un sistema alimentario basado en la recolección, la cocina tradicional trabaja de forma directa con la naturaleza. Se concluye que, la cocina tradicional cumple con los siete pilares de la soberanía alimentaria.

Palabras clave: *alimentos de cercanía, consumo local, producción limpia*

VILLA PROGRESO'S TRADITIONAL CUISINE, THE RELATION WITH FOOD SOVEREIGNTY.

5.1.- Abstract

Each traditional cuisine has unique features, aspects from producing food to those who prepare it can be found in them. For Villa Progreso, traditional cuisine distinctive characteristics can be found and analyzed from different perspectives. On the other hand, food sovereignty proposed by Via Campesina keeps its characteristic seven pillars.

For this matter, the objective on this research is focused on analyzing traditional cuisine in Villa Progreso around the food sovereignty's seven pillars proposed by Via campesina, discovering how sovereign it can be considered according to the rules.

Through active observation and ethnographic surveys, the approach to the community began along 2018 and 2019, when key informers were found, as well as traditional cuisine representative families. It is shown in the findings that traditional cuisine can be observed from the food sovereignty's point of view according to Via Campesina.

The traditional cuisine, being an historical part of Villa Progreso and transmitted from generation to generation, takes priority over its own people. Traditional cooks are recognized as the diversify knowledge carriers. Collection, harvesting and seasonal cooking are the main characteristics in traditional cooking at Villa Porgreso, meaning that the food system it represents is located inside the community, creating short and local chains.

By traditional cooking, knowledge related to each of the involving cooking parts are generated; from ecological to culinary. Being a food system based on collecting and harvesting, traditional cuisine works closely with nature. It is concluded then, that traditional cuisine meets the food sovereignty's seven pillars.

Key words: local food, local consumption, clean production

5.3.- Introducción

Las cocinas tradicionales son parte fundamental de la alimentación, en Villa Progreso, municipio de Ezequiel Montes, Querétaro, México, dicha práctica culinaria se basa principalmente en la recolección directa en el ecosistema local, el semidesierto, formando parte importante de la dieta, sin necesidad de pasar por mercados, convirtiéndola en parte de las prácticas de soberanía alimentaria.

En 1948, en la Asamblea General de las Naciones Unidas se aprueba la Declaración Universal de los Derechos Humanos, que en su artículo 25 menciona que toda persona tiene derecho a un adecuado nivel de vida en el que se asegure la salud, bienestar y especialmente la alimentación (FAO, 2013).

En décadas anteriores ya era mención la crisis alimentaria mundial, derivada, por alza en precios de combustibles y baja en los granos básicos, así como menor producción de alimentos, para 2008 quedó en claro el “desequilibrio en el sistema alimentario mundial” el cual dominan corporaciones alimenticias (Flores, 2016).

Mariscal et. al. (2017), afirman que, tanto la revolución verde, así como las políticas neoliberales, no eliminaron el hambre ni la miseria, el actual sistema agroalimentario bajo un proceso de industrialización ha tenido consecuencias negativas en la salud pública y la inseguridad alimentaria principalmente en áreas rurales.

Para Flores (2016), las políticas públicas implementadas para agricultura y familias campesinas, convierte a estas personas solo en beneficiarias de sus programas, ignorando por completo que son agentes en la producción de sus alimentos, no solo de sus propias familias, sino también, de sus comunidades.

Dichas políticas aumentaron las diferencias de riqueza y pobreza, olvidaron el acceso a la alimentación de ciertos sectores y dañaron el medio ambiente, dejando en el abandono los mercados locales, y la sustentabilidad, contribuyendo a la vulnerabilidad alimentaria (Mariscal et. al., 2017).

Como alternativa se propone la autosuficiencia alimentaria de familias campesinas, de forma amigable con el ambiente en consideración de su cultura y en beneficio de

su economía local, sin depender de las importaciones de alimentos (Mariscal, et. al., 2017).

La Vía Campesina (2003), definió durante la Cumbre Mundial de la Alimentación en 1996, a la soberanía alimentaria como “el derecho de los pueblos, de sus Países o Uniones de Estados a definir su política agraria y alimentaria, sin dumping frente a países terceros” esto como una opción ante las políticas neoliberales.

Según la FAO (2013), la soberanía alimentaria es “derecho de un país a definir sus propias políticas y estrategias sustentables de producción, distribución y consumo de alimentos, que garanticen el derecho a la alimentación sana y nutritiva para toda la población, respetando sus propias culturas y la diversidad de los sistemas productivos, de comercialización y de gestión de los espacios rurales”

Dicho derecho, aboga para que las personas logren tener acceso a alimentos que además sean, inocuos y nutritivos, así como, acordes con su cultura, de manera accesible, disponible y estable, es decir debe ser en todo momento, para lograr un desarrollo integral (FAO, 2013).

Según la Ley de Desarrollo Rural Sostenible (2019), fracción recorrida DOF 27-01-2011, soberanía alimentaria, es “la libre determinación del país en materia de producción, abasto y acceso de alimentos a toda la población, basada fundamentalmente en la producción nacional”.

Según La Vía Campesina (2003), soberanía alimentaria se desarrolla como concepto que es parte ya, de un debate internacional, que afirma que las políticas neoliberales se basan solo en la industrialización agrícola, olvidando alimentar a sus pueblos, la salud, cultura, y el medio ambiente.

La soberanía alimentaria, es ejercer el derecho a alimentarse, mediante alimentos en calidad y cantidad que satisfaga necesidades de nutrición (Patiño y Tobasura, 2017), no obstante, toma una postura política, al establecer como prioridad el control del sistema de alimentación a través de la soberanía de los pueblos (Álvarez, 2017).

Mediante las políticas y estrategias de producción, distribución y consumo de alimentos, los pueblos ejercen su soberanía alimentaria, garantizando alimentos a

la población, apropiados para su nutrición y cultura, preocupándose no solo por la disponibilidad de alimentos, sino también, por su producción y origen (Gómez, et. al., 2016).

Brindando un marco político en torno a un sistema agroalimentario cuya prioridad es la salud y nutrición del mundo y quienes lo habitan, reivindicando a productores y consumidores como protagonistas de políticas encaminadas la producción de alimentos basándose en lugares que habitan (Ekmeiro, 2017).

Para Ayala y Schwentesius (2014), se relaciona con el derecho y capacidad de los pueblos a elegir bajo sus condiciones socioculturales los productos agrícolas usados para su alimentación, incorporando al mercado zonas rurales y generando desarrollo sustentable.

La soberanía alimentaria es integral en sus ejes (Catacora, et. al., 2016), propone el derecho de los pueblos locales a elegir y manejar sus formas de producción, distribución y consumo, basados en las formas locales de producción en pequeña y mediana escala, respetando la cultura alimenticia de cada territorio, promoviendo a su vez, la autogestión de sus territorios (Gómez, et. al., 2016).

En su visión holística, se presenta en la escala territorial pues considera objetivos integrados en las regiones y organizaciones dentro de ellos, puesto que, en los territorios existen los sistemas de alimentación de la población local (Rivero, 2017).

De ese modo, la definición de soberanía alimentaria está obligada a la articulación necesaria, no solo de la dimensión espacial y agroecológica, sino también territorial, dentro de los debates para la producción, consumo y distribución alimenticia de forma equitativa y justa (Rivero, 2017).

Además de ello, se preocupa por la problemática medioambiental y la sostenibilidad de los recursos, ámbitos en los que familias campesinas han trabajado mediante conservación de semillas, protección de recursos naturales, mercados locales y sistemas alimentarios sustentables (Mariscal et. al., 2017).

La soberanía alimentaria depende en gran medida de las familias campesinas y su agricultura, no solo mediante la producción de alimentos sanos, sino también, de

mercados locales, conservación de semillas nativas, técnicas tradicionales de cultivos (Flores, 2016).

Para Mariscal et. al. (2017), “los campesinos” son las familias con acceso a los recursos naturales, quienes, mediante la recolección, agricultura, y producción no agrícola satisfacen sus necesidades siendo una fuerza del sistema económico y social.

Según Mariscal et. al. (2017), la producción de las familias campesinas contribuye a la integración del equilibrio económico, social y ecológico, que aportan a su vez a la soberanía alimentaria y disminución del hambre, garantizando el suministro de alimentos de forma respetuosa de la cultura y recursos naturales.

Las familias son agentes y actores de desarrollo, influenciados de condiciones socioeconómicas, políticas y ambientales en las que prevalecen, y que pueden incidir en la soberanía alimentaria (Patiño y Tobasura, 2017), al igual que agricultores, cazadores, recolectores, pastores, trabajadores rurales (Álvarez, 2017).

La población campesina representa una gran cantidad de personas a nivel mundial, quienes contribuyen con gran aporte a la producción de alimentos a través de distintas prácticas tradicionales, que favorecen los servicios del ecosistema al tiempo que contribuyen a preservar recursos naturales y culturales (Mariscal et. al., 2017).

En ese sentido, mediante prácticas tradicionales responsables con el ambiente, es posible la obtención de alimentos (Cano, 2015), siendo el territorio y el ambiente parte fundamental de las preocupaciones de la soberanía alimentaria, pues se encuentran en vínculo directo con al aumento de hambre a nivel mundial (Álvarez, 2017).

No obstante, conocer los ciclos de cultivo, comercialización y consumo de alimentos involucra a distintos actores, incluyendo la voluntad política, la cual tiene la obligación de reconocer y revalorizar a familias campesinas, incentivando mercados locales, así como, sistemas alimentarios sostenibles y comunitarios (Flores, 2016).

Según Schwentesius (2014), deben existir políticas de estado asegurándose que la soberanía alimentaria no sea mediante importaciones, reconociendo a la diversidad rural, regional, agrícola, de sistemas de producción y consumo, además de fortalecer organizaciones de pequeños productores.

Además de ello, el Estado debe mantener, políticas comerciales nacionalistas, con presupuestos que sean viables, siendo el desarrollo, y beneficio social, financiero y técnico de las zonas rurales, los ejes rectores para lograrlo y no el PIB ni volúmenes de exportación (Schwentesius, 2014).

Con las metas de lograr la autosuficiencia en términos de producción doméstica rentable y competitiva, al tiempo que se concentre en combatir la pobreza, mitigar efectos del cambio climático, mediante una agricultura ecológicamente sostenible que permita el combate a la pobreza y acceso a los alimentos valorando el entorno cultural (Schwentesius, 2014).

No obstante, según Flores (2016), la producción y consumo de alimentos sanos, depende en gran medida no solo de políticas públicas, sino también, de la sociedad con patrones de alimentación basada en comida chatarra, dieta que ha provocado problemas de salud pública.

El mayor acceso y la poca percibibilidad de alimentos industrializados cuyos precios no son altos, frena las iniciativas para una nutrición y alimentación adecuada, pues imposibilita que se le otorgue el valor adecuado a la diversificación y cultivos tradicionales (Colque et. al., 2015).

En este sentido, la soberanía alimentaria es un frente de defensa ante la globalización, creando una forma de apoyo político, en el cuál cada pueblo ejerza su propio sistema alimentario, en la que las familias campesinas logren ser titulares de sus derechos (Marc, 2016).

Por otro lado, la soberanía alimentaria no solamente supone sostenibilidad social, económica y medioambiental, el acceso a los territorios y la biodiversidad para familias productoras de alimentos, además, relaciones igualitarias entre mujeres y hombres (Agosto y Palau, 2015).

Los conocimientos que tienen las mujeres son fundamentales en la soberanía alimentaria, contribuyen en el aprovechamiento del agua, fertilidad de suelos, conservación de biodiversidad, así como la distribución, consumo y producción de alimentos (Agosto y Palau, 2015).

Agosto y Palau (2015), afirman en su estudio, que, para las indígenas y campesinas, no es cuestión puramente de alimentación, sino, de ética de desarrollo humano, la soberanía alimentaria no se puede constituir sin mujeres, pues son cuidadoras de diversos conocimientos, transmitidos generacionalmente, han desarrollado históricamente saberes para alimentar a la humanidad.

En ese sentido, la comida tiene un papel fundamental, no solo para la subsistencia, sino también, en las relaciones socioambientales y los fenómenos de la cultura, los alimentos son el conducto mediante el cual se abordan la soberanía alimentaria, territorial, además del derecho a bienes comunes (Micarell, 2017).

La comida es un medio capaz de crear o transformar identidades, para aceptar alimentos implica más que el valor nutricional, pues involucran también formas de producción, consumo, intercambio, preparación que reflejan las maneras de interpretar el mundo (Micarell, 2017).

Aunque la soberanía alimentaria se origina en los movimientos sociales, es cada vez mayor su importancia en el ámbito académico y los países tanto del sur, como, del norte global (Meza, 2013), tratando de lograr el derecho a la alimentación y acceso a los recursos, comercio equitativo y practicas sostenibles (Ayala y Schwentesius, 2014).

En el foro de Nyéléni en 2007, la vía campesina planteo los seis pilares de la soberanía alimentaria:

1. Priorizar los alimentos para los pueblos
2. Valorar a quienes proveen alimentos
3. Localiza los sistemas de alimentación
4. Promueve el control local
5. Desarrolla conocimiento y habilidades
6. Trabaja con la Naturaleza

El objetivo de la presente investigación se centra en analizar a la cocina tradicional de Villa Progreso, en torno a los pilares de soberanía alimentaria planteados por la Vía Campesina, examinando que tan soberana puede considerarse según dichos lineamientos.

5.4.- Metodología

El método etnográfico, tiene el objetivo de brindar la descripción de aspectos específicos presentes en el actuar social, considerando sus significados vinculados a los actores (Restrepo, 2016), por lo cual lo hace una metodología capaz de responder al objetivo de la investigación.

Se utilizó entonces, una metodología de corte etnográfico, mediante observación participante y encuestas etnográficas, el acercamiento a la comunidad comenzó durante 2018 y parte de 2019, en el cual se identificaron informantes clave, así como familias que representantes de la cocina tradicional.

5.5.- Resultados y discusión

La agricultura es una forma de obtener alimentos, sin embargo, la recolección se mantiene vigente en las dietas tradicionales del semidesierto queretano, siendo parte además de las dietas cotidianas de parte de sus habitantes que aún conservan esta cultura culinaria entrañable compañera de su territorio.

Los ingredientes principales de la cocina tradicional de Villa Progreso provienen de la recolección en el ecosistema local, lo cual la hace una cocina especial que implica para su elaboración la diversidad de recursos naturales que brinda de forma natural el semidesierto.

Las mujeres son las que de manera general realizan las colectas, así como la preparación, distribución de los alimentos en las familias, dichas recolecciones representan alimentos de temporal, de manera que son distintos a lo largo del año.

La soberanía alimentaria implica además de la autodeterminación, el autoabastecimiento de alimentos que sean sanos para quienes lo consumen y para

el medio ambiente, los huertos familiares como sistemas de producción tradicional, representan un espacio digno para llegar a ella (Cano, 2015).

Los huertos son espacios que además de enriquecer las prácticas de manejo y producción, generan una alternativa para la autonomía, refuerzan la identidad cultural, conservan la biodiversidad, además, las familias campesinas ejercen diariamente mediante él la práctica política de autonomía y reivindicación (Cano, 2015)

El huerto familiar es una tradición campesina, que implica una multifuncionalidad, haciendo una agricultura integral en la que se logra la autosuficiencia produciendo el alimento propio de manera sana y natural, con la posibilidad de generar excedentes para el mercado local (Sámano, 2013).

La agricultura complementa también con la pequeña producción obtenida de huertos de familiares en su mayoría atendidos por mujeres, en los cuales existe la crianza de ganado menor y diversas plantas, otra actividad importante es la recolección de diversas especies en el monte (Sámano, 2013).

En ese sentido, los huertos familiares han representado parte importante de la soberanía alimentaria, que implica ciertas prácticas de producción, por otro lado, la recolección de forma directa en el ecosistema reúne algunas características similares.

Entre las cuales se destacan autoabastecimiento, identidad cultural, conservación de la biodiversidad, alimentos sanos, espacios autosuficientes y multifuncionales, atributos que hacen de la recolección una práctica idónea para la cocina tradicional de Villa Progreso.

La soberanía alimentaria, diversifica las relaciones productivas de forma congruente con la naturaleza (Mariscal, et. al., 2017), en ese sentido, la cocina tradicional de Villa Progreso se ve reflejada al acudir a la naturaleza para la obtención de alimentos, así como de leña para su preparación, sin llegar a la explotación.

Los recursos forman parte de un tejido dentro del cual se incluye a la humanidad y del que depende, siendo considerados más que cosas en una construcción

socionatural, es decir, desde la comunidad y para ella se da la protección y gestión de esos bienes, la soberanía, constituye entonces la gestión y la defensa colectiva de esos bienes comunes (Micarell, 2017).

Al realizar las recolecciones se procura “dejar para los demás” de manera que el sentido de comunalidad se encuentra presente en la cocina tradicional, además “hay que dejar semilla” por lo que se procura la recuperación para el próximo ciclo, en ese sentido, el vínculo con la tierra es evidente.

Las colectas se realizan en sitios que son de acceso público, van desde terrenos desocupados hasta el monte, por lo que cualquier persona de la comunidad tiene acceso durante todo el año a los alimentos que brinda su territorio de forma natural.

La comunalidad, implica reconocer lo perteneciente a un colectivo, tal es el caso del territorio como organismo de vida, interdependencia, y distintas formas comunes de vivir, por lo tanto, es necesario entender a las comunidades y las comunidades en una relación, no solo con instituciones (Micarell, 2017).

Las colectas se realizan generalmente para satisfacer las necesidades de cada familia, no obstante, es común observar el intercambio y regalo de los alimentos colectados, entre familiares y amigos, creando así vínculos a través de los alimentos.

Boada (2014), menciona en su estudio que, familias sin relaciones de confianza, redes sociales y familiares fuertes, se asocian con dietas bajas en diversidad, las redes familiares son de gran importancia para lograr una dieta diversa, pues contribuyen al acceso a la tierra, la producción y diversificación, formando parte de la estrategia alimentaria.

Por otro lado, es poco común la venta de productos de recolección, pues “se le encarga que traigan del monte” y se le paga, no obstante, dicho pago es por el trabajo que implica la recolección, no por el producto en sí, es decir se le da un valor económico a la acción de recolectar, pero no al alimento, pues “quien sea puede venir a comer” y “el que no come, es porque no quiere”.

Esta práctica es poco común, pues sucede cuando alguna familia tendrá festividad y existe suficiente alimento para coleccionar, es decir, en cualquier caso, en la cocina tradicional la distancia entre la producción y el consumo de alimentos es mínima, pues al igual que los huertos familiares es de forma directa.

Según Boada (2014), la estrategia familiar alimentaria, se refiere al grupo de elementos que hacen posible que las familias campesinas tengan o no acceso a una dieta diversa, en ese sentido la cocina tradicional refleja la diversidad.

Es importante conocer los alimentos que a lo largo del tiempo las familias han aprovechado y conservado en sus entornos, para asegurar no solo que se conserven, sino que, continúen siendo de acceso para las familias, además de repensar y revalorar los servicios que brinda el ecosistema.

En el estudio realizado por Catacora et. al., (2016), refieren que el vínculo entre las familias y conservación del territorio es el acceso a la tierra, de manera que es importante el conocimiento de ello, ante el avance de la agroindustria en los territorios.

Según Meza (2013), la manera en que las comunidades hacen uso de los diferentes recursos naturales simboliza un “territorio con sentido de protección” en el cual se crean tejidos sociales basados en experiencias de origen ancestral, de manera que el territorio siga siendo proveedor, al tiempo que se garanticen no solo las relaciones sociales, sino, la vida.

Según Micarell (2017), en diversos poblados amerindios es imposible ver de manera separada al conocimiento, territorio, trabajo productivo, cuerpo y sociedad, pues en conjunto todo ello se vincula a la vida, por lo tanto, alimento y conocimiento mantienen el mismo origen que se manifiesta en determinados grupos y sus entornos.

La alimentación es lo que une al territorio, el acceso de las familias a dietas variadas es de gran importancia para ejercer el derecho a la alimentación, mediante la cocina tradicional la vida dentro del territorio refleja la biodiversidad y la cultura, tal es el caso de la cocina tradicional de Villa Progreso.

Los conocimientos sobre el entorno natural y culinario se unen en las relaciones socioambientales, haciendo los alimentos más aceptables culturalmente, fortaleciendo así el derecho a la alimentación, pues la soberanía alimentaria va de la mano con el territorio (Micarell, 2017).

Las formas culturales propias de la cocina tradicional de Villa Progreso reflejan su territorio, los alimentos que brinda naturales, sanos, libres de procesos industriales, conforman parte de la alimentación, del derecho a la alimentación y la soberanía.

5.6.- Conclusiones

Es necesario que dentro de las estrategias de soberanía alimentaria se de valor y reconocimiento a la recolección, la cual, no es una actividad meramente de producción, sino que, engloba de manera directa la conservación, las relaciones de los comunes con el territorio, la sustentabilidad, además del respeto a las diferentes formas culturales de alimentación.

La recolección y la cacería son formas antiguas al mismo tiempo que vigentes para la obtención de alimentos, al utilizarse desde antes de la agricultura y permanecer hasta nuestros días, siendo que la decisión sobre la elección de alimentos es un acto político, forma parte de la soberanía alimentaria de Villa Progreso.

Mediante la cocina tradicional en Villa Progreso, se ejerce el derecho a la alimentación, pues se utilizan como ingredientes principales alimentos obtenidos de la recolección y cacería en los ecosistemas locales, acordes con la cultura, sin intermediarios, ni mercados de exportación, de consumo fresco y sin procesos industrializados.

Al ser las mujeres las principales recolectoras y cocineras en Villa Progreso, se deja claro que son ellas un eje fundamental para lograr la soberanía alimentaria, pues gracias a sus saberes es que se conservan las tradiciones culinarias que conforman la dieta.

5.7.- Literatura consultada

- Agosto P., Palau M. 2015. Hacia la construcción de la Soberanía Alimentaria. Desafíos y experiencias de Paraguay y Argentina. Asunción, BASE-IS, Equipo de Educación Popular Pañuelos en Rebeldía, CIFMSL. Diciembre Pág.110. ISBN: 978-99967-788-6-5
- Álvarez G., 2017. Geografías sociales y políticas de la soberanía alimentaria. Disputas de territorio en torno a significados, actores, procesos y escalas geográficas anudadas. Revista Universitaria de Geografía, Vol. 26, Núm. 2, 2017, pp. 73-110 Universidad Nacional del Sur Bahía Blanca, Argentina ISSN: 0326-8373
- Ayala A. Schwentesius R., 2014. Capítulo. Seguridad y soberanía alimentaria, conceptos teóricos, formas de análisis y medición. Pp. 13-27. Seguridad y Soberanía alimentaria en México, análisis y propuestas de política. Compiladoras: Schwentesius R. Ayala A. Publicaciones Académicas. INIFAP Plaza y Valdez Editores. ISBN: 978-607-402-745-7
- Boada L. 2014. La agricultura familiar: su relación con el abastecimiento alimentario a nivel familia EUTOPIA Número 6 • diciembre • pág. 55-71
- Cano E. 2015. Huertos familiares: Un camino hacia la soberanía alimentaria. Revista Pueblos y Fronteras Digital, Vol. 10, Núm. 20, diciembre, 2015, pp. 70-91. Universidad Nacional Autónoma de México Distrito Federal, México ISSN: 1870-4115
- Catacora G., Llanque A., Jacobi J., Delgado F. 2016. Soberanía alimentaria: reflexiones a partir de diferentes sistemas alimentarios de Santa Cruz, Bolivia Revista NERA. Presidente Prudente. Año 19, N°. 32 – Edición especial 2016. pp. 170-194. ISSN: 1806-6755
- Colque G., Urioste M., Eyzaguirre J., 2015. Marginalización de la agricultura campesina e indígena: Dinámicas locales, seguridad y soberanía alimentaria. Pág. 145 La Paz: TIERRA. ISBN: 978-99974-821-3-6

- Flores Y. 2016. Seguridad y soberanía alimentaria, ¿una alternativa frente al problema del hambre?. Encrucijada revista electrónica del centro de estudios en administración pública 23° NÚMERO Mayo-Agosto. Revista Electrónica del Centro de Estudios en Administración Pública de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales, Universidad Nacional Autónoma de México. <http://ciid.politicas.unam.mx/encrucijadaCEAP>
- Ekmiro J., 2017. Soberanía alimentaria: más allá del discurso político. Anales Venezolanos de Nutrición. An Venez Nutr. vol.29 no.2. ISSN 0798-0752
- FAO. 2013. Ley marco derecho a la alimentación, seguridad y soberanía alimentaria Aprobada en la XVIII Asamblea Ordinaria del Parlamento Latinoamericano 30 de noviembre al 1 de diciembre de 2012 Panamá. FAO, Parlamento Latinoamericano, Iniciativa América latina y Caribe sin hambre. Pág. 42. Disponible en: http://www.fao.org/fileadmin/templates/righttofood/documents/project_m/doc/Ley_Marco_DA_Parlartino.pdf
- Ley de Desarrollo Rural Sostenible. 2019. Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión. Última Reforma DOF 12-04-2019. Disponible en: http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/235_120419.pdf
- Marc E., 2016. Estudios agrarios críticos: tierras, semillas, soberanía alimentaria y derechos de las y los campesinos / Marc Edelman.1.ª Ed. Quito: Editorial IAEN. Pág. 131. ISBN electrónico: 978-9942-950-75-8
- Mariscal A., Ramírez C., Pérez A. 2017. Soberanía y Seguridad Alimentaria: propuestas políticas al problema alimentario. *Textual Chapingo*. Enero junio número 69. ISSN:0185-9439
- Meza C. 2013. Productividad ecológica territorial: ¿un camino a la seguridad alimentaria? Equidad y Desarrollo. No.20. pp.71-87. julio-diciembre. ISSN 1692-7311
- Micarell G. 2017. Soberanía alimentaria y otras soberanías: el valor de los bienes comunes. Revista colombiana de antropología. No. 2. Vol. 54 pp119-142

- Patiño S., Tobasura I., 2007. Familia, soberanía alimentaria y medio ambiente, un caso de estudio. Revista Luna Azul. No. 25. Julio-diciembre. Pp 8-27. Universidad de Caldas. Manizales Colombia E-ISSN: 1909-2474
- Restrepo E. 2016. Etnografía: alcances, técnicas y éticas. Enviñón Editores. Departamento de Estudios Culturales Pontificia Universidad Javeriana. Colombia. ISBN:978-958-99438-4-7
- Rivero A. 2017. Hacia un estado del arte y un marco conceptual de la soberanía alimentaria. Revista Ciudad Paz-ando, 10.1, 20-32. Ciudad Paz-ando, Bogotá. Enero – Junio, 2017. Vol. 10.1, 20-32
- Sámano M., 2013. La agroecología como una alternativa de seguridad alimentaria para las comunidades indígenas. Revista Mexicana de Ciencias Agrícolas Vol.4. Núm.8 12 de noviembre - 31 de diciembre, 2013 p. 1251-1266
- Shwentesius R. 2014. Capitulo Hacia una nueva política agrícola. Pp. 163-171. Compiladoras: Shwentesius R. Ayala A., Seguridad y Soberanía alimentaria en México, análisis y propuestas de política. Publicaciones Académicas. INIFAP Plaza y Valdez Editores. ISBN: 978-607-402-745-7
- Gómez E., Martínez E., Rivas J., Villalobos M. 2016. La seguridad y soberanía alimentaria. Revista Iberoamericana de Bioeconomía y Cambio Climático. Vol. 2 núm. 1, 2016, pág. 315-324 ISSN, electrónico, 2410-7980.
- Vía Campesina. 2013. ¿Qué significa la soberanía alimentaria? Documentos clave. Vía campesina movimiento campesino internacional. Disponible en: <https://viacampesina.org/es/que-significa-soberanalimentaria/>

CAPÍTULO 6. USO DE TIEMPO DE LAS COCINERAS TRADICIONALES: VILLA PROGRESO, EZEQUIEL MONTES, QUERÉTARO

6.1.- Resumen

La cocina tradicional está estrechamente relacionada con la cultura y los recursos naturales, es generacional y refleja la historia de los pueblos. Su composición parte desde la producción de alimentos hasta las formas de preparación y consumo. Las cocineras tradicionales mantienen conocimientos durante cada fase del proceso y su trabajo fuera de lo doméstico no es reconocido, pese a ser parte de la cocina tradicional. Una forma de dar a conocer el trabajo invisibilizado realizado por las mujeres es mediante un estudio de uso de tiempo, en el cual son hechos evidentes los roles asignados a ellas, por su condición biológica. Por lo tanto, el objetivo de la investigación resulta en indagar dentro de las actividades donde las cocineras tradicionales de Villa Progreso, Ezequiel Montes, usan su tiempo para reproducir la cocina tradicional. Se busca hacer visible el trabajo que implica este proceso en su vida cotidiana. Fue utilizado con estos fines un método no paramétrico, contando con la colaboración de diez cocineras tradicionales reconocidas a sí mismas y por la comunidad como tal. Entre los hallazgos se ubica que, el uso de tiempo varía según la época del año, debido a ser la cocina tradicional de temporal. Una de las actividades a la que dedican mayor tiempo las cocineras es la recolección y la producción en agroecosistemas, mientras que en sus actividades diarias se localizan preparar alimentos, limpiar la cocina, obtener los alimentos, entre otras. Participan en trabajos dentro y fuera del hogar a lo largo de su vida, pero no reciben remuneración económica por ello, queda el reconocimiento de cocinas tradicionales en el discurso, pues no es posible hablar de estas formas culinarias sin las cocineras. Es necesario visibilizar los trabajos y tiempos invertidos para darle vida a la cocina tradicional, pues las cocineras tradicionales no están limitadas a las cocinas y la mera preparación de alimentos en los hogares. Sus aportes van más lejos, sus conocimientos y relaciones con el ecosistema han logrado alimentar a la población por generaciones hasta la actualidad.

Palabras clave: *Cocina tradicional, alimentación, biodiversidad, mujeres*

TRADITIONAL COOKS TIME- USE: VILLA PROGRESO, EZEQUIEL MONTES, QUERETARO.

6.2.- Abstract

Traditional cooking is related to culture and natural resources, it is generational and reflects the town's history. It involves from food production to prepping and consumption. Traditional cooks keep knowledge in every part of the process. One way of making known the invisible work done by women is through a time-use study in which every role assigned to them is stated by biological condition. Thus, the objective on this research is to explore inside the activities where cooks from Villa Progreso, Ezequiel Montes use their time to recreate traditional cooking. This research aims to visualize the amount of work involved in this daily process. For this matter a non-parametric method was used, with the collaboration of ten traditional cooks recognized by the community as such. Among the findings we can point that the time-use depends on the season of the year, being this kind of cuisine seasonal. Some of the activities that take most of their time are collecting, harvesting and agro system – producing, while their daily activities include meal prepping, cleaning the kitchen, getting the food, among others.

They are involved in tasks in and outside their homes, but do not receive any financial remuneration, leaving traditional cuisine only on the speech. Yet, it is impossible to talk about this kind of cuisine without the cooks.

It is necessary to make shown the amount of work and time-use invested to create and bring to life traditional cooking. Traditional cooks are not narrowed to kitchens and meal prepping, their contributions go further. Because of their knowledge and closed connection with the ecosystem, they have managed to feed the population for many generations up to these days.

Key words: *Traditional cuisine, food, biodiversity, women*

6.3.- Introducción

De manera histórica las mujeres se han incorporado a roles asumidos como válidos y naturales de acuerdo con el sexo biológico. Pese a los cambios estructurales ocurridos durante el siglo XX, esta naturalización del trabajo, los tiempos y conocimientos de las mujeres son poco cuestionados y analizados.

Por encima de las declaratorias y reconocimientos, las cuales han logrado que las mujeres sean consideradas cocineras tradicionales, tanto por parte del Estado como dentro de sus comunidades, ellas no son consideradas como parte activa de todo el proceso en el cual se involucra la cocina tradicional. Esto en la acepción que se mantienen exclusivamente en espacios privados, en lo doméstico dentro de la cocina, donde cocinar es una labor cotidiana más. Es necesario hacer visible su participación en cada aspecto, porque relegarlas a uno solo de los espacios, conocimientos, tiempos y trabajos que conforman la cocina tradicional, sería dejar fuera a las agentes principales de esta actividad, encargadas por generaciones de la alimentación familiar, la producción de alimentos, el cuidado de ecosistemas y la transmisión de conocimientos. En ese sentido, importa reconocer a las cocinas tradicionales como núcleos de mujeres trabajadoras, quienes con sus platillos son capaces de expresar un íntegro proceso histórico, alimentario y cultural, enmarcando también las relaciones mantenidas con su ecosistema cuando hablamos de alimentos producidos o recolectados por ellas.

No hay registro alguno sobre el uso de tiempo de las cocineras tradicionales en la delegación de Villa Progreso. El presente estudio de caso intenta aportar al conocimiento de este problema, además de contribuir a visibilizar el trabajo de las mujeres. El supuesto de partida es que el uso de tiempo de las cocineras tradicionales se administra en función de las diversas actividades que integran a la cocina tradicional, de donde su objetivo es indagar en las actividades en las que las cocineras tradicionales de Villa Progreso, Ezequiel Montes, usan su tiempo para reproducir la cocina tradicional, para hacer visible el trabajo implicado en su cotidianidad.

Primeramente, se realiza un análisis conceptual de tradición, para ligarlo, posteriormente, con las cuestiones de alimentación, producción y biodiversidad con relación a las mujeres. Se continúa con el análisis de los roles de las mujeres respecto al trabajo y su uso de tiempo. Finalmente, se abordará la metodología empleada, seguida de resultados y discusión, para finalizar conclusivamente.

6.3.1.- Tradición

El conocimiento tradicional está referido a aquel mantenido en orígenes relacionados con las formas de utilizar los recursos naturales. Es de carácter colectivo, aunque varía al momento de apropiarlas al interior del grupo. Este aspecto podría convertirse en saberes especializados o particulares (Palacios, 2020: 15). Los sistemas de conocimientos colectivos relacionados con elementos del entorno, entre ellos las especies animales y vegetales, sus ciclos y espacios, pero también su aprovechamiento y formas de preparar platillos por las cocineras, conforman conocimientos y tradiciones, que constituyen un capital en el cual se enfrentan los diversos retos de la modernidad (Palacios, 2020: 20). Las cocineras tradicionales encarnan los conocimientos ancestrales insertos en una tradición alimentaria muchas veces de ascendencia indígena (Matta, 2019).

Las cocineras tradicionales encuentran su formación a través de la práctica de diversos conocimientos. Disponen de un gran capital cultural acumulado con los años, que es más valorado incluso que el económico, sobre todo en su sentido artesanal, espontáneo e imperfecto, como su principal valor simbólico; en palabras de Galak y Escobar “es justamente contrario a lo que propone la cocina industrial, que pretende encontrar el sabor exacto y reproducirlo homogéneamente, sin modificaciones, incluso globalmente” (2019: 37). Las cocineras tradicionales mantienen conocimientos invaluable de la diversidad cultural, fortalecen la construcción identitaria dentro del imaginario nacional, al tiempo que como cocina se convierte en estrategia de inserción en un mundo exceptuado personalmente por el sexo o condición étnica (Palacios, 2020:159).

Meléndez et al. (2009) afirman de la cocina tradicional que además de los saberes, prácticas alimenticias y la herencia de la identidad cultural, en ella son identificables

costumbres y ritos reconocidos generacionalmente. Se trata de un acervo histórico y socialmente construido. Para Palacios (2020: 21) el conocimiento en la cocina tradicional conforma experiencias integradas mediante relaciones de grupos sociales con el entorno de su desarrollo, construidas mediante su adaptación a elementos históricos, de innovación, experimentación y validación social.

Según la UNESCO (2010) la cocina tradicional mexicana, declarada patrimonio cultural inmaterial de la humanidad en 2010, es definida como “un modelo cultural completo que comprende actividades agrarias, prácticas rituales, conocimientos prácticos antiguos, técnicas culinarias y costumbres y modos de comportamiento comunitarios ancestrales”. Retomando a Hernández (2008) y a Galak y Escobar (2019: 43), existe una unidad entre cocina y cocinera, moldeándose en ella cuerpos y espíritus, objetos, experiencias, historias y tiempo.

En contraposición, el discurso que coloca a las mujeres como portadoras de cultura y personas cercanas a la naturaleza, no es acompañado de acciones reales al interior de las familias y las comunidades, pues no aportan una propia equidad y distribución del poder, lo que genera un doble discurso (Ranaboldo, 2009: 21).

Las actividades desarrolladas por las mujeres rebasan el escenario físico y simbólico de lo doméstico, como designio de la naturaleza. Sus labores incluyen la responsabilidad de las familias. Entre estas actividades se encuentran las de compra, limpieza, cuidados y alimentación (García, 2014: 25; Andreatta y Martínez, 2017: 24). Una mujer sigue asumiendo el papel en el hogar de “la cocinera” quién brinda alimento y afecto al resto de integrantes de la familia; su espacio principal, la cocina, suele ser privado, y en palabras de la autora “para visiones del mundo pautadas por el cristianismo y la burguesía, donde domina una masculinidad que, en un ardid retórico, llama ama de casa a quien confina a la cocina... La cocinera y la lavandera, sustantivos siempre feminizados y simultáneamente desvalorizados, ocupan los últimos lugares en la jerarquía de los oficios humanos” (Hernández, 2008). Este desvalorizar el trabajo doméstico, contribuye a desarticular los procesos tradicionales respecto a la alimentación se refiere (García, 2014: 32).

6.3.2.- Alimentación, producción y biodiversidad: las mujeres

Culturalmente la alimentación entre mujeres y hombres constituye un modo de diferenciación y creación de identidades, de dependencias socioeconómicas en el marco de la división sexual del trabajo. Por ejemplo, las labores agrícolas asignadas a las mujeres dentro de sus actividades domésticas, que inician a temprana edad y perduran durante toda su vida (Vizcarra, 2008: 151) y (García, 2014: 26). Sin embargo, las mujeres administran su tiempo de realización de diferentes tareas, lo cual les genera dobles o triples jornadas de trabajo (Rosas y Rico, 2017: 102).

Según la FAO, el 43% de la mano de obra agrícola proviene de mujeres rurales, quienes se encuentran presentes en toda la cadena de valor del sector agroalimentario y administran sus recursos naturales. Pero, también, se encuentran en desventaja respecto a los hombres y al acceso a recursos, tecnología y toma de decisiones (FAO, 2016: 10). Estos elementos están relacionados con la pobreza femenina, a raíz de la carencia de libertades y capacidades (Vizcarra, 2008: 163). Su participación en múltiples trabajos, contradictoriamente, da cuenta de estrategias de sobrevivencia: en la producción de alimentos poseen conocimientos cuyo punto de partida es el uso de semillas y la preparación del suelo; realizan labores culturales; conocen de meteorología, control de plagas y cosecha; saben bien del cuidado y crianza de animales (Shiva, 1998: 17).

Las mujeres en sus labores de agricultoras son invisibilizadas pese a sus grandes aportaciones. La economía desconsidera su trabajo como tarea productiva. Esto es debido, parcialmente, a que las mujeres no se dedican en exclusiva a esa labor, sino también a varias otras. En ese caso, los trabajos efectuados para la manutención familiar generalmente carecen de remuneración económica, quedan fuera del mercado formal (Shiva, 1998:16). Retomando a Aguilar (2007: 226) es posible mencionar que, al no ser consideradas como agricultoras, la participación femenina está limitada en espacios públicos.

Sin duda, ellas conservan y aportan conocimientos sobre biodiversidad; en múltiples regiones de África, Asia y América Latina han estado a cargo de la “transformación de plantas silvestres a plantas comestibles” actividad ocurrida, al menos, desde hace más de 2000 años (Aguilar, 2007: 223). Para Mosquera et. al. (2015) es

identificable que las madres poseen y transmiten el conocimiento etnobotánico respectivo a plantas silvestres y su uso alimentario, al tiempo de sus formas de empleo y preparación.

Pese a ello, varios proyectos relacionados con la conservación de biodiversidad no incluyen a las mujeres, no obstante, por cuestiones culturales, ellas siempre participan en la conservación (Aguilar, 2007: 224). Para Vizcarra (2008: 145) y Brito e Ivanovic (2019: 10) es necesario, para proteger a las mujeres del medio rural, considerar la seguridad y asistencia social, además de las reglas laborales; es indispensable que los programas públicos que no contribuyan al reforzamiento de roles de género, reiterando que los programas que sus sujetos de trabajo no están claramente establecidos, termina recayendo en mujeres este trabajo. Por ello se suma una carga de tareas y afanes a su día a día, que las deja sin resolución de fondo del tema de la desigualdad y la explotación.

6.3.3.- Trabajo y uso de tiempo

El trabajo de las mujeres rurales es invisibilizado en los censos económicos, cuando las catalogan como “amas de casa”, ayudantes en las labores agrícolas, económicamente inactivas e improductivas (Bridge, 2014), (Rosas y Rico, 2017: 96). Siguiendo a Shiva (1998: 13) no se toma en cuenta su valor por ellas mismas, se busca únicamente darles un sentido económico, como ocurre con la biodiversidad. Ambas formas de marginación van de la mano.

Rosas y Rico (2017: 96) afirman ser debido a las categorías asignadas por los censos, que las mujeres tienen un acceso mínimo a políticas públicas enfocadas al campo. Mayoritariamente ellas carecen de propiedad sobre la tierra y las pequeñas producciones que mantienen no son suficientes para acceder a subsidios o créditos. Pese a largas jornadas laborales, los hombres no aumentan su trabajo doméstico. Estos aspectos contribuyen a la permanencia de condiciones desiguales.

Los trabajos no remunerados realizados por las mujeres están típicamente ligados a diversos roles culturales y sociales, donde ellas son asumidas como pilares del hogar siguiendo a Sánchez, et. al. (2015: 653) y Andreatta y Martínez (2017: 25). La Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL), indica que el

77% del trabajo no remunerado de los hogares en América Latina es realizado por mujeres (CEPAL, 2018: 37).

La Encuesta Nacional del Uso de Tiempo (ENUT) por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) del 2019, en conjunto con el Instituto Nacional de las Mujeres (INMUJERES) menciona que, el 67% de las mujeres realiza trabajo doméstico no remunerado, mientras que el 69% de los hombres remunerado. Este contraste da cuenta de las labores distribuidas a nivel nacional, deja en claro una desigualdad en el ámbito cotidiano. Las mujeres mexicanas trabajan en promedio 6.2hrs. semanales más en comparación con los hombres. Al interior del hogar las horas se distribuyen 13.8h. para preparar y servir alimentos, 10.1h. para limpieza de la vivienda, 1.3h. para mantenimiento y reparaciones, 2.9h. para realizar compras, 1.3h. para pagos y tramites, y 1.3h. para gestión y administración, finalmente, dedican 28.8h. a los trabajos de cuidado (INEGI e INMUJERES, 2019).

Sánchez et. al. (2015: 653) afirman de la ENUT que puede existir un sesgo de selección, pues su aleatoriedad carece de bases acordes a la situación laboral de las personas. Sin embargo, conocer el uso de tiempo de las mujeres mexicanas es una determinante clave para entender su lenta incorporación al mercado laboral.

Estudios respecto al uso de tiempo como el mencionado de Sánchez et. al. (2015: 661) afirman que el tiempo invertido en la limpieza del hogar, el cuidado, la preparación de alimentos, el mantenimiento y reparaciones del hogar, pagos y tramites, así como compras, son determinantes en las horas de trabajo remuneradas. El tiempo de trabajo remunerado de las mujeres está en función de las horas que disponga por sus actividades no remuneradas. Otros autores, Sifuentes et. al. (2018: 132) revaloraron los diferentes trabajos realizados por las mujeres, remunerado y no remunerado, para identificar sus distintas situaciones. Sin duda, esto no elimina su doble presencia laboral. Finalmente, para Brito y Ivanovic (2019: 5) es afirmable que las mujeres dedican mayor cantidad de tiempo al trabajo de cuidados.

Estos antecedentes aúnan a la necesidad de incorporar, en los estudios de alimentación, una perspectiva de género que aborde las desigualdades en los

procesos concernientes a decidir, preparar, distribuir y consumir alimentos (Pérez, et. al, 2007: 452). La distribución y frecuencia del uso de tiempo es un factor principal en la cocina, al estar las labores asociadas a ella a su realización en distintos momentos del día (García, 2014: 34). Para Scarafoni (2016: 132) realizar encuestas sobre el uso de tiempo debería ser obligación del estado, debido a que el trabajo no remunerado de las mujeres es invisible en las agendas públicas, como eje fundamental de la economía y las familias.

En términos históricos, el conocimiento sobre las mujeres respecto a la alimentación ha sido relegado, subvalorado e invisibilizado, cuando se trata de saberes de obtención doméstica. Se reitera, que son ellas quienes poseen conocimientos sobre las plantas recolectadas y comercializadas, al mismo tiempo que conservan los recursos naturales (Rosas y Rico, 2017), y son las encargadas de la cocina, son quienes administran y preparan los alimentos (Silva, et. al., 2016).

6.4.- Metodología

El área de estudio por sus características biogeográficas y culturales fue la delegación de Villa Progreso, conocida localmente por su toponimia de dos cerros, Tetillas, llamados Bothë en lengua ñhãñhã, perteneciente al municipio de Ezequiel Montes, Querétaro, en el centro geográfico de México, dentro del semidesierto queretano.

El desierto chihuahuense tiene como último remanente, en el centro del país, al semidesierto queretano, cuya vegetación se encuentran matorrales de micrófilas, rosetófilas y crasicaules, dentro de los cuales, la familia la de mayor predominancia es cactaceae (Jardín Botánico de Cadereyta, 2020).

Esta ubicación es la frontera transicional de tradiciones entre aridoamerica y mesoamerica, un punto de choque y de intercambio cultural, en el cual los habitantes de los pueblos originarios vivían en cuevas, lomas o sitios temporales. La principal actividad de estos grupos fue la caza y recolección, menormente la agricultura (Prieto *et al.*, 2012). La región del semidesierto queretano fue habitada por pueblos conocidos como chichimecas, específicamente los pames, quienes

eran conocidos por ser cazadores y recolectores, trashumantes, que mantenían una profunda vida ritual en los espacios naturales como los cerros. Existe una creencia, respecto a los cerros, como el sitio del cual vinieron los ancestros (Baéz et. al., 2017: 97). Además, estos grupos mantenían ciertas relaciones con el pueblo otomí, cuya principal actividad era la agricultura (Baéz et. al., 2017: 15). Esta relación se aprovechó en la expansión española, con el culmen regional de la Guerra Chichimeca (Baéz et. al., 2017: 29). Tales procesos históricos, permiten observar que se mantienen la recolección y agricultura, elementos culinarios tradicionales, pero también la lengua ñhãñhã y algunos sitios y rituales sagrados.

En otra perspectiva, la elección de un estudio de uso de tiempo tiene por objetivo comprender las formas en que se ordenan las sociedades de manera temporal y explorar “parte de la vida de las personas sobre las cuales no había otra información disponible e, incluso, sobre aquellas áreas que eran sistemáticamente oscurecidas por otras metodologías”, analizar periodos de tiempo específicos, durante las 24 horas del día, como otros momentos de actividad específica, o en periodos de varios días (Delfino, 2009: 203). Este permite apreciar la reproducción social de trabajos no remunerados y a generar información estadística que contribuye para visibilizar las desigualdades construidas, social y particularmente, partiendo de las relaciones de trabajo de hombres y mujeres (Delfino, 2009: 218). Para Delfino (2009: 218), el tiempo es un vector en el que se organiza la vida de cada sociedad, donde se conforman según “criterios internos a la estructura simbólica de los grupos sociales, como también, de las relaciones de jerarquía que presiden una sociedad basada en las clases” (2009: 218)

Para recopilar la información fue utilizada una muestra no probabilística, que en seguimiento de Hernández et. al. (2010: 176) y debido a las características propias de la investigación, la selección dependerá de las decisiones de la investigadora según los criterios del estudio, objetivos, aporte y esquema. El muestreo se realizó empleando el método de cadena propuesto por Hernández et. al. (2010: 398) donde los autores preguntan si existe un conocimiento de otras personas que puedan aportar al tema, es decir que un informante recomienda a otro y genera redes más completas de información útil para la investigación.

En ese sentido, al no existir un censo de las cocineras tradicionales de Villa Progreso, se trabajó con diez de ellas, tres de las cuales fueron sugeridas por autoridades locales, mientras que el resto se contactó a través de las redes mutuas entre ellas. El periodo de la investigación fue de agosto a noviembre de 2019, tiempo durante el cual se aplicaron las encuestas estructuradas, comprendiendo todas las labores relacionadas a esta actividad, divididas en tres: dentro del hogar, fuera del hogar y experiencias de la cocina tradicional. Al mismo tiempo para triangular resultados, se realizaba la observación participante en algunas actividades de las cocineras tradicionales, tales como la recolección, limpieza de la cocina y cuidados de infantes, preparación y consumo de alimentos o fiestas rituales.

En seguimiento de Scarafoni (2016:133) es mencionado que el contenido para la elaboración de la encuesta de uso de tiempo varía en cada país, cultura y características, en dependencia de los objetivos de la investigación, o sea, se puede adaptar y moldear según casos particulares. Por su parte, Azpiasu y Seltzer (2011:39) admiten que las encuestas pueden ser distintas respecto a su metodología, aplicación, población y características, pueden ser abiertas o cerradas, en periodos de tiempo específicos, de las previas 24 horas, de uno o varios talleres, con repeticiones o de forma única.

Para el estudio las encuestas consideraron *actividades* realizadas por las cocineras tradicionales en su cotidiano, ya que, según Shiva (1998: 16), la no definición previa en el trabajo de elaboración de estudios de uso de tiempo permite visibilizar de mejor forma las múltiples tareas realizadas por las mujeres, sea cotidianamente, temporal o estacionalmente, con énfasis especial en las mujeres rurales. A través de estos estudios han sido confirmados los aportes productivos de alimentos y el número de horas trabajadas invertidas en ello.

La encuesta aplicada constó de varios trabajos realizados. Precisa aclararse sobre el punto referente a “cuidados”, el cual será entendido como la serie de actividades implicadas en la atención a adultos mayores con y sin movilidad reducida, personas enfermas e infantes. Estas actividades son preparar y servir los alimentos

distintamente al del resto de la familia, derivado de las situaciones propias personales.

En complemento, “mercado” y “compras” son colocados separadamente: El primero es encontrado únicamente los lunes, implica traslado en vehículo a la cabecera municipal. Las “compras” son entendidas como aquellas realizadas fuera del mercado, en las tiendas de la comunidad en cualquier día.

6.5.- Resultados y discusión

Diversos autores y autoras mencionan (Hernández, 2008; Meléndez et al., 2009; UNESCO, 2010; Galak y Escobar, 2019) (Matta, 2019) (Palacios, 2020) la relación de la tradición con el entorno, la cultura y los recursos naturales. En esa medida la cocina tradicional ha sido posicionada como algo mayor al mero acto de preparar un platillo local, algo que inicia con las formas de producción agrícola, el uso de recursos naturales locales, hasta la cultura y la historia. Ha sido referido que las cocineras tradicionales son las portadoras de estos conocimientos, quiénes los ejercen y practican durante su vida, como producto de herencias generacionales.

Las mujeres, por ello, están presentes en cada aspecto de la cocina tradicional. No solo al ser trabajadoras de hogar, si no también, actoras responsables del patrimonio alimentario, de los agroecosistemas, la recolección, la preparación de los alimentos, de las cocinas como espacios físicos, pero, además, de la transmisión de los conocimientos. Más lejos del llamado oficio de cocinera, se hace necesario darles el valor y visibilidad correspondiente a sus actividades, al tiempo invertido en ellas, en lo público y lo privado, asumiendo que sus labores rebasan el espacio doméstico y se diluyen las fronteras de la cotidianidad dando vida a la cocina tradicional. Este tipo de cocina, como se ha mencionado, sería inconcebible sin la cultura, recolección, agroecosistemas, identidad e historia, pero sobre todo sin las cocineras tradicionales quienes participan activa y constantemente en todo el proceso. De esa forma conforman parte importante de la identidad de Villa Progreso y, por lo tanto, de México.

Para Hernández (2008) y su estudio puede aseverarse que las cocineras son valoradas a la par que se valora el ser femenino, pues, en sus seres, quehaceres y enseres, se encuentran: diversas responsabilidades, cansancio, pobreza, contradicción, enfermedad, cariño y razón instrumental. Entre ellas y sus espacios, según Palacios (2020: 18), transmitir y reproducir las experiencias generacionales resulta en acumulados culturales propios de los miembros del grupo, con la generación de un proceso de autoreconocimiento mediante prácticas conformativas de la identidad. Así, la población comunitaria tradicional reproduce la expresión del saber social.

La cocina tradicional de Villa Progreso cuenta como principal característica la recolección. En segundo punto los alimentos son obtenidos a través de la producción a partir de agroecosistemas y traspatio. Se trata de una cocina sustentada en lo cotidiano, pero expresada, además, en la ritualidad y la venta de alimentos al turismo. Es una cocina cíclica según la época del año. Por ello, las cocineras tradicionales usan su tiempo en variadas actividades, aunque las principales son: recolección, producción agrícola y de traspatio, compras y preparación de alimentos, venta de alimentos, limpieza del hogar y crianza. Ciertas actividades son realizadas diariamente cuando otras varían en función de la temporada. Cada una de estas labores están compuestas igualmente de otras actividades y conocimientos específicos. Por ello, el uso de tiempo y las actividades representan una situación compleja.

Las mujeres a través del tiempo invertido en la cocina tradicional van adquiriendo conocimientos de su ecosistema y recursos naturales, como lo expresa Shiva (1998: p. 18). Así, la biodiversidad es un principio de conocimientos de las mujeres. Los trabajos realizados por ellas encuentran su desarrollo en espacios de actividad de flujos ecológicos, entre la producción y la estabilidad del ecosistema. En tal medida, los conocimientos respectivos a plantas cultivadas y usadas en los platos tradicionales implican aspectos como temporalidad, siembra, cosecha y condiciones óptimas del cultivo (Guzmán, 2016: 37). Shiva (1998: 18) hace mención de que las mujeres “producen, reproducen y conservan la biodiversidad en la práctica de la

agricultura” sus prácticas no solo son culturales, tienen base en la ciencia, buscan lo relacional y no lo reduccionista.

Las cocineras tradicionales poseen estos conocimientos y los llevan a la práctica. Este conjunto de saberes está presente en los agroecosistemas a lo largo de la totalidad del proceso de producción. Debe enfatizarse que no todas las cocineras tienen acceso a un agroecosistema, pero, en cambio, buscan obtener los alimentos con personas de confianza, quienes sean garantes de formas de producción “limpia” o “criolla”, asegurando la calidad gastronómica de sus platillos.

Respecto al traspatio, se trata de pequeños ecosistemas ubicados en los patios de los hogares, con demanda de tiempo y cuidados, brindados por las mujeres. Es un espacio del cual se apropian. En algunos casos puede observarse la existencia de molinos de maíz, estufas y hornos de leña utilizados únicamente por ellas, como se enfatizó según menciona Guzmán (2016: 34). De esa manera, las mujeres consiguen la preservación de las tradiciones en forma focalizada. Ejemplos de esto son el cuidado de aves y ganado menor, el desarrollo de invernaderos y huertos.

Las cocineras tradicionales al encargarse de obtener los alimentos, para su posterior procesamiento, significan la cocina como un espacio fundamental, habitado por ellas en distintos momentos cotidianos. En la cocina las estufas de leña son indispensables. En su funcionamiento las cocineras están encargadas de su limpieza, encendido, apagado, mantenimiento, además de obtener la cantidad y calidad adecuada de leña. Por lo anterior, la cocina y lo perteneciente a ella, desde materiales, conocimientos, trabajo, hasta tiempo invertido, son propios de las cocineras tradicionales, quienes transforman, sirven y reparten los alimentos, en complemento a las actividades dichas.

El tiempo empleado, o uso de tiempo, de las cocineras tradicionales en actividades relativas a la cocina tradicional, indica de la recolección y la producción agrícola como actividades necesariamente desarrolladas en grandes plazos temporales. Se trata, entonces, de trabajos en función de las temporadas y en dependencia de las épocas anuales: deshierbar, sembrar, cosechar y recolectar representan las actividades de mayor cantidad de tiempo. Referente a las actividades realizadas

diariamente, como cuidado, pastoreo y preparación de la comida, consumen más tiempo. Una de las actividades de menor dedicación temporal es poner el nixtamal, que representa media hora, como mostramos en el Cuadro 5. Uso de tiempo promedio en actividades de las cocineras tradicionales.

Cuadro5.- Uso de tiempo promedio en actividades de las cocineras tradicionales				
Actividad	Tiempo estimado en minutos	Días a la semana	Meses al año	Dentro o fuera del hogar
Preparar el desayuno	47	Diario	Todos	Dentro
Preparar la comida	72	Diario	Todos	Dentro
Preparar la cena	51	Diario	Todos	Dentro
Cuidados	124	Diario	Todos	Dentro y fuera
Dar de comer	32	Diario	Todos	Dentro
Limpiar la cocina	33	Diario	Todos	Dentro
Limpiar la estufa	40	1	Todos	Dentro
Compras	36	3 a 5	Todos	Fuera
Ir al mercado	140	1	Todos	Fuera
Poner nixtamal	32	1	Todos	Dentro
Ir a molino o moler	44	1	Todos	Dentro y fuera
Recolectar	220	1	Todos	Fuera
Desgranar	108	Diario	2	Dentro y fuera
Cuidado de traspatio	63	Diario	Todos	Dentro
Ir por leña	204	2 a 3	Todos	Fuera

Preparar tierra para siembra	516	Diario	1	Fuera
Deshierbar	540	Diario	1	Fuera
Sembrar	636	Diario	1	Fuera
Cosechar	636	Diario	1	Fuera
Pastorear	132	Diario	Todos	Fuera
Ordeñar	52	Diario	Todos	Dentro y fuera

Cuadro 1.- Uso de tiempo promedio en actividades de las cocineras tradicionales. Se observa de distintas actividades ser llevadas a cabo cotidianamente y en un tiempo definido, en el uso de varias horas diarias, semanales y anuales.

En el Cuadro 1, es posible observar algunas de las actividades en que las cocineras tradicionales reparten su tiempo. Entre ellas la ENUT (2019) solo hace mención: preparar y servir alimentos, trabajos de cuidado y limpieza del hogar. Por su parte, la CEPAL (2018: 16) asegura de los trabajos no remunerados realizados por mujeres que, aunque no forman parte como actividades productivas, contribuyen a la economía y son elementos del bienestar de la sociedad.

En el estudio de Palacios (2020: 147) el uso de tiempo de las cocineras tradicionales dedicadas a la venta de alimentos está dividido en: preámbulo 1.5hrs, preparación 2hrs, conseguir los alimentos 4 hrs, cierre de actividades 2hrs, con un uso total de tiempo de 9.5 horas diarias. En esa medida, su cocina está basada en alimentos procedentes del ecosistema manglar en el Pacífico colombiano. La cantidad de tiempo de este estudio es semejante al de las actividades diarias realizadas por las cocineras de Villa Progreso.

Retomando el estudio de García (2014: 29) menciona que, en las encuestas de uso de tiempo en España, que revelan la desigualdad entre hombres y mujeres, sobre todo respecto al trabajo doméstico, no obstante, no hay un desglose de las múltiples tareas que componen este trabajo, como las referidas a la alimentación, así, se olvida de esta actividad no ser solo la mera acción de cocinar y hacer la comida.

Pese a ello, las mujeres buscan medios de subsistencia personal y familiar, entre trabajos remunerados y no remunerados, acciones que resultan poco visibles al Estado y la sociedad (Sifuentes, et. al. 2018: 132). En esa medida, las mujeres encuentran en la cocina tradicional un mecanismo de generación de ingresos, a través de la venta de estos alimentos. Pero dicha actividad es discontinua y atemporal. De igual manera, no las excluye del resto de labores, genera temporadas de extensas jornadas de trabajo para la obtención de recursos económicos considerados dentro de la economía informal. En comparación, el Estado sigue atribuyéndoles discursivamente, el título de portadoras de cultura y patrimonio, sin contemplar el tiempo y los conocimientos existentes tras las cocineras, dentro como fuera del hogar.

Presentes en todo el proceso alimentario, las cocineras tradicionales dedican trabajo, tiempo, esfuerzo, conocimientos, a esta tarea, los cuales son considerados parte de sus deberes. Sin duda, las labores internas del hogar, como la limpieza, cuidado y educación, son aspectos de su cotidiano. De ello se sigue, que la medición del tiempo usado en cada labor y actividad torna compleja su interpretación por implicar otros elementos culturales. En consonancia con Scarafoni (2016: 133), hay actividades como administrar los hogares, limpiar, ordenar, cuidar menores de edad y adultos mayores, no reconocidos legalmente como formas de trabajo. Por ello, no les es otorgada remuneración económica a quienes realizan estas actividades. Pero estas son reconocibles mediante las redes de cuidado intra familiares e intra comunitarias. Por su parte, Sifuentes et. al. (2018: 132) advierten ser necesario el reconocimiento del trabajo de cuidados dentro de las más extensas labores domésticas, al abarcar gran cantidad de tiempo y ser una labor social indispensable.

Las cocineras tradicionales tienen reconocimiento de que en las actividades desempeñadas no gozan de un salario, excepto al tratarse de la venta de alimentos. Para algunas de ellas realizar tareas fuera del núcleo doméstico ha sido posible, especialmente en la agricultura, cocina y limpieza de otros hogares. Pero, en dicha medida, la cocina tradicional y las actividades domésticas son reconocidas como fuente informal de empleo.

Al pedir a las cocineras otorgasen un pago considerado justo por esas actividades, sus respuestas fueron diversas, basadas en sus experiencias. Particularmente, debido a no contar con una referencia formal, ya que estas tareas no se consideran labores importantes, son desarrolladas en hogares y cocinas. Por otro lado, las actividades desarrolladas en lo público, como la producción y recolección de alimentos —donde están presentes hombres y mujeres— obtuvieron valores similares en los pagos considerados justos. El resto de las actividades son consideradas como informales, pero, los referentes existentes son más constantes y similares entre ellos.

Lo masculino como idea de superioridad frente a lo femenino resulta de procesos históricos, generando diversas arbitrariedades. Las creencias que otorgan un mayor valor a los hombres han enviado a las mujeres al ámbito doméstico. Además, ocasionalmente les han adjudicado etiquetas de desvalorización: pobre, indígena, envejecida, entre otras (Vizcarra, 2008: 144). Tal creencia de superioridad podría explicar los motivos por los cuales en los censos únicamente son considerados los hombres, pese a que las mujeres también participan del conjunto de procesos productivos y de la conservación de la biodiversidad. Finalmente, son ellas quienes utilizan los recursos alimenticios dentro de los hogares. En esa medida, para Sifuentes et. al. (2018: 132) las mujeres realizan trabajos no remunerados, entre ellos “el dedicado a la parcela familiar o a ayudar al marido como jornalera”. Pero, considerar su trabajo como una “ayuda” implica verlo de forma menos importante, fuera de su cotidiano, y externo a sus labores propias, a pesar de que lo realizan constantemente entre otros de sus trabajos.

Asimismo, el estudio de Sifuentes, et. al. (2018: 115) muestra que algunos de los maridos participan en las labores domésticas, aunque menciona sean pocos casos. No obstante, sostiene se trata de casos relevantes como referente de modificaciones en los roles en zonas rurales. Igualmente, las cocineras tradicionales mencionaron que sus esposos las apoyan en algunas recolecciones y aseguran que tanto hombres como mujeres son parte de las tareas de la producción agrícola.

Sin duda, fuera de la producción y recolección de alimentos, los hombres se encuentran pocas veces presentes en lo doméstico. Las cocineras tradicionales, en cambio, pasan del ámbito público al privado, dan continuidad a la transformación de alimentos. Una vez son colocados a la venta regresan a lo público, sin significar que sean consideradas en un nivel equitativo respecto de los hombres. Al integrarse a la actividad culinaria las cocineras, se opone que los hombres no se incorporen a ninguna en lo doméstico, mantienen sus actividades sin contratiempos y en forma normal. Estos aspectos son mencionados en el estudio de Rosas y Rico (2017: 102).

Si bien los hombres están más cerca cada vez del espacio doméstico es lejano el reparto equitativo de labores. Particularmente respecto a su involucramiento en la cocina, el cual es hecho asumido como opcional, temporal e incluso placentero, y que no representa adentrarse en atender al resto de miembros de la familia, la limpieza de la cocina o la provisión de alimentos (Andreatta y Martínez, 2017: 25). Por su parte, Palacios (2020: 88) muestra que la cocina ha sido siempre asociada a lo doméstico y a las mujeres, desde el proceso de esclavización y colonia en el cual las mujeres africanas eran destinadas a diversas labores domésticas, conociendo sus espacios despectivamente como, fogón de negros. En sintonía, García (2014: 29) menciona ser las mujeres responsables de comprar, adquirir, almacenar y preparar los alimentos, pero también de la limpieza de los utensilios.

Resulta indispensable otorgarle a las mujeres un valor y reconocimiento por la conservación de la biodiversidad y agroecosistemas, partiendo de su relación con el entorno y los recursos naturales, donde mantienen un sistema alimentario con contribuciones positivas, entre ellas la conservación *in situ* de las especies vegetales aprovechadas como alimento. Tal como señala Aguilar (2007: 224), la producción agrícola convencional está basada en grandes extensiones de monocultivos, deja relegados los conocimientos propios de las mujeres en diversas áreas, corriendo el riesgo de ignorar a la mitad del planeta.

Las cocineras tradicionales son el motor de la cocina tradicional. En sus prácticas cotidianas puede ser observado que asumen su rol en actividades consideradas “del hogar” y extendidas hasta las labores que implican los agroecosistemas y

recolección. Además, es apreciable el valor otorgado a los alimentos producidos o recolectados por ellas mismas y, también, las redes familiares mantenidas en torno a la cocina tradicional. Un hallazgo relevante, como pie a otros análisis, refiere al hecho que durante el embarazo y la lactancia las mujeres continuaron con casi todas sus actividades de forma natural, en demostración del fuerte vínculo sostenido con la cocina tradicional, y por otro lado, la división sexual del trabajo que existe en ella.

Manteniendo en acuerdo de confidencialidad con la identidad de las mujeres reconocidas por ellas y la comunidad como cocineras tradicionales, se da respuesta a algunas preguntas reveladoras de los alcances de la cocina tradicional. Pero, además, necesariamente de visibilizar a sus actoras y su trabajo. Estas actoras son originarias de la comunidad, mayores de 50 años, con educación primaria como grado máximo de estudios y son madres de familia.

¿Cómo aprendió a cocinar?

“Aprendí ayudándole a mi mamá, cocinando con mis tías y vecinas” “Aprendí ayudándole a mi mamá y tías cuándo hacían la comida y ahora yo le enseño a mis hijas” “Mi mamá me enseño y yo le he enseñado a mis vecinas y amigas” “Mi mamá me enseño” “Con mi abuelita, le he enseñado a mis hijos y hermanas” “Viendo como cocinaba mi mamá o mis tías” “Me enseño mi mamá y un poco le he enseñado a mis hermanas menores” “Me enseño mi abuelita y mi mamá” “Me enseño mi mamá y mi abuelita, le estoy enseñando a mi hija”

¿Qué es lo que le gusta y lo qué no le gusta de cocinar?

“Me gusta probar como va quedando la comida y no me gusta cuándo no tengo en casa algo y tengo que ir con la vecina o a la tienda a comprarlo porque pierdo tiempo” “Me gusta todo, desde recolectar o voy a comprar lo que voy a ocupar, y cuándo ya está lista para disfrutar. No me gusta cuándo a veces no queda como esperaba por falta de algún ingrediente” “Me gusta ocuparme haciendo lo que me gusta, no hay nada que no me guste” “Me gusta preparar los alimentos y darles mi sazón. No me gusta lavar los trastes que se utilizan” “Me gusta probar la comida mientras la estoy haciendo. Todo me gusta, no hay nada que no me guste” “Me

gusta probar como va quedando, no hay nada que no me gusta” “Me gustan los olores al estar en la comida en la estufa y ver cómo se va haciendo para estar lista para comer. No hay nada que no me guste” “No hay nada que no me guste, me gusta ver cómo va tomando consistencia y sabor cuando le agrego cada ingrediente” “Me gusta probar como va quedando de sabor y no me gusta cuando no quiere arder la leña”

¿Qué es lo que más le gusta comer?

“Tortillas hechas a mano, frijoles en cualquiera de las formas que se cocinan, salsa de molcajete y nopales” “Me gusta todo, más lo que yo misma he recolectado del campo” “Todo lo que recolectamos del campo por temporadas” “Nopales, frijoles, calabaza, arroz, tamales y papas” “Todo me gusta, mientras sean cosas del campo más” “Todas las comidas que se puedan realizar con las cosas de campo, nopales, flor de calabaza, gorditas de maíz” “Frijoles, nopalitos, garbanzos, lentejas y todo lo que se recolecta en el campo” “Tamales, pozole, mole, nopales de Santo” “Lo que yo preparo, lo que más me gusta son lentejas, arroz y garbanzos”

Durante el embarazo y la lactancia, ¿qué actividades de las mencionadas llegó a realizar? (Actividades del Cuadro1)

“Todas las actividades” “Ir al molino y hacer tortillas, ir por el mandado, ir a la milpa a ayudar a la siembra, cocinar y lavar. En la lactancia, ir al campo por la leña, recolectar, sembrar, cosechar, hacer los quehaceres de la casa, lavar, cuidar a los animales” “Actividades relacionadas al hogar como, lavar trastes, barrer, cocinar, ir al mercado” “Todas las actividades del hogar como, hacer de comer, lavar, ir por el mandado. En la lactancia, ir a la milpa, hacer la comida, ir al mandado, ordeñar, lavar, ir a la siembra, cosechar, ir por leña, limpiar la cocina” “Lavar, ir al mercado, cocinar, ir a la milpa. En la lactancia, hacer tortillas, ir al molino, cocinar, lavar, ir a la milpa, ordeñar, cuidar a los animales y las plantas” “Lavar trastes, cocinar, ir al mercado, recolectar en el campo, sembrar. En la lactancia, cocinar, ir a la milpa, lavar, ir al mercado, poner el nixtamal, ir a la milpa” “Actividades del hogar como, ir por las cosas para comida, hacer la comida, ir al campo, cuidar a los animales, recolectar. En la lactancia, lavar, cocinar, sembrar, ir a la milpa” “Todo lo del hogar

nada más, como cocinar, ir a la milpa, limpiar. En la lactancia, cocinar, ir al mercado, lavar, darles de comer a mi familia, ir a la milpa, cuidar los animales, ir al molino, poner nixtamal” “Lavar, cocinar, ir al mercado. En la lactancia, hacer la comida, ir a la milpa, ordeñar, cuidar a los animales y plantas de la casa, ir al molino, hacer tortillas, hacer comida de fiestas”

¿De las actividades mencionadas (Cuadro1), por cuál ha recibido remuneración económica fuera del hogar?

“Preparar la comida” “Cocinar, hacer comida para la venta. Limpiar otras casa y cocinas” “Cocinar y lavar trastes” “La siembra, cocinar y lavar” “Ninguna” “Cocinar fuera de la casa, lavar y sembrar” “Cocinar” “Ninguna” “Hacer comidas de fiestas”

La cocina tradicional es parte fundamental de la vida de las mujeres, quienes le dedican gran parte de su tiempo. Partiendo de su infancia y por generaciones comenzaron a reproducirla, adquirieron distintos conocimientos, desde la obtención de alimentos, hasta las formas de consumo. Resultados similares arroja el estudio de Troncoso et al. (2019:54), que evidencia la herencia de las recetas en relaciona directa con las mujeres, quienes las transmiten particularmente a sus hijas y contribuyen a fortalecer el imaginario social sobre los roles de género en la alimentación.

Tal como afirman Troncoso et al. (2009:18), las recetas de cocina afectivas son indispensables para fortalecer y mantener las culturas. Sin duda, el rol de las mujeres como continuadoras del patrimonio gastronómico está cambiando, ya que las culturas se adaptan a sus necesidades y se mantienen dinámicas y en evolución. Para Ranaboldo (2009:23), es cada vez más común encontrar nuevos proyectos de desarrollo basados en algún activo de la cultura, entre ellos la participación de las mujeres como elemento destacado. Este fenómeno ocurre también con las cocineras tradicionales vistas en ocasiones como atractivos turísticos, aunque su reconocimiento solo es discursivo.

El Estado debería encargarse del desarrollo de tales capacidades, mediante reformas estructurales otorgantes de soluciones a largo plazo enfocadas en el capital humano. (Vizcarra, 2008: 163). Por ello, precisa la necesidad de diseñar

políticas públicas enfocadas en la disminución del tiempo empleado por las mujeres para el trabajo doméstico de manera no remunerada, en vías de impulsar las políticas públicas existentes como lo son escuelas de tiempo completo y guarderías públicas, que permiten flexibilizar sus tiempos e incorporarse a trabajos remunerados, logrando así equidad entre hombres y mujeres (Sánchez, et. al., 2015: 662). Es necesario mencionar que, para disminuir las horas de trabajo no remunerado de las mujeres en el hogar, resulta indispensable la integración de los hombres, de forma paritaria, en dichos trabajos. Esto plantea el rompimiento con los roles culturales en lo público y lo privado y que las mujeres tengan acceso a cualquier cargo y salarios justos. No es suficiente la implementación de políticas que asumen momentáneamente los trabajos realizados culturalmente por las mujeres.

6.6.- Conclusiones

La cocina tradicional no puede existir sin sus contextos biológicos, culturales e históricos. De esa manera es imposible pensarla sin las cocineras tradicionales. Por lo tanto, es necesidad reconocerlas por encima de los discursos, hablar del trabajo y conocimientos implicados en la cocina tradicional, esos que las cocineras practican durante toda su vida.

La vida y conocimiento de las cocineras tradicionales están ligados estrechamente a la biodiversidad y el ecosistema en el que habitan. Su alimentación depende de la época del año y la diversidad biológica disponible. Así, sus actividades están acopladas a cada temporada, o sea, usan su tiempo, parcialmente, en función del ecosistema y de la época del año.

Las actividades que requieren mayor cantidad de tiempo para las cocineras tradicionales son la recolección y producción agrícola. Otras actividades diarias en las que invierten mucho tiempo son los cuidados y la preparación de alimentos. Una actividad realizada de dos a tres veces por semana, que requiere menor cantidad de tiempo, tiene que ver con el proceso de nixtamalización. Dentro de los trabajos de recolección y producción agrícola se pueden encontrar también a los esposos e hijos de las cocineras.

El uso de tiempo de las cocineras tradicionales está distribuido en actividades del ámbito público y privado. En consecuencia, entre el trabajo remunerado y no remunerado. Únicamente obtienen pago por su labor cuándo se trata de ventas de comida y trabajos en los hogares de otras personas, es decir, por el tiempo invertido en trabajos que las beneficiaran a ellas y a sus familias, en general no perciben remuneración económica.

La alimentación es vista como tarea de las cocineras tradicionales, quienes distribuyen su tiempo desde la producción y obtención del alimento, hasta la preparación y repartición de este. Tales trabajos fueron aprendidos generacionalmente de otras mujeres, cocineras tradicionales. Por ello, es necesario dar valor a los diversos trabajos realizados por las ellas al ser portadoras de conocimientos generacionales que les ha permitido sustentar el alimento y conservar la biodiversidad.

El trabajo y uso de tiempo de las cocineras tradicionales comienza en el agroecosistema y la recolección. No concluye con la preparación de alimentos, sino, con la limpieza de sus espacios y en ocasiones la venta de alimentos. Por ello, realizar censos adecuados a cada región y contexto es de suma importancia para conocer el uso de tiempo de las mujeres y, en consecuencia, sus labores participativas y aportaciones económicas y al conocimiento histórico, culinario, agrícola y ecológico. Analizar el uso de tiempo de las cocineras tradicionales es un primer paso para visibilizar los múltiples trabajos realizados en torno a su sistema alimentario.

6.7.- Literatura citada

Aguilar, L. (2007). ¿Por qué las mujeres están ausentes en el manejo y conservación de la biodiversidad?. En Luz Marina Donato, Elsa Matilde Escobar, Pía Escobar, Aracely Pazmiño y Astrid Ulloa (editoras). *Mujeres indígenas, territorialidad y biodiversidad en el contexto latinoamericano* (223-230). Bogotá: Universidad Nacional de Colombia-Fundación Natura de Colombia-Unión Mundial para la Naturaleza-UNODC-Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito. Recuperado de:

https://www.researchgate.net/publication/305653675_Mujeres_indigenas_territorialidad_y_biodiversidad_en_el_contexto_latinoamericano

- Andreatta, M^a M. y Martínez, A. (2017). Alimentación cotidiana y normas de género: un etnodrama. *Aposta. Revista de Ciencias Sociales*. 73, 9-29. Recuperado de: https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/65394/CONICET_Digital_Nro.77edce40-1635-4fd8-8171-a5c1ab87bab3_D.pdf?sequence=5&isAllowed=y
- Aspiazu, E. y Seltzer, S. (2011). Uso de tiempo desde una perspectiva de género Encuesta a varones y mujeres de una ONG del Mar de Plata. *Revista FACES Facultad de Ciencias Económicas y Sociales*. 17 (36-37), 33-48. Recuperado de: <http://nulan.mdp.edu.ar/id/eprint/1597>
- Báez Cubero, L., Garrett Ríos, G., Matías Lara, J., Ramírez Ramos, G., Peñaloza Moreno, V. y Pérez González, D. (2017). Estudio: Pueblos indígenas de México en el Siglo XXI. Otomí Estudio general al Pueblo Otomí. Ciudad de México: Comisión Nacional para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas. Recuperado de: <http://www.inpi.gob.mx/2021/estudios/cdi-estudio-general-del-pueblo-otomi.pdf>
- Brito Bruno, C. y Ivanovic Willumsen, C. (2019). Mujeres rurales, protección social y seguridad alimentaria en ALC: 2030 - Alimentación, agricultura y desarrollo rural en América Latina y el Caribe, (23), 3-18. Recuperado de: <http://www.fao.org/3/ca5092es/ca5092es.pdf>
- Cárdenas Marcelo, A., Vizcarra Bordi, I., Espinoza Ortega, A. y Espinosa Calderón, A. (2019). Tortillas artesanales mazahuas y biodiversidad del maíz nativo. Reflexiones desde el ecofeminismo de la subsistencia. *Sociedad y Ambiente*. (19), 265-291. doi: 10.31840/sya.v0i19.1944 Recuperado de: <https://revistas.ecosur.mx/sociedadambiente/index.php/sya/article/view/1944/1778>
- CEPAL. (2019). Autonomía económica de las mujeres ante los cambios en el mercado laboral. *Panorama social de América Latina 2018*. (195-225)

Santiago: Comisión Económica para América Latina y el Caribe, CEPAL.
doi: <https://doi.org/10.18356/8257b497-es>

Delfino A. (2009). La metodología de uso del tiempo: sus características, limitaciones y potencialidades. *Espacio Abierto*, 18 (2), 119-218. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/122/12211826001.pdf>

FAO. (2016). Alcanzar nuestras metas el programa de la FAO para la igualdad de género en el desarrollo agrícola y rural. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Recuperado de: <http://www.fao.org/3/i6618s/i6618s.pdf>

Galak, E. y Escobar, C. (2019). Las prácticas corporales de la cocina típica. El “habitus de cocina” y el “saber/sabor” de las cocineras tradicionales de Tuluá (Colombia)”. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*, (29), 35-44. Recuperado de: <http://www.relaces.com.ar/index.php/relaces/article/view/262/259>

García Arnaiz, M. (2014). Alimentación, trabajo y género. De cocinas, cocineras y otras tareas domésticas. *Panorama social*, (19), 25-36. Recuperado de: https://www.funcas.es/wp-content/uploads/Migracion/Articulos/FUNCAS_PS/019art03.pdf

Guzmán, Dazma. (2016). Diversidad biocultural y género: Trayectorias productivas de mujeres campesinas de Chiloé. *Revista Austral de Ciencias Sociales*, (31), 25-42. doi: <https://doi.org/10.4206/rev.austral.cienc.soc.2016.n31-02>

Hernández, M. (2008). Cocinas y cocineras o el alma de la casa: una aproximación fenomenológica. *Argos*. 25 (48), 99-112. Recuperado de: http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0254-16372008000100007

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., y Baptista Lucio, M. (2010). *Metodología de la investigación*. Ciudad de México: Mc Graw Hill.

INEGI y INMUJERES. (2019). Encuesta Nacional sobre el Uso del Tiempo (ENUT) 2019 Presentación de resultados. Recuperado de:

https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enut/2019/doc/enut_2019_presentacion_resultados.pdf

Jardín botánico regional de Cadereyta Ing. Manuel Gonzales de Coiso, Consejo de Ciencia y tecnología del estado de Querétaro. Recuperado de: <http://www.concyteq.edu.mx/JB/colecciones.html>

Matta, R. (2019). Mexicas ethnic culinary heritage and cocineras tradicionales (traditional female cooks). *Food and Foodways*, 27 (3), 211–231. doi: <https://doi.org/10.1080/07409710.2019.1646481>

Mies, M. (1998). Conclusión. En María Mies y Vandana Shiva. *La praxis del ecofeminismo Biotecnología, consumo y reproducción*. (203-238). Barcelona: Icaria editorial. Recuperado de: <https://observatorio.aguayvida.org.mx/media/maria-mies-vandana-shiva-la-praxis-del-ecofeminismo.-biotecnologia-consumo-y-reproduccion.pdf>

Ortega, T., Vázquez García, V., Flores Sánchez, D. y Núñez Espinosa, J. (2017). Agrobiodiversidad, género y soberanía alimentaria en Tlaxiaco, Oaxaca. *Revista Mexicana de Ciencias Agrícolas*, (18), 3673- 3684. Recuperado de: <https://cienciasagricolas.inifap.gob.mx/editorial/index.php/agricolas/article/view/213/173>

Palacios Sinisterra, C. (2020). *Conocimiento tradicional, cocina y mujer en Buenaventura*. Cali: Editorial Universidad Santiago de Cali/Editorial Universidad del Pacífico.

Pérez Gil-Romo, S. (2007). Estudios sobre alimentación y nutrición en México: una mirada a través del género. *Salud pública*, 49 (6), 445-453. Recuperado de: <https://saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/6791>

Prieto Hernández, D., y Utrilla Sarmiento, B. (2012). Amalgama de culturas: la región chichimeca otomí del semidesierto de Querétaro y Guanajuato. En J. Valle Esquivel, D. Prieto Hernández y B. Utrilla Sarmiento. *Los pueblos indígenas de la Huasteca y el Semidesierto Queretano atlas etnográfico*.

(51-76). Ciudad de México: Instituto Nacional de Antropología e Historia, Instituto Nacional de Lenguas Indígenas, Universidad Autónoma de Querétaro, Instituto Queretano de la Cultura y las Artes. Recuperado de: http://mediateca.inah.gob.mx/islandora_74/islandora/object/libro%3A446

Rosas Chávez, N. y Rico Rodríguez, T. (2017). El papel de las mujeres en la construcción de soberanía alimentaria. *Géneros Revista de investigación y divulgación sobre los estudios de género*, 24 (21), 95-118. Recuperado de: <http://revistasacademicas.ucoj.mx/index.php/generos/article/view/1528/1880>

Ranaboldo, C. (2009). Introducción Recorridos de una mirada Latinoamericana. En C. Ranaboldo y A. Schejtman. *El valor del patrimonio cultural: territorios rurales, experiencias y proyecciones latinoamericanas*. (10-38). Lima, Santiago: Instituto de Ediciones Peruanas, Centro Latinoamericano para el Desarrollo Rural Proyecto para el Desarrollo Territorial Rural con Identidad Cultural. Recuperado de: https://rimisp.org/wp-content/files_mf/1367521220Valor_patrimonio_cultural.pdf

Sánchez Vargas, A., Herrera Merino, A. y Perrotini Hernández, I. (2015). La participación laboral femenina y el uso del tiempo en el cuidado del hogar en México. *Contaduría y Administración*, 60 (3), 651-662. doi: <https://doi.org/10.1016/j.cya.2015.05.013>

Scarafoni, M. E . 2016. División sexual del trabajo doméstico y el uso del tiempo en las tareas de cuidado. *Derecho y Ciencias Sociales*, (14), 127-136. Recuperado de: <http://fundacionjyg.org/wp-content/uploads/2018/09/División-sexual-del-trabajo-doméstico-y-el-uso-del-tiempo-en-las-tareas-de-cuidado.pdf>

Sifuentes Ocegueda, E., Rivera Flores, K. y Sifuentes Ocegueda, A. (2018). Tiempos de vida de las mujeres en el medio rural trabajos de cuidados y opciones productivas en Nayarit, México. *Géneros Revista de investigación y divulgación sobre los estudios de género* 25 (23), 105-138.

Recuperado de:
<http://revistasacademicas.ucol.mx/index.php/generos/article/view/1618/1949>

Shiva, V. (1998). El saber propio de las mujeres y la conservación de la biodiversidad. En M. Mies y V. Shiva. La praxis del ecofeminismo Biotecnología, consumo y reproducción. (13-26). Barcelona: Icaria editorial.

Troncoso Pantoja, C., Muñoz Rosa, M., Sotomayor Castro, M., Amaya Plascencia, J., Alarcón Rivero, M. y Amaya Plascencia, A. (2019). Significancia gastronómica de recetas favoritas en mujeres adultas mayores. Estudios Sociales Revista de Alimentación Contemporánea y Desarrollo Regional 29 (54), 2-24. doi: <https://doi.org/10.24836/es.v29i54.776>

UNESCO. (2010). La cocina tradicional mexicana, cultura comunitaria, ancestral y viva El paradigma de Michoacán México, Inscrito en 2010 (5.COM). En Lista Representativa del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad. Organización de las Naciones Unidas para la Educación Ciencia y Cultura, Patrimonio Cultural Inmaterial. Recuperado de: <https://ich.unesco.org/es/RL/la-cocina-tradicional-mexicana-cultura-comunitaria-ancestral-y-viva-el-paradigma-de-michoacan-00400>

Vizcarra Bordi, I. (2008). Entre las desigualdades de género: un lugar para las mujeres pobres en la seguridad alimentaria y el combate al hambre. Argumentos, (57), 141-170. Recuperado de: <https://publicaciones.xoc.uam.mx/MuestraPDF.php>

CAPÍTULO 7. CONCLUSIONES GENERALES

La cocina tradicional de Villa Progreso es una muestra de la diversidad de cocinas existentes. Sus características históricas, culturales, ecológicas y geográficas la hacen única. Es importante mencionar que su principal característica, la recolección.

Se confirma que la cocina tradicional de Villa Progreso es parte de su identidad, a partir de diversos conocimientos que se encuentran detrás de los platillos las cocineras tradicionales han logrado mantenerla hasta hoy en día, agregando también que, por las particularidades propias de tal cocina, se relaciona con la soberanía alimentaria que plantea La Vía Campesina.

Se identificaron 55 principales platillos tradicionales, dentro de su composición destacan los alimentos que se obtienen mediante la recolección, siendo el principal *Oppuntia ficus*, ingrediente esencial en el platillo y bebida representativo de la comunidad que se sirven en las fiestas de mayor importancia. Así mismo se destacan los alimentos obtenidos mediante la producción en el sistema milpa. Los platillos tradicionales se caracterizan por ser de temporada y tener en su mayoría entre tres y cuatro ingredientes. Se destaca que, los platillos son de temporada, y se cocinan en estufas de leña. Los alimentos utilizados en la cocina tradicional son frescos, van de la recolección a la cocina y al plato.

En cuanto a las especies silvestres que se utilizan en la cocina tradicional, se identificaron 16 especies vegetales, las cuales se obtienen mediante recolección en diversos hábitats de la delegación bien identificados por la población. Las formas en las que se utiliza varían desde hervidas, azadas, hasta crudas. Se afirma que, se utilizan diversas partes de las plantas para su consumo. Al ser una cocina de temporal y recolección los alimentos se encuentran libres de residuos de agroquímicos y se aprovechan en distintas épocas a lo largo de año, contribuyendo a una dieta variada. *Oppuntia ficus* destaca por su importancia cultural dentro de la recolección.

Si bien la cocina tradicional de Villa Progreso ha sido vista como un fenómeno identitario, por las características como sistema alimentario se puede asumir que coincide con los siete pilares de la soberanía alimentaria que menciona la Vía Campesina. Este hecho hace aún más importante a la cocina tradicional de Villa Progreso, pues aporta de forma directa a la población del lugar.

IV.- Indagar en las actividades en las cuales las cocineras tradicionales, usan su tiempo para reproducir la cocina tradicional

Las cocineras tradicionales usan su tiempo en diversas actividades que son importantes reconocer como parte de la cocina tradicional, desde, la recolección, el trabajo durante todo el ciclo agrícola, la preparación de alimentos, la atención a la familia en cada comida, la limpieza de los espacios y en ocasiones la venta de los alimentos. Al ser una cocina de temporal, las actividades varían según la época del año en que se encuentran. A pesar de ello y de las declaratorias de la UNESCO, las personas que históricamente la han mantenido y le siguen dando vida, no necesariamente son reconocidas ni valoradas. Las cocineras tradicionales son el eje fundamental de la cocina tradicional. Es de gran importancia dar voz a las portadoras de los patrimonios, de la cocina tradicional.

Conocer a la cocina tradicional vista desde el plato hacia atrás permitió indagar en diversos aspectos de ella, desmenuzando parte de su entramado y sentando las bases para estudios y proyectos en las que involucre no solo al platillo, el estado o movimientos sociales, sino, de manera directa al ecosistema y sus mujeres. La cocina tradicional es más que un plato bien adornado en festividades.

La cocina tradicional de Villa Progreso debe ser estudiada como un sistema alimentario local, que ha permanecido generacionalmente a pesar de las crisis alimentarias y del COVID-19, dejando en claro la importancia de los alimentos locales basados en la historia, cultura e identidad. La población y de forma especial las cocineras tradicionales mantienen los conocimientos teóricos y prácticos que permiten acceder a formas de alimentación diversas y de mayor importancia que las impuestas.

