

UACM

Universidad Autónoma
de la Ciudad de México

Nada humano me es ajeno

COLEGIO DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES

LICENCIATURA EN ARTE Y PATRIMONIO CULTURAL

DIPLOMADO COMO OPCIÓN DE TITULACIÓN

**Las mujeres en la perspectiva de las ciencias sociales y humanidades.
Política feminista y el enfoque de género**

**“La cocina mexicana, un espacio de empoderamiento: el caso de las mujeres de humo
en Veracruz”**

TRABAJO FINAL QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN ARTE Y PATRIMONIO CULTURAL

PRESENTA

Luis Antonio Espinosa Alvarado

MATRICULA: 15-011-1247

Comité del Diplomado

**Dra. Judith Lorena Méndez Barrios, Dra. Violeta Cárdenas Hernández,
Dra. María Norma Mogrovejo Aquise**

Ciudad de México, abril de 2024

SISTEMA BIBLIOTECARIO DE INFORMACIÓN Y DOCUMENTACIÓN



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE LA CIUDAD DE MÉXICO COORDINACIÓN ACADÉMICA

RESTRICCIONES DE USO PARA LAS TESIS DIGITALES

DERECHOS RESERVADOS ©

La presente obra y cada uno de sus elementos está protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor; por la Ley de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México, así como lo dispuesto por el Estatuto General Orgánico de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México; del mismo modo por lo establecido en el Acuerdo por el cual se aprueba la Norma mediante la que se Modifican, Adicionan y Derogan Diversas Disposiciones del Estatuto Orgánico de la Universidad de la Ciudad de México, aprobado por el Consejo de Gobierno el 29 de enero de 2002, con el objeto de definir las atribuciones de las diferentes unidades que forman la estructura de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México como organismo público autónomo y lo establecido en el Reglamento de Titulación de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México.

Por lo que el uso de su contenido, así como cada una de las partes que lo integran y que están bajo la tutela de la Ley Federal de Derecho de Autor, obliga a quien haga uso de la presente obra a considerar que solo lo realizará si es para fines educativos, académicos, de investigación o informativos y se compromete a citar esta fuente, así como a su autor ó autores. Por lo tanto, queda prohibida su reproducción total o parcial y cualquier uso diferente a los ya mencionados, los cuales serán reclamados por el titular de los derechos y sancionados conforme a la legislación aplicable.

Agradecimientos

Al concluir esta etapa en mi vida, quiero agradecer profundamente a mi mamá y a mi papá, quienes han estado siempre apoyándome durante mi carrera universitaria, alentándome a seguir preparándome en mis estudios y proyectos de vida. Desde pequeño me enseñaron los valores para ser una persona de bien en la sociedad, a la par de cumplir con mis obligaciones, tanto en lo académico como en lo personal. A ellos también les debo todo el apoyo en las decisiones que he tomado, siempre aconsejándome que realice todo en tiempo y forma, aunque nunca será tarde para estudiar o realizar algún proyecto, inesperadamente se presentan otras circunstancias, situaciones y a veces es más complicado realizarlo, ya que sin su apoyo no estaría aquí en este momento.

Agradezco mucho a mis hermanos por sus palabras de motivación e inspiración, ya que siendo el de en medio de los tres, me motivó e inspiró ver a mi hermano mayor concluir sus estudios en su carrera universitaria y titularse, pues me enseñó que con esfuerzo y dedicación todo se puede lograr en la vida. Así como mi hermano mayor es un ejemplo a seguir, de la misma manera quiero serlo para mi hermana, quien se encuentra en el mismo camino de concluir sus estudios y cumplir sus metas.

Agradezco mucho a mis amigos, a quienes conocí en la universidad y me han apoyado desde el primer momento. Juntos hemos transitado por muchas cosas, a la vez que hemos aprehendido nuevos conocimientos del mundo. Ellos me han echado porras para concluir esta última etapa universitaria.

Agradezco mucho a las profesoras de la academia, por brindarme su amplio conocimiento, por su paciencia, su tiempo y guía certera en el transcurso de este

camino para concluir esta etapa y, de la misma manera, haber creado este espacio lleno de conocimientos, reflexiones y oportunidades de seguir preparándonos. Ya que nunca dejaremos de aprender, siempre habrá nuevas cosas por descubrir y estudiar, la ignorancia es el punto débil del ser humano y eso conlleva a que en la vida muchas personas aprovechen de esa debilidad para perjudicarnos.

Agradezco mucho a mi universidad, por ser mi segunda casa de estudios, misma que me dio la oportunidad de continuar con mi formación académica y poder estudiar. Debo admitir que al inicio tenía miedo por no terminar la carrera, pues en el camino experimenté diversas complicaciones, pero jamás me di por vencido a pesar de que no fue fácil. Me costó, pero hoy puedo decir que ese miedo quedo atrás y he terminado exitosamente. Sin esta universidad no estaría aquí en este momento.

Por último, doy gracias a todos por el apoyo que me brindaron, a quienes estuvieron siempre a mi lado alentándome con palabras de superación, a mi familia, mis amigos, la universidad y las profesoras. Todo es un reto y de eso trata la vida para saber qué tan capaces somos de hacerle frente a las dificultades o problemas, y si somos de las personas que los resuelven o somos de los que nos hacemos a un lado mientras que otros lo logran.

Índice

Introducción.....	5
Capítulo 1: Feminismo.....	9
1.1 ¿Qué es el feminismo?.....	9
1.2. Feminismo contemporáneo.....	13
Capítulo 2: Gastronomía, tradición y cultura.....	17
2.1 ¿Qué es la gastronomía?	17
2.2 ¿Qué es la cocina tradicional mexicana?	23
Capítulo 3: Mujeres de humo en Totonacapan Veracruz	29
3.1 Las mujeres de humo Totonacapan Veracruz.....	29
3.2 De la tradición al empoderamiento.....	33
Reflexiones Finales y conclusiones.....	38
Referencias bibliográficas.....	40

“La cocina mexicana, un espacio de empoderamiento: el caso de las mujeres de humo en Veracruz”.

Introducción

En el presente trabajo de investigación se hará una reflexión sobre la importancia de la mujer en la cocina tradicional mexicana, catalogando la cocina como un espacio libre por voluntad y no como un lugar de opresión y obligación para las mujeres. Al respecto, decidí estudiar a la colectiva “Mujeres de Humo” de Totonacapan, Veracruz.

A ellas se les ha asignado un papel de cuidadoras primordiales, de manera automática, como si fuera esta una característica biológica inherente, limitando la oportunidad de explorar otras experiencias. En este sentido, Alarcón nos señala que: “la cocina no solo son técnicas culinarias, utensilios, y sabores, pues, la cocina tradicional rebasa con mucho lo alimenticio y lo nutricional.” (Alarcón, 2017, p. 1447).

A su vez, en este trabajo exploraremos algunos temas y conceptos vinculados a la licenciatura en Arte y Patrimonio Cultural de la UACM. Se analizarán definiciones clave como gastronomía, tradición y cultura, ello desde una perspectiva feminista. Así mismo, se abordarán conceptos relacionados con la gestión cultural como: prácticas culturales, preservación y conservación. Espero que lo anterior abone al fortalecimiento del debate en torno a la experiencia estética centrada en las emociones, la igualdad, promoción, difusión y el reconocimiento de las prácticas culturales y culinarias.

Según de la Madrid (2018 p. 11) “... la gastronomía mexicana ha sido siempre uno de nuestros principales pilares de identidad nacional y de cohesión social, pero hoy

también, nuestra cocina y toda su historia viva representan una vía clara para propiciar el desarrollo local de comunidades enteras y mejorar la calidad de vida de todos aquellos que forman parte de ella”.

En este mismo sentido, Fattache nos proporciona un panorama más amplio en torno a la cultura gastronómica, al afirmar que:

A lo largo de la historia, hemos encontrado en la comida un lenguaje común que trasciende las barreras lingüísticas y culturales. Desde las citas románticas hasta las celebraciones familiares, pasando por los negocios y el turismo, la comida se convierte en el hilo conductor que une a las personas y abre las puertas a un sinfín de experiencias sociales y culturales. (Fattache, 2023).

A medida que ha transcurrido el tiempo, aunado a un aumento de la conciencia colectiva y diversos muchos movimientos sociales (como el feminista), se han visibilizado áreas del conocimiento que tradicionalmente permanecían ocultas. Esta investigación pretende, en esta misma tónica, profundizar más allá de la labor de las mujeres de humo en la cocina y que tengan la posibilidad de formar una comunidad de sororidad desde una perspectiva que rompa con el modelo patriarcal, fomentando la autonomía, la difusión de las riquezas gastronómicas, transmitiendo una herencia cultural y la liberación de los participantes, sin importar sus respectivas condiciones socioeconómicas.

La exploración de esta temática podría ayudar a reconocer y potenciar otros procesos en entornos similares, a la par que incluir a un mayor número de personas. Esto con el objetivo de que puedan tomar control de sus situaciones concretas y desarrollar lazos solidarios con el fin de crear una sociedad con más oportunidades

y redes de apoyo significativas. Esto sería especialmente beneficioso para aquellos que se encuentran en situaciones de exclusión y desigualdad, como es el caso de las mujeres involucradas en esta investigación.

Además, la presente investigación pretende formar lazos y conexiones entre el arte culinario y la representación de lo sagrado, pues “la comida es una representación cultural y, en ocasiones, también tiene una connotación ceremonial y sagrada, dado que a lo largo de la historia se ha utilizado para ritos y ceremonias ancestrales y de nuestros pueblos originarios”. (Alarcón, 2017: 1447).

Las preguntas sobre las que reflexiono y guían la presente investigación son: ¿Qué es la cocina tradicional?, ¿Cuál es la labor primordial de las mujeres de humo?, ¿Cómo logran transmitir su conocimiento para mostrar el valor de una cocina?, ¿Cuál es la razón por la que en las prácticas culinarias las mujeres gozan de un menor reconocimiento?

En el primer capítulo de esta investigación hablaremos sobre qué es el feminismo y su historia, ya que es importante entender este concepto (y corriente de análisis) para el presente trabajo y cómo es que se relaciona con el caso seleccionado. Para ello, presentaremos los planteamientos teóricos que diversas autoras han realizado y bajo los cuales guiaremos el proceso de investigación. Pondremos particular atención en las propuestas que estas autoras nos hacen en el estudio de las prácticas artísticas y culinarias, acentuando así las necesidades de introducir una metodología de carácter feminista al análisis del fenómeno.

Posteriormente, en el segundo capítulo, hablaremos sobre la gastronomía, incluyendo los conceptos de cultura y tradiciones. Éstos constituyen un núcleo

fundamental en esta investigación, al igual que el tópico de la cocina tradicional mexicana.

En el tercer capítulo hablaremos sobre la colectiva de *Las mujeres de humo* de Totonacapan, Veracruz. Este capítulo constituye el punto central de esta investigación, pues presentaremos y analizaremos cómo surge esta grupa de mujeres, cuáles son sus objetivos y en qué medida llevan adelante su empoderamiento.

Finalmente, en el cuarto capítulo (a modo de conclusión) presentaremos nuestras reflexiones finales, donde además de contestar las preguntas rectoras, surgirán aún más preguntas a partir de lo revisado en capítulos anteriores. En este mismo apartado nos atreveremos a plantear cuestionamientos para discutir y dialogar en torno a las diferentes opiniones y perspectivas del tema, una vez que se hayan expuesto en este trabajo de investigación.

Palabras clave: cocina tradicional, género, gastronomía, tradición, empoderamiento, cultura, sororidad, igualdad.

Capítulo 1: el Feminismo

¿Qué es el feminismo?

Como un primer acercamiento a este concepto, el feminismo es interpretado como una corriente que busca erradicar la explotación de género y la opresión hacia las mujeres. Se caracteriza por la lucha de mujeres comprometidas con la equidad de género, buscando la igualdad salarial y una distribución equitativa de las responsabilidades domésticas y de crianza entre hombres y mujeres.

Según Varela, el feminismo:

“... es una teoría y práctica política articulada por mujeres que tras analizar la realidad en la que viven toman conciencia de las discriminaciones que sufren por la única razón de ser mujeres y deciden organizarse para acabar con ellas, para cambiar la sociedad. Partiendo de esa realidad, el feminismo se articula como filosofía política y, al mismo tiempo, como movimiento social.” (2008 p.10).

La liberación femenina se enfoca en la libertad de decidir, por ejemplo, sobre el aborto y la orientación sexual. De igual manera, lucha por erradicar la violencia de género, incluyendo la violación y la violencia doméstica. En el ámbito laboral, la igualdad de género se expresa en el principio de igual salario, un elemento en que la mayoría de personas concuerda hoy en día. Al respecto, la revista *ONU MUJERES* menciona que: “La igualdad de género no significa que hombres y mujeres deban ser tratados como idénticos, sino que el acceso a oportunidades y el ejercicio de los derechos no dependan del sexo de las personas. La igualdad de

oportunidades debe incidir directamente en el ejercicio efectivo de los derechos de las mujeres” (2021 p.4)

Merece la pena subrayar, que el feminismo ha estado presente desde hace tiempo y me gustaría exponer un dato curioso, que considero importante y es que, en el siglo XVIII, durante la Revolución Francesa y el apogeo de la Ilustración. El feminismo se formalizó a partir de la toma de conciencia de las mujeres cómo un grupo oprimido, dominado y explotado. La mayoría de las activistas tomaron conciencia de la naturaleza de la dominación masculina, cuando militaban en espacios anticlasistas y antirracistas, con hombres que hablaban al mundo sobre la importancia de la libertad, mientras subordinaban a las mujeres en sus filas. Según Nerio “el feminismo también es un movimiento social que busca la transformación de las sociedades, para que sean más justas y todas las personas tengan los mismos derechos en igualdad de condiciones.” (2019 p.22).

Dentro de estas luchas podemos encontrar una amplitud de sujetos y reivindicaciones: había mujeres blancas que luchaban en nombre del socialismo, mujeres negras que luchaban a favor de los derechos civiles y la liberación de la población negra o mujeres nativas estadounidenses que luchaban por los derechos indígenas. No obstante, estaba claro que los hombres buscaban ser los líderes y querían que las mujeres los siguieran, pues:

Como nuestra sociedad sigue teniendo principalmente una cultura “cristiana”, mucha gente sigue creyendo que Dios ha dispuesto que las mujeres deben estar subordinadas a los hombres en el hogar. Aunque muchísimas mujeres se hayan incorporado a la población activa o, aunque muchas familias estén encabezadas por mujeres como únicas proveedoras,

sigue dominando en el país la imagen de que la dominación masculina sigue intacta, haya o no hombres en el hogar. (Hooks, 2017, p. 22).

Existen interpretaciones equívocas de las ideas feministas, pues se llegó a pensar que el movimiento feminista es anti-hombres, lo cual conduce a la falsa creencia de que los espacios exclusivamente femeninos serían libres de patriarcado y pensamiento sexista. “El feminismo es como un motor que va transformando las relaciones entre los hombre y las mujeres y su impacto se deja sentir en todas las áreas del conocimiento”. (Varela, 2008, p.14).

Esta furia ante las injusticias fue lo que impulsó a diversas mujeres a emprender un movimiento de liberación. Inicialmente, un número importante de activistas feministas tomaron conciencia de la dominación masculina al participar en espacios anticlasistas y antirracistas, donde los hombres hablaban de libertad mientras subordinaban a las mujeres en sus filas:

La cultura y la educación eran entonces un bien demasiado escaso y, lógicamente, fueron de otra índole las acciones que involucraron a más mujeres y provocaron mayor represión: la relación de las mujeres con numerosas herejías como las milenaristas. Guillermine de Bohemia, a fines del siglo XIII, afirmaba que la redención de Cristo no había alcanzado a la mujer, y que Eva aún no había sido salvada. Creó una iglesia de mujeres a la que acudían tanto mujeres del pueblo como burguesas y aristócratas. (Ana de Miguel, 2007)

En diferentes contextos, mujeres de múltiples etnias y culturas han luchado por sus derechos e igualdad de oportunidades, ya sea en la lucha feminista de carácter socialista, en la defensa de los derechos civiles y la liberación de la población negra

por parte de mujeres afrodescendientes, o en la lucha de mujeres nativas estadounidenses por sus derechos indígenas, se ha evidenciado la tendencia de los hombres a querer liderar y que las mujeres los sigan. La participación en estas luchas de liberación ha despertado un espíritu de rebeldía y resistencia en las mujeres, llevándolas a la lucha contemporánea por la liberación femenina.

Feminismo Contemporáneo.

Una vez que el feminismo evolucionó, las mujeres participantes adquirieron conciencia progresiva de que los hombres no eran el único grupo de nuestra sociedad que perpetuaba el pensamiento y la práctica sexista, pues las mujeres también podían ser sexistas y repetir políticas de carácter patriarcal. Así, el sentimiento antihombres dejó de moldear la conciencia del movimiento y los esfuerzos pasaron a centrarse en la creación de justicia de género.

Aunque las mujeres negras (de forma individual) habían participado en el movimiento feminista desde sus inicios, no fueron quienes se convirtieron en las estrellas del mismo, pues no consiguieron atraer la atención de los medios masivos de comunicación.

Al respecto, Bell Hooks (2017) menciona que: “la sororidad no podía ser poderosa mientras las mujeres siguieran compitiendo entre ellas. Las visiones utópicas de la sororidad que se basaban únicamente en la conciencia del hecho de que todas las mujeres eran de alguna manera víctimas de la dominación masculina se vieron afectadas por los debates de clase y raza” (p. 23).

Las pensadoras revolucionarias no querían simplemente modificar el sistema existente para que las mujeres tuvieran más derechos; querían transformar ese sistema, acabar con el patriarcado y el sexismo. Como los medios de comunicación de masas son parte del patriarcado, éstos no estaban interesados en prestar espacios dentro de la prensa convencional para dar voz a la visión más revolucionaria de la lucha feminista, por lo que la atención sobre estos planteamientos fue reducida. La imagen de la “liberación de las mujeres” que quedó,

y aún permanece en el imaginario social, se esmera por representar la lucha de las mujeres como una equiparación frente a los derechos democráticos de los cuales gozan los hombres, dado que esto es más fácil de alcanzar. Los cambios de la economía del país, la crisis económica, la pérdida de empleos, entre otros factores, crearon el clima adecuado para que nuestra ciudadanía aceptara la noción de la igualdad de género en el trabajo.

Para este punto, hay que mencionar un concepto importante que desencadena todas estas acciones y fortalece aún más el feminismo: se trata del *sufragismo*. Ana Lau (2009) define el sufragismo como:

... el movimiento que demandó el voto para las mujeres en todo el mundo, este movimiento por la adquisición de derechos políticos no se limitó al sufragio, sino que cuestiono a la sociedad que excluía a la mitad de la población del ejercicio de la ciudadanía y por lo tanto de su integración a la vida pública y con ello exigió cambios en el orden de género imperante".
(p. 298)

El sufragismo fue un movimiento importante donde las mujeres demostraron su capacidad y paciencia para luchar contra el patriarcado y ser reconocidas, ya que los hombres les negaban a las mujeres el derecho al voto. Además, el movimiento sufragista enriquece a la política democrática en, al menos, dos grandes aportaciones. Una de ellas se engloba en el término *solidaridad*. Otra, los métodos de lucha cívica actuales. Respecto a la solidaridad, ésta se define como "un valor humano, es decir cómo la posibilidad que tienen los seres humanos de colaborar con los otros y además posibilita crear sentimientos de pertenencia." (Páez, 2013, p.43).

En el caso de los métodos de lucha cívica, estos toman particular relevancia a partir de las demandas sufragistas. El movimiento por la igualdad democrática (expresada la exigencia de voto igualitario) se vio obligado a intervenir en la política desde fuera, llamando la atención sobre su causa y con vocación de no violencia. ¿Por qué es importante mencionar esto? Simple, aquellas mujeres que exigieron el derecho a sufragar lo hicieron, en sus inicios, vinculándolo con una mayor promoción a la educación, pues aseguraban que el acceso a ésta mejoraría la condición femenina al permitirles concebir una conciencia ciudadana apoyada en la diferencia de los roles sociales entre hombres y mujeres. “Dentro del anarquismo fueron muchas mujeres libres que trabajaron y defendieron la igualdad, consideraban que la libertad era el principio de todo y que las relaciones entre los sexos tenían que ser absolutamente libres.” (Varela, 2008, p.63).

La mujer, recluida en lo privado/doméstico, estaba identificada desde la naturaleza y a partir de la reproducción biológica. De esta manera, a cada sexo se le asignaba un papel con particularidades específicas. La lucha por el acceso al sufragio está fuertemente relacionada con estos dos aspectos: los espacios privados, así como las labores de cuidado, eran reconocidas para las mujeres, en tanto que la vida pública/política sería cosa de varones:

El concepto de género hace referencia a todas aquellas prácticas, valores, costumbres y tareas que la sociedad, y no la naturaleza, le ha asignado de forma distinta a cada uno de los sexos. Y para decirlo de forma más sencilla, es una fabricación histórica y cultural de lo femenino y masculino, y, por lo tanto, no es algo natural o con lo que nacemos, el sexo sí lo es. (Nerio, 2019, p. 9).

A modo de profundización en la discusión, Scott (2003) menciona que:

... el género es un elemento constitutivo de las relaciones sociales basadas en las diferencias que distinguen los sexos y el género es una forma primaria de relaciones significantes de poder. Los cambios en la organización de las relaciones sociales corresponden siempre a cambios en las representaciones del poder, pero la dirección del cambio no es necesariamente en un solo sentido (p. 289).

Así, el término “género” fue propuesto por estudiosas feministas para cambiar la forma en que se estudia la historia de las mujeres, destacando la importancia de comprender la opresión de los grupos marginados y la evolución de los conceptos *clase, raza y género* en el contexto de la teorización feminista histórica.

Capítulo 2 Gastronomía, tradición y cultura

¿Qué es la gastronomía?

En algún momento de nuestra vida, todos hemos escuchado este concepto y se ha interpretado de múltiples maneras. Puede llegar a ser confuso porque no hay una definición exacta. Así que, para dar inicio al segundo capítulo, lo definiremos de una manera sencilla: “el concepto de gastronomía se encuentra en estrecha relación con dos aspectos cotidianos de la vida humana, la cultura de la alimentación y el acto mismo de la alimentación”. (Rivas y Pérez, 2020, p. 26).

Además, Cecilia Isabel Gutiérrez de Alba, en su libro *“Historia de la gastronomía”* (2012), expresa que: “la gastronomía rige toda nuestra vida. Así como el llanto de un recién nacido busca el seno materno para alimentarse, el moribundo busca el alimento espiritual antes de partir” (p. 7).

Comemos lo que comemos por que la alimentación esta sostenida en la cultura de un lugar en específico, es de ahí que nace diversas particularidades y diferencias tanto del significado de los alimentos, como en el consumo. Lo anterior no se debe tomar como algo banal.

Nuestro proceso de aprendizaje ha estado marcado por diferencias en la concepción cultural del mundo que nos rodea. Pero, ello no justifica que realicemos actos discriminatorios sobre aspectos culturales de terceras personas.

Hemos sido criados bajo diversas formas de percibir el mundo: todos tenemos una historia, cada uno de nosotros tenemos una cultura diferente a la del otro. Sin embargo, nuestras diferencias culturales (expresadas, por ejemplo, en la forma de vestir y gustos en general) no ameritan que tengamos que despreciar y señalar a

los demás, o hacerlos menos por pertenecer a otra cultura, a un grupo diferente. Una persona sin cultura es como una persona que no tiene alma, que carece de sentimientos, es como si no tuviera un propósito en la vida: “la cultura es el alma de una sociedad vibrante, expresada de muchas maneras en que contamos nuestras historias, celebramos, recordamos el pasado, nos entretenemos e imaginamos el futuro” (Diario Alhaurín. 2019).

Quiero hacer una pausa antes de continuar para compartir mi interés por el tema de la gastronomía. Estas inquietudes surgen a partir de mis estudios y experiencia cursando la carrera, así como en mi vida personal. Hablando como egresado de la Licenciatura de Arte y Patrimonio Cultural, es un deber con alta importancia la protección y conservación de nuestro patrimonio cultural, la difusión de las artes, así como el hacer gestión y proponer proyectos culturales y artísticos para el desarrollo social y económico del país.

En este caso mi interés está enfocado en la gastronomía mexicana, pues se trata del principal medio económico con gran importancia para el país. Las personas de otros lugares se interesan en nuestra gastronomía, recurren a ella para deleitar sus paladares a la vez que profundizan sobre la historia de nuestros platillos y su lugar de origen. Esta importancia no subyace únicamente en términos económicos, sino también cultural y simbólicamente, porque es el principal medio de comunicación donde nosotros podemos expresar y compartir nuestra riqueza cultural, nuestro sentir, nuestra identidad, nuestra historia. Ante ello, considero que la definición dada por Arévalo (2004) en torno a patrimonio cultural no bastan para expresar la inmensidad que este concepto engloba: “el patrimonio son las formas de vida que

expresan la identidad de los grupos humanos. Y la identidad consiste en la interiorización por un grupo dado de que posee formas de vida específicas” (p. 933). Algo que aprendí y fortalecí en mi estancia universitaria es respetar las opiniones de los demás, no discriminar a las personas y grupos diversos que poseen diferentes pensamientos, costumbres o tradiciones. Siempre teniendo en cuenta el respeto y derecho a la diferencia, así como la capacidad de mediar entre grupos diversos para que se establezca el diálogo y el consenso necesario para llegar a acuerdos.

La gastronomía nos ha acompañado a lo largo de la historia, desde que aparecieron los primeros seres humanos, y la evolución de estos mismos. Se trata pues, de una disciplina que ha estado históricamente ligada a los hábitos alimentarios. Un ejemplo claro de esto es cuando se descubrió el fuego: fue un acontecimiento importante que iba a cambiar completamente la historia de la humanidad y un gran avance en la civilización, pues se habilitaba la cocción de alimentos que antes se consumían crudos.

“En el transcurso de la historia de México, se ha documentado paso a paso el camino del hombre y su gastronomía, desde el uso del fuego, su manera de sobrevivir y adaptación el clima y su vegetación. La evolución de sus instrumentos de caza, los utensilios y la preparación de los alimentos fueron esenciales”. (González, 2019, p.2)

Esta práctica hizo que los alimentos asados fueran más fáciles de masticar y digerir, lo que llevó a una disminución en el esfuerzo requerido para masticar. Esto puede ser considerado como la primera técnica culinaria en la historia de la gastronomía. Conforme ha transcurrido el tiempo, la evolución de las técnicas culinarias se han

dado a conocer cada vez más, hasta lo que hoy conocemos en diferentes culturas y tradiciones:

“Uno de los ámbitos donde se relacionan de forma más evidente el ser humano y la naturaleza es la alimentación humana. Cada comida incorpora diferentes especies comestibles que varían de una a otra cultura”. (Castro y Balzaretti, 2003; Fernández Armesto, 2004, Tomado de Solís y Estrada 2014, p.149)

Ahora bien, una vez que expusimos brevemente sobre la gastronomía, es momento de analizar otros dos conceptos de gran importancia para esta investigación: tradición y cultura. El primero de ellos, según Miranda (2005) es: “una expresión de la permanencia en el tiempo de una comunidad, en este sentido es una de las formas que asume la memoria colectiva y una generadora de identidad” (p. 116).

Los elementos que menciona Miranda son esenciales para enriquecer la vida de una comunidad o sociedad, siendo a su vez la clave de una cultura y aportando un papel fundamental a la identidad de un grupo, así como en la transmisión de valores y creencias a través de las generaciones.

En este mismo sentido, Arévalo (2004) nos proporciona una definición peculiar de tradición, en tanto:

... no se hereda genéticamente; se transmite socialmente y deriva de un proceso de selección cultural. La parte de la cultura seleccionada en el tiempo con una función de uso en el presente sería la tradición. El pasado, decantado, es continuamente reincorporado al presente. (p. 927)

La tradición es un fenómeno social que evoluciona con el tiempo, pasando de una generación a la siguiente, al igual que transformándose de un lugar a otro. Se puede

decir, en otras palabras, que la tradición adquiere significancia propia dentro de cada cultura, dependiendo del momento histórico y de los distintos grupos sociales estudiados, así como entre la diversidad de culturas.

La concepción que generalmente se acepta de la tradición se basa en el origen etimológico que proviene del latín “tradere”, que se refiere a lo transmitido del pasado. En un sentido más amplio, se refiere al conjunto de conocimientos que cada generación transmite a la siguiente.

La cultura está involucrada con la comida, como en la tradición. Se transforma en una necesidad y refleja lo que nos rodea el lugar donde vivimos, en una comunidad, un grupo de personas, las costumbres, tradiciones. A su vez, añade aspectos como costumbres, normas, formas en que se concibe a sí misma, la comunicación y la construcción de una sociedad: “la cultura abarca aspectos como la religión, la moral, las artes, la ley, la historia y la economía de un determinado grupo. El término se utiliza para referirse a las distintas manifestaciones del ser humano” (Etecé, 2022).

La transmisión de la cultura se lleva a cabo mediante el intercambio de conocimientos de carácter tangibles e intangibles, como la literatura y las costumbres transmitidas de boca en boca. Encuentra su manifestación a través de símbolos, idiomas y avances tecnológicos, y se presenta desde una visión que abarca lo global, lo regional y lo local.

La autora feminista Mieke Bal plantea una nueva definición sobre “cultura” desde la perspectiva de la cultura visual. Mieke caracteriza el término como: “una problemática entre lo global y lo local. Para la autora, la cultura se entiende como discursos y prácticas que sirven como lugares de resistencia ante la retórica dominante, donde pueden surgir códigos alternativos (Mieke Bal, 2022, citado en

Dorotinsky, 2022, p. 297). En otras palabras, se refiere a las prácticas que promueven la libre expresión y los derechos civiles, elementos que utilizan las expresiones artísticas y culturales como nuevos lenguajes, que actúan desde la identidad y las emociones, así como la creación de espacios innovadores en términos de derechos humanos y respeto a la dignidad.

Es necesario incidir en que el concepto de cultura puede llegar a ser complejo de comprender, pues abarca muchas formas y cualidades en las que se basa en la vida del ser humano. Lo hemos llevado siempre en *nuestro interior*, por así decirlo, solo que aún no nos habíamos percatado de él. Nos ha brindado la oportunidad de conocernos, conocer el entorno que nos rodea y a otras culturas que manifiestan su sentir del mundo.

A través de la cultura hemos creado con originalidad, nos ha servido para compartir características comunes que tenemos con otras personas. Gracias a los pensamientos de otras personas se puede entender la creación de diferentes culturas, y al mismo tiempo otras personas pueden identificarse con esas culturas para compartir junto con ellas. “En efecto, la cultura que una persona adquiere esta matizada por valores y costumbres dados, en principio, por su origen social, el medio social contribuye a moldear su moral, es decir a indicarle lo que es bueno o lo que está bien” (Podestá, 2006).

La cocina tradicional mexicana.

La cocina tradicional mexicana abarca un conjunto de prácticas relacionadas con la elaboración de variados platillos que destacan a nivel global por su riqueza, pues mantienen técnicas e ingredientes ancestrales que otorgan a sus platillos un sabor único y distintivo. Además: “la alimentación constituye un elemento central de nuestra cultura y de nuestra identidad, y que este aspecto alimentario se materializa en productos, en técnicas de cocina, platos y modos de consumo que los integrantes de una cultura consideran como propias y se distinguen como típicos por los demás”. (Duhart, 2004).

A través del legado de las mujeres, sus saberes conocimientos, se ha transmitido de generación en generación, de mujer a mujer, una cultura culinaria que se ha transformado y tornado en la cocina mexicana contemporánea, conocida por todas y todos. Estas prácticas son importantes para la preservación y transformación de la comida nacional.

No hay que olvidar que, en el año 2010, la UNESCO reconoció a la cocina tradicional mexicana como “Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad”, reconocimiento que destacó el arte culinario mexicano por su sofisticación y resaltó el compromiso de las pequeñas comunidades mexicanas en la preservación de esta tradición gastronómica como una forma de promover el desarrollo sostenible:

La gastronomía tradicional se puede describir como diversa, de sentido común, protagonista de ceremonias y de conexión directa con el territorio para quienes las tienen por costumbre y quienes estiman su práctica. Sus características se valen de factores socioculturales y ambientales que

influyen indiscutiblemente tanto en su componente tangible e intangible como su hábito intergeneracional; la relación y constancia que las personas tienen con estas comidas se encarga de persuadir la naturaleza de su oficio en la dieta alimenticia de su comunidad realizadora, para defenderlo o desampararlo ante conocimientos que le afectan. (Tapia, 2021).

Según Tapia, las prácticas culinarias de cada cultura adquieren una importancia destacada a través de celebraciones y gastronomía, enraizándose profundamente en la cultura popular. De manera similar, las personas juegan un papel crucial al subrayar la relevancia de las comunidades, transmitiendo sus conocimientos tanto dentro de su propia población como hacia otros grupos. La preparación de alimentos y los métodos culinarios utilizados revelan detalles significativos sobre el entorno socioeconómico de quienes los elaboran, así como las normas alimenticias arraigadas en la sociedad.

Además, es menester destacar que la cultura culinaria mexicana engloba diversos aspectos que no siempre son relacionados directamente con la comida:

La cocina tradicional mexicana es un modelo cultural completo que comprende actividades agrarias, prácticas rituales, conocimientos prácticos antiguos, técnicas culinarias y costumbres y modos de comportamiento comunitarios ancestrales (Comedores Industriales, 2010).

Para ilustrar lo anterior, daremos un ejemplo en la siguiente imagen, (Ilustración 1) como está caracterizada una cocina tradicional.



ILUSTRACIÓN 1, Imagen extraída de Biodiversidad Mexicana Credit: Adalberto Rios Szalay, La cocina tradicional Mexicana Ciudad de México 2004

Lo que podemos observar, en primera instancia, son dos mujeres (las cocineras) que están preparando los alimentos para servir un platillo, o varios. Los utensilios que utilizan son cucharones de metal y una de madera, ollas de barro y metal, así como cacerolas de barro. Detrás de las cocineras en el fondo podemos observar una gran repisa con varios trastes acomodados, platos de barro y vasos de vidrio para servir los alimentos y bebidas. Para cocinar los alimentos, las cocineras utilizan madera (leña) para preparar y calentar los platillos.

Con este ejemplo podemos apreciar que la cocina tradicional mexicana está basada bajo esquemas organizativos que varían dependiendo la comunidad, pues cada una tiene sus propias técnicas culinarias, así como diferentes utensilios para preparar y combinar los ingredientes. En cada cultura y región del país destaca por lo menos un puñado de técnicas y elementos propios utilizados para realizar y representar

sus platillos, haciendo hincapié en que cada uno esconde tras de sí una historia particular : “la cocina mexicana tiene carácter propio y diferenciado de las otras cocinas del mundo, la variedad de sabores, ingredientes, colores, texturas, presentación de los platos y técnicas propias las enmarcan como auténticas” (Monsalve, 2018, p. 3).

Otro ejemplo puede apreciarse en la segunda imagen. (Ilustración 2)



ILUSTRACIÓN 2, Foto extraída de Facebook Secretaria de las Culturas y Artes de Oaxaca 2017

Esta vez lo que podemos observar es a una mujer que está preparando tortillas grandes hechas a mano, para hacer las famosas *tlayudas* de Oaxaca, un platillo que es muy conocido en nuestro país. El utensilio que utiliza para preparar las tortillas es el metate, herramienta que se utiliza para moler el grano de maíz para obtener la masa (éste sirve también para moler otros ingredientes como chiles, cacao e incluso arroz en algunos casos). Este mismo utensilio se compone de dos

elementos: una plancha de piedra y un rodillo cilíndrico de piedra que se usa con las dos manos para moler los granos.

(Ilustración 3)



Ilustración 3, Imagen extraída de Mexico Desconocido Ciudad de México 2024

“El metate va más allá de ser simplemente una herramienta de cocina. Tiene un profundo significado cultural y simbólico en las comunidades indígenas. Representa la tradición, la conexión con la tierra y la comida, y la importancia de preservar las prácticas ancestrales. En muchas culturas, la elaboración de alimentos en el metate es un acto social que reúne a familias y comunidades” (Temolote Artesanías de Piedra, 2023).

Como último ejemplo sobre las cocinas tradicionales y sus técnicas de preparación, a continuación presento la fase final del platillo *tlayuda* y los ingredientes que forman parte de este platillo. . Como se mencionó anteriormente, la *tlayuda* es un alimento hecho a mano que consiste en una fina y crujiente tortilla grande, frita y dorada, a la

cual se le unta manteca y enseguida frijoles refritos, a modo de capa. Posteriormente, se coloca col, rebanadas de aguacate y carne deshebrada, sin dejar de fuera el quesillo o queso oaxaca, mientras que el toque final es proporcionado por la salsa picante.

Tradicionalmente, la tlayuda es esa tortilla enorme, casi tostada, cubierta de frijoles negros, tasajo o carne seca enchilada, chorizo, quesillo, cecina y aguacate. Pero puedes encontrar propuestas con chapulines y escamoles, hasta mariscos. Su producción es realizada por mujeres rurales, de la región San Antonio de la CI, Oaxaca, ellas son las encargadas de preparar las tlayudas y llevarlas a la ciudad para venderlas” (Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural, 2020).



ILUSTRACIÓN 4, Imagen extraída de IStock Credit: Marcos Elihu Castillo Ramirez, Tlayuda Comida Tradicional Mexicana de Oaxaca México 2020

Capítulo 3: Mujeres de Humo Totonacapan, Veracruz

El presente capítulo tiene como objetivo hablar de una colectiva de mujeres llamada *Mujeres de Humo*, oriunda de Totonacapan, Veracruz. El presente capítulo constituye un punto nodal de esta investigación, recordando que anteriormente hablamos sobre el feminismo y posteriormente surgió el interés de mencionar el tema de la gastronomía y la cocina tradicional, exponiéndolos desde una perspectiva feminista.

Bajo esta perspectiva, comprenderemos y entenderemos a esta grupa de mujeres y cómo se relaciona con los temas vistos en esta investigación. El objetivo principal es describir cómo desde su accionar artístico, organizativo, colectivo y feminista, han consolidado su experiencia gastronómica en lucha desde los feminismos. Además, se expondrán elementos propios de la gestión cultural y difusión de las prácticas culinarias desde la cocina tradicional.

Para empezar, debemos trasladarnos en el estado de Veracruz, en la región de Totonacapan, que se extiende desde Puebla hasta la serranía veracruzana, pasando por Papantla, Tajín y la zona costera. Es en este lugar donde se ubican las mujeres de humo. Pero antes, haremos una breve parada para hacer mención sobre la cultura Totonaca.

Los totonacas fueron los principales productores mundiales de vainilla hasta mitad del siglo XIX. *Totonacapan* fue en gran parte caliente y húmedo, junto con sus cultivos agrícolas normales de maíz, yuca, calabaza, frijol y chile, la región se caracteriza por su producción de algodón.

En náhuatl, el nombre “totonaca” proviene de “totonacatl”, término que hace referencia a los habitantes de Totonacapan, con el que a su vez se hace alusión a los tres centros más representativos de esta cultura: Cempoala, Tajín y Castillo de Teayo” (Mediateca INAH, 2021).

Las mujeres de humo son una grupa (o colectiva) de cocineras tradicionales que preservan los sabores, aromas y texturas de la ancestral culinaria y gastronomía totonaca, promoviéndolos a lo largo y ancho de todo el país. Martha Gómez Atzin es una de las mayores exponentes de la cocina tradicional Totonaca a nivel nacional e internacional, y la representante de la colectiva *Mujeres de Humo*, ha realizado importantes labores en la Escuela Casa de la cocina tradicional del Centro de Artes Indígenas (CAI) en Papantla, además de ser embajadora de la promoción gastronómica Totonaca en el extranjero.

Martha Gómez menciona que desde que nació fue cocinera. Ella, como su madre y abuelas, creció en una cocina de humo. Concibieron y parieron a sus hijos en una cocina, siendo éste el principal entorno de vida, mismo en que se han dedicado a crear obras de arte culinarias e investigar la historia de la cocina tradicional que, desde la época de sus abuelas, les ha sido heredada.

Aun así, a quien se acerca por primera vez a este fenómeno puede parecerle que las cocinas de humo dejaron de ser importantes en la vida de las comunidades, en la vida de las ciudades y en la vida de las personas. En otras palabras, se destierra de nuestro imaginario y dejamos de reconocer la cocina tradicional como parte de nuestra herencia.

La cocina como parte de la cultura refleja una gran cantidad de simbolismos que provocan en nosotros comensales una identidad, constituyéndola como

un factor de reunión para los pueblos al fomentar las creencias populares y volviéndose parte de las festividades religiosas” (Hernández y Mejía, 2013).

Martha creció entre mujeres que aprendieron a cocinar, y para ella la cocina es más que una habitación, es un espacio sagrado. Además, nos comparte: “yo veía a mi abuela convertir todas las cosas que ponía en la mesa en alimento, se levantaba barría su cocina, hablaba con el fuego, el agua, con el comal, las ollas, hizo que Martha de niña se enamorara de esa cosmovisión, de ver que la cocina era para alimentar el cuerpo y el espíritu, de ahí nace ese respeto por cada mujer que se dedicaba a cocinar”. (Soy Nativo, 2024, 5m07s).

El término de *mujeres de humo* fue adoptado tras un tiempo considerable de reflexión, pues simboliza las cocinas de puertas cerradas, los caminos andados por estas cocineras tradicionales, quienes desde chicas fueron enseñadas por sus abuelas y madres entre fogones y braseros. En palabras de Martha:

... “el humo es el espíritu del fuego y nosotras somos fuego y humo. Entonces nosotras somos la vida, el humo es para nosotras recordar a nuestras abuelas, revivir a nuestras abuelas, mantener acerca de nosotras, el humo es parte de nuestra vida, o sea de cada cocinera no solamente del totonacapa, sino de las cocineras mexicanas, creo que ese humo forma parte de nuestro corazón, de nuestra mente y de nuestro espíritu”. (Veracruz me Llena de Orgullo, 2019, 1m30).

Estas reacciones que el platillo provoca en nosotros se asemejan a las cualidades que el arte evoca en los espectadores, pues es éste una manifestación del ser que se concibe para el disfrute estético, cuya base son

los aromas, texturas, sabores y colores, además busca ser la expresión de una emoción (Mejía, Hernández y Mejía, 2013).

Yo creo que el humo articula una parte importante para esta colectiva de mujeres porque también es la espiritualidad, porque es una forma de manifestación del fuego, les hace percibir que están haciendo algo bien con el corazón y con las manos en el alma.

La cocina totonaca es un ejemplo de vida para todas las cocinas tradicionales mexicanas. Un ejemplo peculiar, en este sentido, son las diferentes técnicas y utensilios que utilizan las mujeres de humo (elementos que dan nombre a la colectiva): para cocinar sus alimentos, ellas utilizan leña, fuego, fogones, metates para moler los ingredientes, como el maíz para hacer las tortillas, y chiles para hacer las salsas, comales, ollas de barro, molcajetes, cucharones de madera y de fierro. No únicamente se trata de las principales herramientas de cocina, sino también de elementos los cuales salvaguardan la historia de una civilización:

... la gastronomía veracruzana es una de las más reconocidas de todo México. De este estado de la República no solo destacan los productos del mar y la riqueza de sus costas, sino también, los alimentos que cuentan con una Denominación de origen, como el café de Veracruz o la vainilla de Papantla (Culinaria Mexicana, 2021).

De la tradición al empoderamiento.

Esta colectiva de mujeres inició únicamente con cuatro integrantes, incluyendo a Martha, representante de la colectiva. Entre algunas de las cocineras se encuentra Adela Simbrón Morales, Minerva Malpica Castilla, Isabel Simbrón y Josefina Hernández. Un dato relevante es que dentro de esta grupa de mujeres se encuentra Eloy Núñez, el primer joven de la comunidad LGBT, quien junto con sus compañeras ha luchado por la desigualdad y el empoderamiento de las mujeres en la cocina: “aunque el empoderamiento es aplicable a todos los grupos vulnerables o marginados, su nacimiento y su mayor desarrollo teórico se ha dado en relación con las mujeres”. (Diccionario de Acción Humanitaria y Cooperación al Desarrollo, 2006)

Referente a este término, en la década de los 80’s surgió la propuesta de aplicar el concepto de “empoderamiento a las mujeres”, presentada por DAWN (1985), a una red conformada por grupos de mujeres e investigadoras tanto del sur como del norte: “el empoderamiento de las mujeres incluye el cuestionamiento de las relaciones de poder entre los géneros y su sustitución por un conjunto de arreglos más equitativos que los actualmente existentes”. (Murguialday, 2006, p.17).

Regresando al tema de la cocina tradicional, esta va más allá de ser un espacio donde se expresa, se siente, se plasma y se platica historias que nos entrelazan, sino que se torna en un lugar sagrado donde las costumbres y tradiciones se funden como una y dan paso a la cultura.

A lo largo de la historia, la sociedad ha tenido diferentes puntos de vista, destacando los momentos de estrechez de mente debido al patriarcado que han impactado en los valores sociales y forma de vida que llevamos todas. Desde el hogar, mediante

roles de género, se nos ha educado y obligado a creer que la mujer y el hombre no son iguales, que los hombres tienen que realizar cosas pesadas y exclusivas de hombre. Y la mujer tiene que atender a su marido y dedicarse exclusivamente a mantener limpia la casa. A final de cuentas esto se categoriza, por así decirlo, como parte de nuestras obligaciones y no se percibe como algo opcional. Esto me recuerda a un concepto que ya habíamos mencionado, la *sororidad*: "... (esta) se deriva de la hermandad entre mujeres, se perciben como iguales; que pueden aliarse, compartir y, sobre todo, cambiar su realidad debido a que todas, de diversas maneras, han experimentado la opresión" (Trejo y Delgadillo, 2022).

Como habíamos comentado, la cocina no únicamente consiste en preparar un platillo y difundirlo al exterior para que digan "mira qué bonito, es todo un arte y que buen sabor tiene". Es más que deleitar un platillo gastronómico, es un espacio donde las mujeres se pueden sentir por primera vez libres de decidir y hacer las cosas porque ellas decidieron hacerlo así, y no porque les digan que es su obligación por el hecho de ser mujeres.

En el caso de las *Mujeres de Humo*, ellas luchan para que estas tradiciones sigan de pie, y continúen sintiéndose orgullosas por realizar estas prácticas culinarias para el fomento de la cultura y la preservación de las artes culinarias. A su vez, luchan en contra del estigma sobre que ellas se encuentran en estos espacios porque, "*se me asignó este lugar y tengo que hacerlo porque así es mi papel como mujer*".

Una de las problemáticas recurrentes en la cocina tradicional es que no se dimensiona en su justa proporción el valor de estas cocineras, ante lo cual tiene que ver una serie de cambios en las estructuras sociales. Hoy en día la tecnología ha avanzado en todos los ámbitos, incluyendo el espacio de cocina, donde tenemos

muchos instrumentos eléctricos, que con solo oprimir un botón se puede preparar los alimentos, molerlos y calentarlos con facilidad, sin requerir mucho la intervención de nuestras propias manos. En el caso de nuestros celulares podemos buscar cualquier información, tutorial y videos, así como consultar algún platillo en específico perteneciente a otro lugar, estado o país.

Es decir, el estilo de vida que llevamos nos ha hecho acudir a los alimentos de cocción instantánea, a la comida rápida. Hemos acudido a esta gastronomía de alimentos pocos sanos y de preparación instantánea mientras hemos dejado de lado aquellas comidas completas o sanas, ello debido a la falta de tiempo e influencia de la propia industria alimenticia mediante gente famosa, comerciales, etc.

Se ha reemplazado las tortillas de maíz por el pan blanco o por las tortillas de harina; el atole y aguas frescas por el refresco, la leche fresca por leche de caja; el jitomate por puré; las salsas de molcajete por salsa cátsup o salsa enlatadas; los frijoles de olla por frijoles de lata; el café de olla por café soluble; las verduras frescas por verduras de lata o congeladas, entre otros más. Estos cambios, están fuera del contexto cultural nacional. Mucho de ello obedece a copiar un modelo que no corresponde a nuestra realidad social y que con frecuencia generan gasto extra familiar (Leyva y Pérez, 2015).

Martha Gómez Atzin es una de las mayores exponentes de la cocina tradicional Totonaca a nivel nacional e internacional, representante de la colectiva *Mujeres de humo* y un referente para muchas personas, pues nos enseña que por muy complejas que sean las circunstancias, ello no debería ser un impedimento para realizar lo que a nosotras nos gusta y seguir luchando por la valorización de nuestro

trabajo. Merece la pena subrayar que Martha no logró por sí misma aquello que ha hecho, pues lo logró con ayuda de su abuela, con el apoyo de sus hermanas cocineras tradicionales, junto con quienes dieron a conocer la cocina tradicional totonaca.

A pesar de que en su pueblo no reconocían su trabajo y lo tuvieron que hacer solas, gestionaron su presupuesto, por tanto, las circunstancias las motivaron a salir, con sus propios utensilios, a diferentes Estados de la República como, por ejemplo, Querétaro, Morelos, Puebla y el Estado de México, para mostrar a otras comunidades su cultura. Un ejemplo anecdótico de sus viajes fue la invitación al *Conservatorio de cocina tradicional mexicana*, en el que destacaron notablemente.

Cuántas madres han sido figuras fundantes, transmisoras de nuestra lengua y con ella de los cimientos de nuestra visión del mundo, y coautoras de nuestra identidad. Cuántas han sido sostén de sus hijas a lo largo de la vida. Qué mujer no ha tenido el apoyo cómplice o lo ha dado a alguna hermana, tía y prima, suegra y cuñada. Desde el entendimiento o el conflicto las parientas se han apoyado en el día a día. Qué decir de las abuelas y las nietas en mágicos encuentros generacionales y de las hijas que en las vueltas de la vida acaban siendo madres de sus madres. Y las amigas, las compañeras y las colegas que acompañan a otras en riesgo por infinidad de cosas. Las mujeres que nos han curado y cuidado, las que nos han enseñado el mundo, con íntima cercanía por encima de los tabúes y norma sociales. Qué habría sido de las mujeres en el patriarcado sin el entramado de mujeres alrededor, aun lado, atrás de una, adelante, guiando el camino, aguantando

juntas. ¿Qué sería de nosotros sin nuestras amigas? ¿Qué sería de las mujeres sin el amor de las mujeres? (Lagarde y de los Ríos, 2006:123-124).

La cuestión culinaria de Totonacapan guarda un sentido espiritual y ritual característico de la región. Para ellas, el reconocimiento de la cuestión culinaria a lo largo de sus viajes posibilitó que participaran activamente dentro de sus propios hogares, generando una independencia económica.

Por lo que resalta la cocina como un espacio de resignificación y autonomía, en donde pueden expresarse libremente.

Reflexiones Finales y conclusiones.

Conclusiones

El ser humano puede ser muy complicado, ya que tiende a estar en constante conflicto con otros individuos, por tener ideas diferentes, formas diferentes de percibir el mundo, opiniones diferentes, costumbres diferentes. Pero considero que la mejor manera de atender estas situaciones siempre será con el dialogo, por supuesto hoy podemos decir que hay más oportunidades para todos, sin importar el género, situación económica, pero aún se debe trabajar mucho y valorar más la labor de las mujeres. Romper con esos estereotipos e ideas tan opresivas, que nos obligaban a pensar, a que ciertas cosas las tenían que hacer los hombres y otras las mujeres que era lo correcto. cuando en realidad no lo es.

Considero que la cocina tradicional es un espacio para expresar y mostrar nuestra cultura, nuestra identidad. Más allá de la mera preparación de nuestros alimentos, es un lugar de complicidad donde se comparten anécdotas y experiencias de la vida. En ella residen conocimientos y valores que merecen ser rescatados al analizar la cuestión culinaria tradicional. Al reafirmar la libertad en el disfrute de los sabores culinarios, es necesario tener en cuenta que la comida tradicional implica un proceso de elaboración que requiere tiempo y esfuerzo, a diferencia de otros tipos de comida, como la denominada "comida rápida" (fast food), la cual ha demostrado ser un riesgo para la salud en numerosas ocasiones.

Pues, como se ha presentado en este trabajo, las cocineras llevan a cabo procesos históricos y sociales que se representa en sus materiales de cocina, por ejemplo, el metate que se usa para moler el maíz, y crear la masa para tortillas, o el comal para

calentarlas. Muchas personas desconocen la preparación de estos alimentos, por ejemplo, cuando acudí a ver a *Las mujeres de humo*, las personas se sorprendían y la colectiva mostraba alegría al ver que su trabajo era valorado. Porque los conocimientos de la comida tradicional mexicana parte de saberes ancestrales. La cocina para el pueblo totonaca tiene una esencia espiritual que parte de la cosmovisión de la región, que, por medio de los alimentos, genera una serie de conocimientos ancestrales. Objeto por la cual, la colectiva, pueda realizar actividades que les proporcionan gratificación dentro de un espacio, como lo es la cocina como una elección propia. A través de su lucha por el reconocimiento y la sororidad han logrado poner en cuestión postulados que parten en la que “el lugar de la mujer es la cocina porque es su obligación”. Sino que hay una voluntad y agencia de *Las mujeres de humo* por ejercer su autonomía y darles otro significado a estos espacios como la cocina. Y es porque ellas lo decidieron así, están en el lugar por decisión propia, por gusto propio y porque la manera de expresar, contar su historia es a través de la cocina, a la hora de preparar los platillos plasman un significado.

Referencias Bibliográficas

Alarcón Cruz Sheila Melisa & Del carpio Ovando, Perla Shiomara (2017). “Las Mujeres de Humo y La Cocina Tradicional en la región del Totonacapan” *Jóvenes en la ciencia*. Departamento de Estudios Sociales, División de Ciencias Sociales y Administrativas, Campus Celaya-Salvatierra, Universidad de Guanajuato. Vol. 3, pp. 1446-1450. Disponible en: <https://www.jovenesenlaciencia.ugto.mx/index.php/jovenesenlaciencia/article/view/2149/1644>

Ana Lau J. (2009) Las Luchas por transformar el estatus civil de las mexicanas: las organizaciones pro sufragio femenino. En: *Integrados y marginados en el México posrevolucionario*. Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco.

Ana de Miguel. (2007). El feminismo a través de la historia I. Feminismo premoderno. *Mujeres en Red*. El periódico feminista. Disponible en: <https://www.mujiresenred.net/spip.php?article1309>

Arévalo Javier Marcos. (2004). La tradición, el patrimonio y la identidad. Disponible en: https://www.dipbadajoz.es/cultura/ceex/reex_digital/reex_LX/2004/T.%20LX%20n.%203%202004%20sept.-dic/RV000002.pdf

Carmen Silva, y María Loreto Martínez (2004) Empoderamiento: Proceso, Nivel y Contexto. Pontificia Universidad Católica de Chile Santiago, Chile. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/967/96713203.pdf>

Clara Murguialday, Karlos Pérez de Armiño y Marlen Eizagirre. (2006) Concepto de Empoderamiento. *Diccionario de Acción Humanitaria y Cooperación al Desarrollo*,

Universidad del País Vasco. Disponible en:
<https://www.dicc.hegoa.ehu.eus/listar/mostrar/86.html>

Clara Murguialday Martínez, (2006) Empoderamiento de las mujeres: conceptualización y estrategias Disponible en: <https://www.vitoria-gasteiz.org/wb021/http/contenidosEstaticos/adjuntos/es/16/23/51623.pdf>

Comedores Industriales, (2010) “La cocina tradicional mexicana”. Revista comedores industriales. Disponible en: <https://comedores-industriales.com.mx/la-cocina-tradicional-mexicana/>

De la Madrid. (2016). “Lo que se come en México panorámica de la gastronomía mexicana”, Bancomext. Disponible en: <https://www.bancomext.com/wpcontent/uploads/2018/12/Gastronomia-digital-single-301118-.pdf>

Diario Alhaurín. (2019) “La importancia de la cultura para los seres humanos”. Diario Alhaurín. Disponible en: <https://www.alhaurindelatorre.com/la-importancia-de-la-cultura-para-los-seres-humanos/>

Leyva Trinidad Doris Arianna y Pérez Vázquez Arturo. (2015) “Perdida de las raíces culinarias por la transformación en la cultura alimentaria” Revista Mexicana de Ciencias Agrícolas Vol. 6 Núm. 4 Texcoco p. 867-881. Colegio de Postgraduados-Campus Veracruz, Km. 88.5. Carretera Xalapa-Veracruz Disponible en: https://www.colpos.mx/wb_pdf/Veracruz/2015/20_15_12.pdf

Duhart, F. (2004) "Consideraciones transcontinentales sobre la identidad cultural alimentaria" en *Sincronía*, ISSN 1562–384X. Jalisco, México, Departamento de Letras/Centro Universitario de Ciencias Sociales y Humanidades/Universidad de Guadalajara. Recuperado de:

https://www.researchgate.net/publication/28096872_Consideraciones_transcontine_ntales_sobre_la_identidad_cultural_alimentaria_Sincronia_32_2004

Emma Trejo Martínez y Pablo Delgadillo Vallejo (2022). Sororidad, un pacto entre mujeres y para mujeres. Cámara Periodismo Legislativo. Disponible en: https://comunicacionsocial.diputados.gob.mx/revista/index.php/a_profundidad/sororidad-un-pacto-entre-mujeres-y-para-mujeres-

Equipo Editorial, Etecé (2022). Cultura. Concepto. Disponible en: <https://concepto.de/cultura/#ixzz7pxdLRdWG>

Fattaché. (2023). La conexión entre cultura, interacción social y comida: explorando su poder en nuestras vidas. Disponible en: <https://www.fattache.com/la-conexion-entre-cultura-interaccion-social-y-comida-1/>

Flores Rueda, I.C., Tristán Monrroy, B.V & Sánchez, Macías, A. (2020) Análisis de la discriminación de género hacia las mujeres dentro del sector de empresas prestadoras de servicios en el oriente del estado de México y su relación con la productividad laboral. En: *Innovación en investigaciones sociales de posgrado*. Abril 2020, (pp. 77-108) Universidad Autónoma de San Luis Potosí. Disponible en: https://www.researchgate.net/profile/Armando-Sanchez-Macias-2/publication/341385246_Innovacion_en_Investigaciones_Sociales_de_Posgrado/inks/5ebd941fa6fdcc90d6754a97/Innovacion-en-Investigaciones-Sociales-de-Posgrado.pdf#page=82

Gutiérrez de Alva Cecilia Isabel. (2020). *Historia de la Gastronomía* Viveros de Asis 96, Col. Viveros de la Loma, Tlalnepantla, C.P. 54080, Estado de México. Primera edición 2012, Editorial: Red Tercer Milenio.

Hooks, B. (2017). El feminismo es para todo el mundo. Madrid: Traficantes de Sueños. (2016) pags 21-27
https://traficantes.net/sites/default/files/pdfs/TDS_map47_hooks_web.pdf

González Gutiérrez Jesús Adrián. (2019). La cocina mexicana a través de los siglos. I México Antiguo: Los antepasados". Maestría en cocinas de México. Disponible en: <https://www.culinaryartschool.edu.mx/cocinasdemexico/wp-content/uploads/2016/01/Documento5-1.pdf>

Madrazo Miranda, M., (2005). Algunas consideraciones en torno al significado de la tradición. Contribuciones desde Coatepec, núm. 9, Julio-diciembre, 2005, pp.115-132. Universidad Autónoma del Estado de México, Toluca, México. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28150907>

Marcela Lagarde y de los Ríos. (2006). Pacto entre mujeres sororidad. pp. 123-135 Madrid. Disponible en: <https://www.asociacionag.org.ar/pdfaportes/25/09.pdf>

Mediateca INAH (2021) Cultura Totonaca. Instituto Nacional de Antropología e Historia. Ciudad de México. Disponible en: https://mediateca.inah.gob.mx/islandora_74/node/5279#:~:text=La%20cultura%20otonaca%20es%20una,la%20sierra%20norte%20de%20Puebla.

Mejía-Rivas, M., & Maldonado-Pérez, L. G. (2020). "La gastronomía como medio para el desarrollo de innovaciones sociales". Revista de investigación, desarrollo e Innovación. Vol. 11 (1), 23-33. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2027-83062020000200023

Mejía López L. S, Hernández López R. & Mejía Castillo S. E. (2013). "Cocina y arte: la doble significación de la gastronomía". Revista Virtual especializada en

Gastronomía. No. 6 pp. 7-22. Universidad Autónoma del Estado de México. Disponible en: http://web.uaemex.mx/Culinaria/seis_ne/PDF%20finales%206/cocina%20y%20arte%20ok.pdf

Monsalve Malagón Angélica María. (2018). Cultura y Tradición Gastronómica la clave mexicana para el reconocimiento mundial. Disponible en: <https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/11641/2018angelicamonsalve.pdf?s>

ONU Mujeres. (2015) “La igualdad de género”. América Latina y el Caribe; México. Editorial. Entidad de las Naciones Unidas para la Igualdad de Género y el Empoderamiento de las Mujeres. Disponible en: <https://colectivajusticiamujer.org/wp-content/uploads/2021/01/foll-igualdadg-8pp-web-ok2.pdf>

Páez, M. (2013). Acercamiento teórico al concepto de solidaridad. En: “*Realistas, Revista de Ciencias Sociales, Humanas y Artes*”. 1 (1), 42-50. Universidad la Gran Colombia, Bogotá, Colombia. Disponible en: Dialnet-AcercamientoTeoricoAlConceptoDeSolidaridad-6984236.pdf

Podestá C., Paola (2006). “Un acercamiento al concepto de cultura”. *Journal of Economics, Finance and Administrative Science*, vol. 11, núm. 21, diciembre, 2006, pp. 25-39 Universidad ESAN Surco, Perú. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/3607/360733601002.pdf>

Redacción Culinaria Mexicana. (2021) “Las Mujeres de Humo y el rescate de la culinaria totonaca”. *Culinaria Mexicana*. Disponible en: <https://www.culinariamexicana.com.mx/las-mujeres-de-humo-y-el-rescate-de-la-culinaria-totonaca/>

Scott, J. (2003). El género: una categoría útil para el análisis histórico. En M. Lamas (Ed.), *El género, la construcción cultural de la diferencia sexual* (pp. 265–302). México: Miguel Ángel Porrúa. Disponible en:

<https://www.icmujeres.gob.mx/wp-content/uploads/2020/05/scott.pdf>

Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural. (2020). “Los sabores de México presentes en una Tlayuda”. Gobierno de México. Disponible en:

<https://www.gob.mx/agricultura/articulos/los-sabores-de-mexico-presentes-en-una-tlayuda>

Solís Becerra, C. G. & Estrada Lugo, E. I. J. (2014). Practicas Culinarias y (Re)conocimiento de la diversidad local de verduras silvestres en el colectivo mujeres y maíz de Teopisca, Chiapas, México. *Revista Limina R. Estudios Sociales y Humanísticos*, Vol. XII, núm. 2, julio-diciembre de 2014, México, pp 148–162.

Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/liminar/v12n2/v12n2a10.pdf>

Soy Nativo, (27 de marzo de 2024) *La cocina Totonaca / Mujeres de Humo, Papantla, Veracruz* (Archivo de Video). Youtube.

<https://www.youtube.com/watch?v=M7VFzPMLtVo>

Tapia Barrera Andrés J. (2021). Importancia de la comida tradicional, de la mesa a la cocina. *NOVUM, revista de Ciencias Sociales Aplicadas*, vol. 2, núm. 11, Esp., pp. 43-59. Universidad Nacional de Colombia sede Manizales. Colombia, Colombia.

Recuperado de: <https://www.redalyc.org/journal/5713/571369597003/html/>

Varela, N. (2013). *Feminismo para principiantes*. Barcelona: Ediciones B. pgs 9-33

<https://kolectivoporoto.cl/wp-content/uploads/2015/11/Varela-Nuria-Feminismo-Para-Principiantes.pdf>

Veracruz Me Llena de Orgullo (2 de enero de 2019) *Mujeres de Humo del Totonacapan: así comían los totanacas.* (Archivo de Video) Youtube.
<https://www.youtube.com/watch?v=RTfMXHBD2Jk>