



**CENTRO DE INVESTIGACIONES Y  
ESTUDIOS SUPERIORES EN  
ANTROPOLOGÍA SOCIAL**

**TRABAJO, [RE] CREACIÓN Y CUERPO. LAS COCINAS DE  
SAN BLAS ATEMPA, OAXACA COMO LABORATORIOS  
ACTIVOS DEL SER MUJER.**

**T E S I S**

**QUE PARA OPTAR AL GRADO  
DE MAESTRA EN  
ANTROPOLOGÍA SOCIAL**

**P R E S E N T A**

**JULISSA ESTEFANÍA DÍAZ VILLALOBOS**

**DIRECTORA DE TESIS**

**DRA. SARAH BAK-GELLER CORONA**

**SAN CRISTÓBAL DE LAS CASAS, CHIAPAS; AGOSTO 2023**

©Julissa Estefanía Díaz Villalobos 2023

Todos los derechos reservados



**CENTRO DE INVESTIGACIONES  
Y ESTUDIOS SUPERIORES  
EN ANTROPOLOGÍA SOCIAL**



**MAESTRÍA EN ANTROPOLOGIA SOCIAL  
CIESAS SURESTE-NORESTE  
PROMOCIÓN 2020-2022**

---

**COMITÉ DE TESIS**

Título: Trabajo, [re] creación y cuerpo. Las cocinas de San Blas Atempa, Oaxaca como laboratorios activos del ser mujer.

Estudiante: Julissa Estefanía Díaz Villalobos

DIRECTORA:

Dra. Sarah Bakgeller Corona



LECTORAS:

Dra. Charlynne Curiel

Dra. Laura Montesi Altamirano

Dra. Melissa Espino Torres

# DEDICATORIA

*Soy mujer. Y un entrañable calor me abriga cuando el mundo me golpea. Es el calor de las otras mujeres, de aquellas que hicieron de la vida este rincón sensible, luchador, de piel suave y corazón guerrero.*

*Virginia Wolf*

A todas las mujeres que con sus condimentos sazonan esta vida.

Especialmente a mi madre Julia y mi abuela Epi, por sembrar sobre mis manos el ingrediente de su amor pudiente, el más importante de este guiso.

# AGRADECIMIENTOS

Agradezco al Consejo Nacional de Humanidades Ciencias y Tecnologías (CONAHCYT) por la beca otorgada durante 24 meses que hizo posible el desarrollo de esta investigación. Al Centro de Investigaciones y Estudios Superiores en Antropología Social (CIESAS) – Unidad Regional del Sureste, por aceptarme en su casa y acompañar mi proceso de formación. Especialmente a Raúl, por su atención con cada una de nosotras, por ser un gran amigo dentro de este proceso de formación.

Agradezco a mi directora de tesis Dra. Sarah Bakgeller Corona, por toda su dedicación y compromiso con mi proceso de investigación. Por guiarme en este camino y enseñarme a defender mis ideas con astucia, por confiar en lo que este cuerpo pensó, sintió e hizo. Pero, sobre todo, por permitirme equivocarme las veces que necesité hacerlo, y por volver a recibirme con la mesa tendida para escuchar y cuidar aquella ilusión de quién hace investigación. Por acompañar con amor. A las integrantes de mi comité de tesis, Dra. Charlyne Curiel, Dra. Laura Montesi y Dra. Melissa Espino, por todo su acompañamiento, lecturas, sugerencias y atenciones que brindaron a mi proceso de investigación, les agradezco con todo el corazón.

A cada uno de mis profesores y profesoras de maestría, Santiago, Ludivina, Alejandro, José Luis, Jania, Alma, Carmen, Araceli, Aaron, Carolina, Mónica, por todas las herramientas que pusieron en mis manos, enseñarme a matizar la mirada. Por escuchar con cuidado y atención, los cachitos de este trabajo de investigación. Por acompañarme en coser y descoser de este telar que ahora puedo defender. Especialmente a Jania, por las conversaciones, la confianza y las puertas que me abrió después de terminar la maestría.

A Gladis, Janeth, Jorge, Na' Mirna y Don Jorge, por compartir conmigo su mesa. Por el cuidado con el que me abrazaron durante mi estancia en SBA. Especialmente a Gladis, por todo su acompañamiento y confianza. Por su amistad inmensa, por hacerme sentir querida con fuerza. A Na' Rosalinda, Heladia, Catalina, Carmen y Rosalía, por confiar en mí, permitirme entrar hasta sus cocinas y conocer sus historias, sus enseñanzas, por todas las veces que nos sentamos a la mesa para comer juntas. Por ser de la forma en la que son, cada una de ustedes, gracias.

A las mujeres de mi familia, las bendiciones más grandes que me ha dado la vida. A mi mamá Julia, por enseñarme a amar sin tapujos, como otra forma de mostrarle al mundo quien soy. A mi hermana Valentina, por todo el amor con el que me acompaña a cuidar de mis heridas cuando me caigo de la vida. A mi tía Isabel, por juntar mis pedacitos con sus abrazos. A mi tía Ana María, por esa facilidad suya de estar tan cerca de mí a miles de kilómetros de distancia. A mi tía Rosa por enseñarme a cuidar de mi cuerpo y de mi sentir. A Chinis, por ese coraje con el que siempre me empuja a enfrentar las dificultades, a Alejandra, por toda esa serenidad, paciencia y sabiduría con la que me cuenta de la vida al otro lado del mundo. A Scarlett por esos rayitos de fuerza que lanza con las carcajadas que nos aventamos juntas, a Argelia, por su forma de agrandar el amor.

A mis sobrinas, Pau e Ibi, por mirarme como sólo ustedes lo hacen, con ese resplandor enorme con el que yo las amo. Siempre lo he pensado: quisiera ser tan sabia como ustedes me ven, como ustedes son.

A mi papá, Narciso, por no dejarme sola en el camino que volvió sobre nuestros pasos. Por abrazar nuestras heridas y reconocer la fuerza que hay dentro de ellas. Porque con tú sonrisa para mí el cáncer sí -tiene- cura, gracias por continuar sonriendo papi. A mis tíos, Evaristo, Francisco y Leonilo, por mostrarme su afecto de las formas que saben hacerlo.

A la bandita: Amai, Veris y Schehere, por el hogar que nos inventamos, gracias por cruzarse con mi camino y acompañar cada una de nuestras pisadas, por agarrarme fuerte de la mano durante este trayecto. Al aquelarre: Anita, Pau, Alma, Olli, Elda, Dani, Amaranta, Eréndira, por apoyar la moción de compartir la vida con la risa y los cuentos, gracias por el apapacho colectivo y necesario, especialmente a Anita, por acompañarnos en la valiente decisión de caminar senderos propios. A mis amigas de toda la vida, Fridi, Sofi, Gemmi, Yali, Dayana, por continuar tejiendo los lazos, por siempre estar ahí para escuchar las congojas y las victorias.

A Mario, por enamorarnos en el caos y sacarnos la foto más linda, gracias cielo, por construir hogar con todos los abrazos en momentos de crisis, y por compartir estos cachitos de vida alado del bosque. A José Antonio, por traspasar las fronteras del profesor investigador de licenciatura y convertirte en el amigo más orgulloso, por no dejar de acompañar mis dudas.

Diego, gracias por combatir el síndrome del impostor conmigo y emocionarte con cada una de mis aventuras maestranteras.

Me harían falta palabras, formas y páginas para terminar de agradecer a las personas que me han acompañado durante todo el proceso de investigación. Sólo quiero finalizar diciendo que acá me quedo, haciendo parte de mí, con todo lo que siento y todo lo que escribo, los retacitos de ustedes que me incrusté en el corazón y con los que ahora palpito esta vida. Gracias.

# RESUMEN

## TRABAJO, [RE] CREACIÓN Y CUERPO, LAS COCINAS DE SAN BLAS ATEMPA COMO *LABORATORIOS ACTIVOS DE SER MUJER*

Julissa Estefanía Díaz Villalobos

La presente investigación propone realizar un análisis de los espacios-cocinas y las labores “femeninas” de cocinar, comprendiéndola como un lugar social y afectivamente estratégico para las mujeres que preparan alimentos de manera cotidiana para la subsistencia de sus familias en el pueblo de San Blas Atempa. Se coloca dentro de los estudios de género y la antropología feminista que indaga en las dinámicas, procesos y fenómenos socio-culturales, políticos y simbólicos de la relación de las mujeres con las cocinas, la comida y la alimentación.

Parte del contexto sociocultural de SBA para reflexionar sobre problemáticas que resultan centrales en el campo de los estudios de género y de la alimentación: el papel de la cocina en la división sexual del trabajo, la reproducción social y estrategias de economía y apoyo mutuo que se despliegan desde estos espacios, y hacen frente a las lógicas patriarcales y capitalistas. Profundiza en la cocina como un campo dinámico de saberes y conocimientos, indaga en los procesos de interaprendizaje, la transmisión, reproducción y recreación de los saberes que circulan en estos espacios, retomando como eje central de análisis el cuerpo de las mujeres que se implican en estas labores de cocinar y desde ahí problematiza las heridas y el desgaste corporal.

Desarrolla el concepto de *laboratorio activo del ser mujer* postulando que la cocina es un espacio donde a partir de la narración de experiencias de vida se transmiten valores e ideologías que se relacionan con *ser mujer* en el contexto sociocultural del pueblo de SBA. Desde ahí postula que no sólo es un espacio de reproducción, sino uno en el que las mujeres se escuchan, reflexionan y piensan los valores relacionados con la feminidad. Sin perder de vista las opresiones que se reproducen a través del trabajo de la cocina, esta tesis propone ver más allá de esto, continuando y ampliando las reflexiones en el histórico binomio mujeres-cocinas en México.



# ÍNDICE DE CONTENIDO

DEDICATORIA .....	iv
AGRADECIMIENTOS .....	v
RESUMEN.....	viii
ÍNDICE DE CONTENIDO.....	ix
ÍNDICE DE MAPAS, TABLAS Y FOTOGRAFÍAS .....	xi
GLOSARIO DE PLATILLOS LOCALES.....	xii
“LO QUE SE ESTÁ COCINANDO”. INTRODUCCIÓN AL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	1
1.1 “SI TE PIERDES, SIGUE LA RECETA, MIRA ADENTRO”: COCINANDO EL TEMA DE INVESTIGACIÓN .....	1
1.2 INTRODUCCIÓN.....	4
1.3 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN .....	9
1.3.2 Objetivos específicos .....	9
1.4 ¡Y QUE NOS METEMOS HASTA LA COCINA! MIRADAS DE LA ANTROPOLOGÍA FEMINISTA AL ESTUDIO DE LAS COCINAS .....	10
1.5 DESDE EL CUERPO QUE ESCRIBE, POSICIONAMIENTO PERSONAL Y POLÍTICO DE LA INVESTIGADORA .....	18
1.6 COMIENDO, COCINANDO Y PLATICANDO JUNTAS: MARCO METODOLÓGICO.....	21
1.6.1 Ruta metodológica para el trabajo de campo.....	23
1.6.2 Acercamientos y reflexiones personales en torno al trabajo de campo .....	27
2. SAN BLAS ATEMPA: EL ANTIGÜO BARRIO DE LAS COCINERAS .....	33
2.1 ¿DÓNDE ESTÁ SAN BLAS ATEMPA?, LA RUTA DESDE TEHUANTEPEC ...	33
2.2 EL ISTMO DE TEHUANTEPEC, UNA REGIÓN PLURIÉTNICA.....	38
2.2.1 San Blas Atempa y Tehuantepec en conflicto .....	40
2.2.2 La historia de SBA: emancipación y cocina.....	47
2.3 EL COMERCIO DE LOS ALIMENTOS EN SAN BLAS ATEMPA.....	52
2.3.1 Caminando por San Blas Atempa: la venta de los alimentos en el pueblo.....	55
3. TRABAJO EN LAS COCINAS DE SAN BLAS ATEMPA, ESTRATEGIAS DE ECONOMÍA Y APOYO MUTUO.....	61

3.1 DISCUSIÓN CONCEPTUAL: DIVISIÓN SEXUAL DEL TRABAJO .....	61
3.1.2 División sexual del trabajo en San Blas Atempa.....	63
3.2 EL TRABAJO INVISIBLE DE LAS MUJERES: LA REPRODUCCIÓN SOCIAL	69
3.2.1 El trabajo del amor, la cocina y la reproducción social .....	71
3.3 ESTRATEGIAS DE ECONOMÍA Y APOYO MUTUO DESDE LAS COCINAS .	77
3.3.1 Más allá del comercio: las ayudadas, organización colectiva de la cocina .....	88
4. APRENDER A COCINAR: SABERES, CUERPO Y EXPERIENCIAS EN LAS COCINAS DE SAN BLAS ATEMPA .....	98
4.1 APRENDER A COCINAR, LA COCINA COMO LABORATORIO.....	99
4.1.1 Saberes de la cocina en San Blas Atempa .....	106
4.2 EL CUERPO COMO CENTRO DEL SABER CULINARIO.....	116
4.2.1 El desgaste corporal de la cocina.....	121
4.3 LA HERIDA DEL CUERPO VIVIDO EN LA COCINA.....	126
5. REFLEXIONES FINALES .....	136
ANEXO 1. EXPOSICIÓN FOTOGRÁFICA REESCRIBIÉNDO[NOS] .....	147
ANEXO 2. CUADERNILLO “GUNAA’ GUETA” POR ANA XHOPA .....	165
ANEXO 3. FRAGMENTO DE UN MENSAJE DE NA ROSALINDA.....	171
ANEXO 4. REPERTORIO FOTOGRÁFICO DE PLATILLOS LOCALES DE SAN BLAS ATEMPA .....	173
BIBLIOGRAFÍA .....	176
REFERENCIAS ELECTRÓNICAS .....	183

# ÍNDICE DE MAPAS, TABLAS Y FOTOGRAFÍAS

Mapa 1.	Ubicación de San Blas Atempa, Oaxaca. (Amairani Peña, 2023).....	38
Fotografía 1.	Mural de Bienvenida al pueblo de San Blas Atempa. (Pág 3.mx, 2020) ...	47
Esquema 1.	División sexual del trabajo en SBA, autoría propia .....	65
Esquema 2.	Especializaciones culinarias, autoría propia.....	67
Fotografía 2.	Mujeres haciendo tortilla en una ayudada para boda 1, autoría propia .....	94
Fotografía 3.	Mujeres haciendo tortillas en una ayudada para boda 2, autoría propia ....	95
Fotografía 4.	Mujeres en ayudada para XV años 1, autoría propia.....	97
Fotografía 5.	Mujeres en ayudada para XV años 2, autoría propia.....	97
Esquema 3.	Saberes de la cocina de SBA, autoría propia.....	107
Fotografía 6.	Horno de comixcal encendido, autoría propia.....	122
Fotografía 7.	Na' Rosalía horneando totopo, autoría propia.....	123

# GLOSARIO DE PLATILLOS LOCALES

**Cebollas capeadas.** Preparación culinaria que se realiza con las capas de las cebollas, estas se rellenan de un guisado de carne de res con papa y se capean para después freírse. Se acompañan de frijoles refritos y encurtido de col con zanahoria.

**Champurrado.** Bebida a base de maíz y cacao, la característica que distingue esta bebida es que el maíz está martajado, por lo tanto, al beberla se pueden percibir tropezones de maíz.

**Comixcalito.** Tortilla de maíz que se cocina en horno de *comixcal*, tiene un grosor más ancho que el de una tortilla, por lo tanto, mantiene una consistencia de masa reblandecida al interior, mientras que, el exterior es crujiente.

**Dulces de fruta.** Similares a las frutas en almíbar, en el pueblo es común realizar dulces de: almendra, mango, papaya, plátano, calabaza, entre otros. Para su preparación se realiza una cocción de la fruta a partir de un jarabe de azúcar, similar a un confitado (sin cocción prolongada), la intención es que el dulce y calor cuezan la fruta dialogando los sabores entre el almíbar y la fruta. Dando como resultado un dulce lleno de sabor y aroma frutal.

**Curado.** Postre típico regional, consiste en el encurtido de la fruta de ciruela y nanche, este se realiza con azúcar y aguardiente de caña, se guarda en barriles de plástico y/o barro, se deja encurtir durante meses. A las mujeres que se dedican a realizar esta preparación se les conoce como curaderas.

**Garnachas.** Antojito regional, una garnacha se compone por una tortilla pequeña de maíz adicionada con carne oreada (semi seca, cocinada y condimentada con sal y ajo), cebolla picada, salsa y queso seco. Se fríen y sirven con encurtido de repollo, zanahoria, pepino y chile (el encurtido se realiza con vinagre de piña casero).

**Gaznates.** Dulce tradicional, se realiza con una masa sencilla de harina de trigo, agua, vinagre, sal y azúcar. Este se fríe en moldes circulares y después se rellenan con merengue italiano y coco rallado.

**Gorditas.** Tortilla de maíz pequeñas, en otras partes de la república se podrían comparar con las memelas, pellizcadas o chalupas. Estas se aderezan con un asiento hecho con manteca de

cerdo. También se les agrega frijoles refritos, quesillo y/o cecina. Pueden ser asadas a las brasas o sancochadas en aceite.

**Guetabingui.** Es una palabra en *diidxazáa* que se traduce al español como “tortilla de camarón”, se prepara con masa de maíz nixtamalizado que se sazona con un adobo de chiles y camarón seco. Posteriormente se hornean en comixcal, es una preparación muy similar al *guetabola*, la diferencia es el adobo y sazón a camarón.

**Guetabola.** Es una palabra en *diidxazáa* que se traduce al español de la siguiente forma: “gueta” es tortilla, la continuación “bola” hace referencia a una bola de masa de maíz nixtamalizada que está condimentada con crema ácida y en algunos casos, con queso doble crema. Estas bolitas de masa se hornean en el comixcal y el resultado es una *guetabola* similar a un molote horneado. Tiene un sabor salado-ácido en un punto muy apetecible, pues la textura por fuera es crujiente, mientras que por dentro puede parecerse mucho a un tamal. Se venden en bolsitas de quince pesos por tres.

**Guiña di xhuba.** Es un término en *diidxazáa* que se traduce al español como “mole de maíz tostado”. Es un mole de maíz, sazonado con chile guajillo, jitomate y camarón seco. Se acompaña con nopales, chayote, ejote y carne de res. Este guisado es común para situaciones festivas y también es reconocido como “el mole de boda”.

**Guisado de pollo.** Es un platillo típico, similar a un caldo de pollo, pero con mayor tiempo de cocción y más sabores integrados. Su composición incluye algunos chiles secos, por esta razón es un guisado rojizo-naranja, además incorpora sabores dulces de algunas frutas como la manzana y la piña. También es conocido como “guisado tehuano” o “guisado istmeño”.

**Lehecilla.** Postre similar a una crema pastelera, se realiza con fécula de maíz y su punto de cocción permite que la textura permanezca como natilla de leche.

**Mistela.** Jarabe alicorado con aguardiente de caña, en algunos casos es utilizado para la elaboración del dulce de curado de ciruela y nanche. Al resultar de este proceso, durante el tiempo de maduración en botellones de curado, absorbe notas y sabores provenientes de estas frutas. Esta bebida suele ofrecerse durante las fiestas del pueblo y en los recorridos de las calendas, en caballitos de mezcal.

**Mole de chileajo.** Es una variante de mole negro, se realiza con chiles ancho, pasilla y otros condimentos. Tomate verde, rojo, cebolla, ajo, semillas, y para espesar, torta de *yachi*. Se acompaña con lomo y pierna de cerdo.

**Molotes de maíz.** Porciones ovaladas de masa nixtamalizada y sazonada, se fríen, y para servir se abren y rellenan de carne molida de res o de chorizo guisado, acompañados con lechuga romanita picada, y queso seco.

**Molotes de plátano.** Preparaciones hechas con una masa de plátano macho, con la que se forman las porciones de estos molotes. Se fríen y sirven con crema y queso seco. Los molotes suelen estar rellenos de chorizo guisado o quesillo.

**Nicuatole.** Postre hecho a base de maíz, canela, azúcar y leche, su método de preparación es parecido a la lechecilla, se deja enfriar y cuaja con una textura similar a la de una gelatina. Su sabor es dulce, consistente, similar al atole de leche con canela, pero cuajado.

**Nizaganda.** Es una palabra en *diidxazáa* que se traduce al español como: refresco, niza – agua, ganda – fresca. Este término es utilizado para referirse al agua fresca de frutas.

**Pan de repollo.** Golosina que se elabora con un pan de telera partido a la mitad, se le untan frijoles refritos y encima encurtido de repollo, se espolvorea de queso fresco y una salsa roja hervida. Podría asemejarse a un chicharrón preparado o a un mollete.

**Pescado lampreado.** Pescado abierto en mariposa, secado al sol con ajo, sal, y capeado. Es común que estos sean lizas o mojarras de agua dulce.

**Relleno de cochino.** Es una preparación horneada de carne de cerdo, la carne se condimenta con un adobo de guajillo y especias, a su vez se rellena de vísceras. Adicionalmente se realiza un puré de papa horneado y un mole coloradito. De esta forma, la manera de servir el platillo es: la carne horneada con el relleno, bañada de mole coloradito y el puré de papa.

**Totopo de camarón.** El totopo es similar a una tortilla de maíz agujereada y horneada en comixcal. Su textura es crujiente y su composición permite una duración larga en almacenamiento. Estos pueden ser natural o adicionado de sabores, para el totopo de camarón, se realiza un adobo con chile guajillo, jitomate y camarón seco, se revuelve con la masa de maíz con la que se realizan los totopos.

**Totopo de coco.** Como el totopo de camarón, el de coco se realiza con dulce de coco. Este se realiza con panela y coco fresco. Se adiciona a la masa de maíz y se tiene como resultado final un totopo dulce con sabor a coco.

**Niziaba.** Es una palabra en *diidxazáa* que se traduce al español como “atole blanco”, este se hace con masa de maíz nixtamalizada y agua, no se adiciona ningún otro ingrediente. El sabor es fresco, neutro y de una textura muy tersa.

# “LO QUE SE ESTÁ COCINANDO”.

## INTRODUCCIÓN AL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

### 1.1 “SI TE PIERDES, SIGUE LA RECETA, MIRA ADENTRO”: COCINANDO EL TEMA DE INVESTIGACIÓN

El trabajo de investigación que se presenta entre estas líneas ha sido producto de una gran cantidad de *sentipensares*, reflexiones, conversaciones con madres, tías, abuelas, amigas y experiencias propias que han dado como resultado pensar reflexivamente la cocina como *laboratorio activo del ser mujer*<sup>1</sup>. Un espacio dinámico de saberes y conocimientos de diversa índole<sup>2</sup>, donde las mujeres son protagonistas, que experimentan, transmiten, recrean, comparten o recelan<sup>3</sup> sus saberes.

El tema de investigación ha ido transmutando significativamente. Al inicio de la maestría, en aquellos momentos en los que había que construir y defender un protocolo de investigación vagamente situado a la realidad de las consideraciones del campo, lo único que

---

<sup>1</sup> Este término lo utilizaré a lo largo del documento, por lo tanto, es importante definir con claridad a qué me refiero y de dónde viene. La primera vez que relacioné la cocina con un laboratorio fue durante mis clases de cocina en la licenciatura, cuando era sonado que un reputado chef de España (Ferran Adriá) hacía uso de técnicas moleculares dentro de una cocina. Más adelante, en el ámbito gastronómico comenzó una fuerte ola de restaurantes de autor que retomaron sus pasos. Nombraron a la cocina como un laboratorio porque era ahí donde sucedían transformaciones (de alimentos) fascinantes para estudiar. Para mi ingreso al posgrado, uno de los profesores que me entrevistó me preguntaba ¿por qué una estudiante de gastronomía tendría las habilidades para un posgrado de antropología social?, la respuesta a esa pregunta surgió muy rápido, “porque la cocina es un laboratorio”. Este planteamiento me acompañó a lo largo de mi proceso de formación, y fue hasta la redacción de la tesis que cobró más claridad y sentido para su uso. Si la cocina es un laboratorio para estudiar procesos moleculares en los altos mandos de lo profesional, cómo sería para las mujeres que hacen comida todos los días. Dentro de los estudios de la alimentación, es reconocido que la cocina constituye un espacio privilegiado para el estudio de importantes transformaciones y procesos socioculturales, no sería entonces fascinante darle lugar no sólo a los grandes chefs como hacedores de ciencia en un laboratorio, sino a las mujeres que ahí reflexionan, hacen y recrean lo que sienten y piensan sobre ellas mismas. Es por esta razón que consideré que el término es adecuado y funcional para pensar la cocina como un espacio donde las mujeres construyen, reproducen o cuestionan valores, prácticas e ideologías asociadas a lo femenino.

<sup>2</sup> Estos saberes los clasifiqué en cuatro: administrativos, culinarios, curativos y de aprovechamiento de los alimentos.

<sup>3</sup> Este término lo refiero a cuando las mujeres a su vez no tienen el interés o deseo de compartir sus saberes, es decir, los cuidan para que las otras mujeres no se enteren.



guiaba mi concepción sobre el trabajo de investigación que comenzaba a cocinar, era la intuición, alimentada por las experiencias que me anteceden, los lugares donde crecí y en los que aprendí a cocinar.

Durante este guiso, fui conociendo diversas voces con diferentes indicaciones que me inspiraron cambiar de ingredientes, tomar procedimientos distintos, emocionantes y nuevos, cada vez abriendo más la mirada y el gusto a probar sabores nuevos. Para esos momentos yo pensaba que había una forma “correcta” de llevar a cabo una tesis, “esto que se está cocinando” y lo único que quería era responder y hacer caso a esas indicaciones de afuera, las cuales me llevaron a resultados que desconocí y de los que no supe cómo volver a la preparación que, en un principio, motivaron mis intuiciones.

Me llevó tiempo darme cuenta de que, aunque no hay una receta para “esto que se está cocinando”, sí hay un ingrediente principal, y este siempre lo traje dentro, difuminado con el cuerpo que habito y con la historia que este mismo cuenta. Descubrí que había que dar espacio para escuchar esa vocecita queda que pocas veces tuvo lugar durante la preparación. Fue entonces cuando volví a mis afectos, aquellos que me alimentaron desde la infancia y que todavía me nutren.

Volví a mis experiencias de vida, a mis historias y a las historias de las mujeres que, con su comida, me cuidaron, nutrieron e hicieron parte de este cuerpo, memoria, sentir, hacer y pensar. Es este el ingrediente principal del guisado: el corazón de este escrito deviene de ahí. De ver y reconocer la cocina como un trabajo, a partir del que se despliegan estrategias de economía y apoyo mutuo. Como un espacio en el que se transmite y aprenden saberes y conocimientos relacionados con el *ser mujer*, el cuerpo y las experiencias de vida.

Para quien hace investigación sabe que no hay una manera “correcta” de llegar a un tema de investigación, que el proceso no es lineal, incluso algunas veces puede parecer caótico -por no decir fatalista- y sin fin. Para quien cocina, sabe que no hay receta que te lleve al mismo resultado del guisado emblemático que preparaba la abuela, que por más que se siga esa indicación encantadora y ambigua, será la humedad, el tipo de azúcar, el grano de arroz, la tierra donde germinó el maíz, el año, o el amor, pero el sabor siempre será distinto.

Después de un tiempo intentando imitar los sabores de la cocina de mi madre y de mi abuela, sobre todo aquellos guisados específicos que a ellas siempre les quedaron tan bien y que, por su puesto, eran casi imposibles de replicar, opté por comenzar a improvisar mis sabores, a probar variaciones que venían más con quién era yo, tan es el caso que ahora ya tengo en mi repertorio culinario, esos guisos “raros” que sólo a mí me quedan como me quedan, dicen.

Desde mi experiencia, lo mismo pasa cuando se está construyendo un trabajo de investigación. Se puede pasar largo rato dando vueltas intentando resolver las preguntas ajenas sin prestar atención a las preguntas que brotan en el interior. Hasta que un día se voltea a seguirlas como brújula, como la vocecita que mientras cocinas te dice “ponle esta hierba que no sabes qué es, pero huele delicioso”.

Me pareció relevante traer a la mesa esta breve reflexión sobre lo importante que, en mi experiencia, fue aprender a escuchar esa vocecita susurrante que permanece en el interior. En caso de que alguien más, leyendo estas palabras, encuentre compañía en los sentires que forman parte del proceso de investigar. Que, aunque la mayor parte del tiempo se disfruta, de a ratos, también puede ser verdaderamente abrumador.

## 1.2 INTRODUCCIÓN

El objetivo general del presente trabajo de investigación es contribuir a una reflexión sobre las cocinas del pueblo de San Blas Atempa<sup>4</sup> como laboratorios activos del ser mujer. Un espacio dinámico de saberes y conocimientos administrativos, culinarios, curativos y de aprovechamiento de los alimentos. Donde las mujeres transmiten, recrean, comparten o recelan sus saberes. Para comenzar, presento la introducción al problema de investigación, desde un preámbulo sobre la antropología social; partiendo de la cuestión cultural hacia el debate feminista, y desde ahí, sitúo el caso de SBA y sus cocinas.

La antropología nace a principios del siglo XX y se interesa por abordar el estudio de las sociedades en relación con la naturaleza y las culturas, dilemas centrados en procesos sociales y bioculturales alrededor de los grupos humanos formaron parte de los principales debates de la disciplina. La historia de la antropología se relaciona con un antecedente colonial, pues buscaba conocer sociedades “otras”, “primitivas”, “tradicionales” en países colonizados.

De acuerdo con la antropóloga Marcela Lagarde y de los Ríos (2016), el enfoque antropológico también había sido androcéntrico, pues el foco de sus estudios iba en torno a comprender aspectos relacionados a la vida del “hombre” como sujeto protagónico en la historia de la humanidad. Una crítica a esta tendencia se incorpora a partir de un nuevo campo de conocimiento que tiene como objetivo voltear la mirada a los procesos de las mujeres como sujetas que también hacen historia y construyen procesos socioculturales: la antropología de la mujer.

Lagarde (2016) describe la opresión de las mujeres como un grupo de características que están organizadas de tal forma que generan subordinación, dependencia y discriminación hacia las mujeres en relación con los hombres, tanto en la sociedad en general como en el Estado. Esta opresión se manifiesta en la desigualdad económica, política, social y cultural que experimentan las mujeres, y se encuentra dentro de un conjunto de relaciones clasistas y patriarcales (p. 60). En este sentido, la antropología de la mujer brinda la oportunidad de

---

<sup>4</sup> Para referirme a San Blas Atempa, utilizaré la abreviatura “SBA”.

examinar precisamente estas interacciones sociales, institucionales, normas e ideologías que moldean la identidad femenina y se manifiestan a través de las mujeres.

Lagarde (2016) expone que esta corriente aportó significativamente a la consolidación de una categoría de análisis dentro de la disciplina, entendiendo a las mujeres como sujetos históricos de conocimiento. Esto permitió aproximarse al estudio de las mujeres como seres sociales, de cultura y especializadas en el trabajo y en actividades vitales, y centrales en la reproducción social y cultural.<sup>5</sup> En palabras de la autora, se trataba de “proponer una antropología de la mujer como una mirada peculiar de la cultura, un método para lograr la construcción del sujeto de mujer a partir de la dialéctica biología-sociedad-cultura. [...] cuyo sentido profundo sea el conocimiento para construir sociedades y culturas sin opresión” (Lagarde, 2008: 75).

Esta línea ha desarrollado otro campo de estudio que va de la mano con los movimientos sociales feministas. De acuerdo con Castañeda (2020) la antropología feminista es un enfoque crítico y cuestionador de la disciplina que mediante teorías y prácticas genera nuevos conocimientos no androcéntricos ni heterosexistas sobre la experiencia humana. Esta se ha enfocado en estudiar las formas de explotación de las mujeres indígenas y trabajadoras.

En este sentido, la cocina toma un lugar importante como un trabajo que las mujeres realizan, pues cocinar forma parte de las actividades relacionadas a la reproducción de la vida y se ha considerado a partir de la división sexo-género, como un quehacer natural a las habilidades femeninas, sin contemplar que, de la misma forma que el trabajo remunerado, requiere de una inversión de tiempo, esfuerzo, desgaste físico y energía vital para llevarse a cabo.

Un caso importante para abordar la forma en la que se lleva a cabo este trabajo, son las cocinas de San Blas Atempa. El pueblo se encuentra ubicado en el Istmo oaxaqueño, anteriormente perteneció a Tehuantepec como uno de sus catorce barrios antiguos. En el pueblo se habla *diidxazáa*<sup>6</sup> y español, de acuerdo con el panorama sociodemográfico del INEGI 2020, dentro de la población de 3 años y más, el 83% habla *diidxazáa*. Fue reconocido

---

<sup>5</sup> La autora retoma la categoría de “cuerpo vivido, circunscrito a la sexualidad. Sobre este cuerpo y esa sexualidad históricos se han estructurado su subjetividad y sus posibilidades de vida como espacio para los otros. La historia de la mujer como género, ha sido hasta ahora un ser-de-los-otros” (p.64)

<sup>6</sup> Una variante del zapoteco, conocida como “zapoteco del Istmo” o “*diidxazáa*” dicha en la misma lengua.

como el barrio de “las cocineras” por ser el lugar donde habitaban la mayoría de estas mujeres dedicadas a realizar labores culinarias para venta. Comenzó su independencia en 1510 y obtuvo el título de *municipio libre* en 1969 (Rojas, 2008:30).

En la localidad se mantienen prácticas alimentarias que se orientan en gran medida a la producción de alimentos para dos motivos: por una parte, para consumo individual y/o festivo; por otra parte, para comercialización. La milpa es una actividad productiva elemental, esto, sumado a la especialización de las mujeres de SBA como cocineras de ciertos alimentos y platillos reputados en la región (totopos, curado, garnachas, tamales, panes y diversos guisados) ha posibilitado que una parte de la economía local se dedique a la transformación y comercialización de los alimentos.

La población es reconocida por ser altamente productiva a través del comercio de alimentos, lo que genera una economía circulante en torno a su producción, transformación y comercialización. Las mujeres que se dedican a la cocina para venta son quienes, con su trabajo, sostienen y recrean este reconocido comercio local. Por ello, en el capítulo 2 “San Blas Atempa: el antiguo barrio de las cocineras” se desarrolla el primer objetivo particular de esta tesis, que gira en torno a contextualizar la historia del pueblo de SBA con la finalidad de comprender su reconocimiento como un lugar para el comercio de los alimentos, fijando especial atención al trabajo que las mujeres realizan en las cocinas. Desde ahí situar el pueblo en su relación con Tehuantepec.

Esta economía circulante en el pueblo posibilita toda una red de trabajo para las personas (en su mayoría mujeres), que se dedican a la elaboración y venta de los alimentos de diversa índole. Este trabajo es traducido y *corporalizado* en una economía solidaria de mujeres para mujeres (Cabrera y Quintana, 2020:199). Otra manera en la que la cocina se lleva a cabo en el pueblo, es mediante las ayudadas, estas se realizan de manera voluntaria, solidaria y sin retribución económica. En algunas ocasiones la única retribución es invitarle de comer el mismo guiso que se ha preparado y adicional a esto, ofrecer una porción para llevar a casa con la familia. En estas, son las mujeres quienes participan y se organizan para llevar a cabo la cocina colectiva.

En este punto cabe mencionar que, en la literatura feminista, se ha trabajado la categoría de “división sexuada de trabajo”, Lagarde (2016) que señala la construcción de la

masculinidad y la feminidad basada en el trabajo, pues en la mayoría de las sociedades, hombres y mujeres se dedican a distintas actividades y desempeñan trabajos que se excluyen mutuamente. Esta diferenciación de roles ha sido considerada como una característica intrínseca de la distinción entre los sexos, pues se ha asociado con la posesión o falta de atributos físicos, intelectuales y emocionales, así como con habilidades asignadas a cada género (p.113).

En SBA el trabajo de la cocina se ha orientado a una práctica -casi- exclusivamente femenina, pues son las mujeres quienes realizan estos trabajos en distintos ámbitos. Su participación en la realización de este trabajo ha sido fundamental para garantizar, reproducir y recrear el sistema económico que se sostiene en gran medida del comercio local de alimentos en SBA. Es por esta razón que, en el capítulo 3 “Trabajo en las cocinas de San Blas Atempa, estrategias de economía y apoyo mutuo”, se desarrolla el segundo objetivo particular: comprender el trabajo de las mujeres en las cocinas del pueblo, así como su incidencia en la red comercial de alimentos local, la cual involucra un despliegue de estrategias de economía y apoyo mutuo entre mujeres.

Continuando con esta línea, la cocina colectiva durante las ayudadas configura un espacio donde las mujeres de San Blas Atempa se acuerpan y generan espacios íntimos, de plática, escucha y apoyo. En este sentido, cocinar y comer juntas genera espacios para la reflexión y comunicación colectiva que permite traer a la mesa una diversidad de temas vinculados con las historias de las mujeres, así como relatos de vida relacionados con el *ser mujer* en San Blas Atempa, la violencia de género que está presente en su vida diaria y los aprendizajes que buscan transmitir a las nuevas generaciones.

La cocina es un oficio que permite comprender-apelar a una autorrepresentación desde la realidad constitutiva de sus historias de vida y su hacer diario. Las dinámicas de comercialización del pueblo de SBA ponen en tensión la dicotomía público-privado<sup>7</sup>, pues estos espacios se desenvuelven como *continuum*, mediante lógicas dinámicas y en

---

<sup>7</sup> Curiel (2019), señala que la antropología feminista clásica se centró en estudiar la producción de género en las construcciones culturales de los femenino y lo masculino “enfaticando la preeminencia de los varones en el espacio público y las mujeres en el privado (Rosaldo, en Ortner y Whitehead, 1996:139)” (p.169). Sin embargo, de acuerdo con la autora estas ideas universalistas pronto se vieron desafiadas, “la dicotomía privado-público no es necesariamente una división de roles y/o espacios femeninos y masculino, sino una división entre los ámbitos comunitarios -familiares, religiosos, políticos, económicos- en los que participan de distinta manera tanto mujeres como hombres (Stephen, 2005)”. (Curiel, 2019:169)

situaciones diversas. Además, la cocina también articula un lugar desde donde se recrea constantemente la sociabilidad y la cultura. Así pues, este estudio permite ahondar en una concepción más profunda de estas dinámicas y laboratorios-cocina, mediante significados más amplios.

En el capítulo 4 “Aprender a cocina: saberes, cuerpo y experiencias en las cocinas de San Blas Atempa” se desarrolla el último objetivo específico que gira en torno a comprender la cocina como un espacio de interaprendizaje, en el que saberes y conocimientos administrativos, culinarios, curativos y de aprovechamiento de los alimentos circulan. Desde ahí, analizar las implicaciones del cuerpo de las mujeres y la narración de experiencias vividas en la transferencia de valores e ideologías relacionadas con el *ser mujer* en el pueblo de SBA.

### 1.3 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cómo las mujeres que se dedican a la cocina para venta en SBA hacen del espacio de la cocina un *laboratorio activo del ser mujer*, y un territorio dinámico de saberes, conocimientos y estrategias útiles-prácticas para sus vidas?

#### 1.3.2 Objetivos específicos

1. Contextualizar la historia del pueblo de SBA con la finalidad de comprender su reconocimiento como un lugar para el comercio de los alimentos, fijando especial atención al trabajo que las mujeres realizan en las cocinas. Desde ahí situar el pueblo en su relación con Tehuantepec.
2. Comprender el trabajo de las mujeres en las cocinas del pueblo, así como su incidencia en la red comercial de alimentos local, la cual involucra un despliegue de estrategias de economía y apoyo mutuo entre mujeres.
3. Comprender la cocina como un espacio de interaprendizaje, en el que saberes y conocimientos circulan. Desde ahí, analizar las implicaciones del cuerpo de las mujeres y la narración de experiencias vividas en la transferencia de valores e ideologías relacionadas con el *ser mujer* en el pueblo de SBA.



## **1.4 ¿Y QUE NOS METEMOS HASTA LA COCINA! MIRADAS DE LA ANTROPOLOGÍA FEMINISTA AL ESTUDIO DE LAS COCINAS**

En este apartado presento brevemente cómo se han abordado los estudios sobre las cocinas en la literatura antropológica. Para su desarrollo presento tres bloques, 1) la cocina como espacios que entretujan amasijos complejos sobre aspectos sociales y culturales. 2) La relación entre mujeres y cocinas, especialmente aquellos estudios que se han mirado desde una perspectiva de género o feminista en Oaxaca, y 3) retomo categorías de análisis que me serán de utilidad para el desarrollo de los capítulos posteriores.

De acuerdo con Mabel Gracia (2015), la cocina de un pueblo determina qué alimentos son aptos para el consumo y cuáles no, refleja nuestras preferencias y aversiones alimentarias a través del conocimiento y las habilidades culinarias que se transmiten generacionalmente. Estas habilidades se basan en las experiencias de nuestros antepasados y en el aprendizaje adquirido como miembros de una sociedad dada (p. 130).

Los primeros estudios en torno a la alimentación no se preocuparon por la participación de las mujeres, quienes históricamente se han dedicado a la elaboración, recreación y reproducción de dietas locales, y culturas alimentarias, adaptándose a las biodiversidades endémicas a lo largo de diversos territorios. Recientemente se ha comenzado a realizar trabajos de investigación que abordan las cocinas y su relación con las mujeres de forma más concreta.

Christie (2002) expone que la cocina es amor y bajo este planteamiento no habría que sorprendernos que también sea un espacio de fuerte interacción social, donde las relaciones sociales se construyen, donde las emociones, creatividad y subjetividades se expresan. Un mundo con conocimientos propios donde el vocabulario toma diversas formas, sabores, aromas, texturas. Donde hacen falta las expresiones verbales, que se corporalizan y toman lugar durante las cocinadas (Christie, 2002:23).

En sintonía, Arana (2012) dice que la cocina es un espacio multifacético, pues en ella se llevan a cabo múltiples funciones para el núcleo doméstico, donde la responsabilidad de la salud y el bienestar recaen fuertemente en las mujeres: “donde espacio y ser construyeron vis-a-vis una esencia compartida basada en la memoria, en la expresión artística, en la

creación y en las múltiples manifestaciones de amor, así como en la voluntad y deseo de satisfacer infinidad de necesidades” (Arana, 2012:48).

Continuando con Giard (2010), expone que la cocina trastoca los temas más íntimamente relacionados con nosotros mismos, en el sentido de que permanece en el “mundo memoria” de lo cotidiano. Pues ¿qué hay más cotidiano que cocinar? Y qué tanto, por ser esta labor cotidiana, o femenina, se desdibuja de aquellas que están dotadas de conocimiento, ingenio, valor, tiempo, energía vital y trabajo.

Christie (2002) trae a mención tres elementos que me parecen importantes para considerar el estudio de las cocinas. Apunta que la cocina 1) es un hilo que teje relaciones sociales en la comunidad, y que las relaciones comerciales que se desarrollan a partir de los alimentos no sólo van en función de vender, sino de relacionarse personalmente entre vendedora y compradora.

2) Señala que las mujeres en la cocina no sólo transmiten sus recetas sino una filosofía de vida, por lo tanto, las emociones son indispensables para el buen fluir en las preparaciones, pues estas también son transmisibles (Christie, 2002: 31). Giard (2010) expone que el aprendizaje de las formas culinarias se vincula con un entramado de habilidades corporales. En este sentido, la cocina es también un espacio que posibilita generar un capital simbólico y cultural, así como transmitir, innovar y recrear.

3) Señala que la cocina “se perfila como lugar privilegiado para observar y hasta transformar los sucesos. Muchas relaciones sociales se inician y mantienen desde la cocina. El espacio de la cocina sirve tanto para vincular familias como para integrar a sus miembros de la comunidad de una manera muy concreta, a través de una especie de comunión colectiva compartiendo la comida en las fiestas” (Christie, 2002: 38).

Hasta aquí se ha expuesto brevemente desde diversas autoras, cómo la cocina articula un espacio propicio para comprender y observar múltiples manifestaciones socioculturales. Desde una perspectiva feminista, se aborda la mirada sobre estos espacios, dejando ver no sólo la importancia que tienen para la reproducción cultural, sino uno donde las mujeres poseen, transmiten, recrean, se adaptan, se apropian del espacio y generan estrategias que

aseguran la alimentación, y también se construyen a sí mismas brechas mediante las que se posibilitan espacios de autonomía.

A continuación, retomo algunos trabajos que han profundizado de manera más específica sobre la relación entre mujeres y cocinas. Ivonne Vizcarra Bordi (2020) en *Volteando la tortilla, género y maíz en la alimentación actual de México*, la autora y colaboradoras aportan desde diversas experiencias femeninas y de relaciones de género en torno al maíz, una masa crítica para salvaguardarlo, siempre y cuando se voltee la tortilla, es decir, de pie a buscar otras realidades a las relaciones de desigualdad y opresiones que mantienen subordinados tanto a los y las sujetos, como a la naturaleza.

Vizcarra (2020) retoma la importancia de considerar la perspectiva biocultural de la cocina, pues afirma que la posición de las mujeres es protagónica en la generación de la relación íntima con las semillas, el suelo, las plantas y en la elaboración de platillos complejos que aseguran la satisfacción de las necesidades alimentarias a sus familias. Pero no sólo en el sentido estricto de satisfacer el hambre, “sino además del cuerpo, la mente-pensamiento y espíritu-místico” (Vizcarra, 2020:13). En este sentido, alimentar trasciende la necesidad fisiológica e implica una inversión de elementos afectivos, relacionales y subjetivos.

La autora señala que la desigualdad en la división del trabajo ha llevado a las mujeres a exigirse una *multipresencia* y una organización eficiente y funcional del uso social del tiempo. Además, expone que la mirada de las mujeres de pueblos originarios y rurales desde el exterior había tenido una visibilización marginal, “Se les ha naturalizado la atadura al metate como un atuendo de exclusividad femenina, y con ello la responsabilidad de mantener no sólo el fogón encendido, sino que implícitamente en un símbolo de unión familiar que atiende la satisfacción de los alimentos” (Vizcarra, 2020:15).

Con la finalidad de centrarnos más en el territorio de estudio, presento un bloque de trabajos recientes sobre Oaxaca, con la intención de ubicar las discusiones actuales sobre mujeres-cocinas, y situar el presente trabajo de investigación dentro de estos.

Gutiérrez (2020) nos muestra las ventajas de la producción de tortillas en medio de las asimetrías de las condiciones de género, etnia y clase social de las mujeres tortilleras de Santo Tomás Mazaltepec, Oaxaca. La autora utiliza perspectivas desde el feminismo

decolonial y muestra los espacios de agencia que las mujeres construyen desde la elaboración de tortillas, señala que mediante “el sentido liberador del trabajo” ellas redignifican su práctica.

También afirma que mediante la elaboración de tortillas se continúan reproduciendo los roles establecidos de género, sin embargo, el autoempleo da posibilidades a cierta seguridad alimentaria en una situación de desigualdad estructural. De esta forma, ejercer el oficio de tortillera permite una mínima autonomía económica y a partir de esta les da la posibilidad a las mujeres tortilleras de revertir las relaciones asimétricas de control conyugal en sus familias. Además, da oportunidad de visualizar el quehacer de tortillas como la forma más digna en que las mujeres precarizadas tienen acceso para alimentar a sus familias (Gutiérrez, 2020: 38).

Bajo esta misma línea Juárez-Acevedo (2020) analiza el trabajo reproductivo que las mujeres realizaron en las cocinas comunitarias para satisfacer el hambre y sostener la vida de las personas en Juchitán de Zaragoza Oaxaca, ante el desastre provocado por el terremoto del 7 de septiembre del 2017. La autora retoma categorías desde la antropología feminista para abordar el trabajo reproductivo como una forma de sostener y reproducir la vida en el contexto juchiteco y en una situación de desastre.

Señala que el cocinar implica más allá de los elementos materiales y económicos, una inversión afectiva para considerar la satisfacción y bienestar de las personas que dependían de la comida que se preparaba en las cocinas comunitarias. En este sentido, y por todo lo que cocinar implicaba en cuestiones de tiempo y energía, expone que es importante reconocerla como un trabajo legítimo que requiere dedicación, esfuerzo físico y energía emocional, que produce valor, genera cansancio y desgaste corporal, mental y afectivo (Juárez-Acevedo, 2020: 90).

Coincide con Christie (2002) al afirmar que las cocinas son espacios donde las emociones y los significados profundos están presentes.

En las cocinas se creaba un ritmo femenino caracterizado por las conversaciones y la escucha, es decir, por “el trabajo de contención emocional” que logra revitalizar las subjetividades y busca el bienestar emocional de las y los otros [...] Realizar este trabajo implica movilizar “el sitio de los cariños” (Valdez 2014:146) porque pone en juego elementos afectivos, intelectuales y corporales para poder escuchar, conversar y consolar. Así, al hablar de las preocupaciones, de los miedos y de los diversos

sentires en las cocinas se reflejaba nítidamente la dimensión relacional de la reproducción de la vida (Juárez-Acevedo, 2020: 101).

En este punto, me parece importante señalar la cocina como este espacio donde se dan fuertes inversiones emotivas. Pues no sólo es necesario que la cocinera tenga un buen humor para que las preparaciones fluyan a bien. Además, la cocina genera espacios íntimos y de confianza para la escucha, el vínculo y el sostén de las relaciones sociales. En este sentido, la participación de las mujeres a través de la cocina trasciende la mera necesidad alimentaria.

Gaspar (2020) hace hincapié en la participación de las mujeres a través de la cocina para la producción de agave y mezcal en Albarradas, Oaxaca. Esta investigación busca hacer visibles las implicaciones del trabajo de la cocina para la producción del mezcal. Reconoce de esta manera a las mujeres dentro de una labor que está dotada de creatividad, astucia, precariedad y estrategia. Y que, gracias a esta, el funcionamiento de la producción del mezcal es posible.

Dentro de esta misma línea, Cabrera y Quintana (2020) señalan que el comercio de los alimentos en el contexto del Istmo de Tehuantepec desafía la lógica sexuada del trabajo, pues “en la práctica istmeña la cocina es un espacio que ha potenciado a las mujeres para que traspasen los determinismos sexo-genéricos en cuanto a la división de trabajo y logren desempeñarse en los espacios públicos con fluidez, de manera tal que desde la cocina se producen ramificaciones comunitarias que contribuyen a dar forma a una economía encarnada de mujeres para mujeres” (p. 199).

Espino Torres (2020) realiza un análisis sobre la articulación entre las redes migratorias de mujeres zapotecas de SBA, y sus experiencias de inserción laboral en Ensenada, a partir de un nicho particular: el servicio doméstico. Desde ahí la autora muestra la existencia de dinámicas de agencia y dignificación laboral en un mercado de trabajo informal y altamente etnizado y feminizado en México.

Por otro lado, Curiel (2022) señala que, en el municipio de San Miguel Tlacotepec, Oaxaca, las cocinas configuran espacios de expresión comunitaria, desde un análisis de las prácticas y los espacios-cocinas, la autora observa “referentes empíricos que replantean ideas sobre el micro-poder entre e intra géneros y los mecanismos de adquisición de prestigio y

autoridad a través de prácticas poco valoradas por ser consideradas domésticas.” (p. 169). La autora plantea que las dinámicas presentes en estos espacios-cocinas en contextos comunitarios, así como la socialización de roles y tareas basadas en el género, es crucial dado que, permite identificar los cambios en cómo se adquiere prestigio, por lo tanto, en la expresión simbólica del género (Ortner y Whitehead, 1996 en Curiel 2022: 185).

Las perspectivas antes presentadas ofrecen un panorama amplio de estudios que han abordado la cocina y la relación con las mujeres desde los lentes del género y/o a través de los feminismos. De acuerdo con Curiel (2020), los estudios desde el feminismo a los espacios culinarios ofrecen un panorama actual de las múltiples dinámicas que se dan en la relación histórica de las mujeres con las cocinas, permitiendo innovar, reproducir dietas y biodiversidades locales, transformar conocimientos, saberes y experiencias en recursos para sobrevivir y “enfrentar los embates de importantes transformaciones socioeconómicas y culturales” (p. 3).

Desde estos estudios surge una rama que Curiel (2021) determina como “una antropología feminista de las cocinas”, que problematiza lo que ocurre al interior de estas, no sólo como espacios históricamente asignados, sino como territorios reapropiados y significados desde la diversidad de experiencias de las mujeres. A partir de esta óptica, y parafraseando a Curiel (2021) se problematiza el cocinar como un campo de generación de conocimientos, desde el que se despliega toda una malla de acciones sociales que permiten prestar atención a lo que ocurre dentro de las cocinas, politizándolas.

Por esta razón, me sitúo dentro de esta línea de estudios a la que Curiel (2021) denomina “Una antropología feminista de la relación entre mujeres y las cocinas”, que:

... se propondría conocer, analizar y visibilizar a las mujeres concretas que guardan recetas, dietas, menús, conocimientos agrícolas y culinarios y experiencias a través de conocer sus voces y problematizar las condiciones culturales, socio-económicas, políticas y ambientales que abonan en la producción de sus subjetividades tomando en consideración las labores de la vida cotidiana que las van construyendo como mujeres que son” (Curiel, 2021: 121).

En este sentido, mirar la cocina desde las perspectivas feministas, contribuye a profundizar en un universo de experiencias desde las mujeres que han encarnado los espacios “desventajosos” de la cocina con “creatividad, habilidades, saberes y conocimientos con los que fisuran, y cuando es posible, revierten el tipo de relaciones que establecen con sus familias, con sus comunidades y agentes institucionales” (Curiel, 2021:15). Es decir, le dan

un giro a la “historia” de la relación entre cocinas y mujeres. Desde estas miradas se comienzan a construir historias (s) diversas que desde las voces de las mujeres narran sus luchas silenciosas (y otras no tanto) a través de la invisible cotidianidad.

Después de situarme dentro de este campo de estudio, a continuación, retomo los argumentos centrales de este trabajo de investigación, para desde ahí trazar los ejes teóricos que se desarrollarán en los capítulos siguientes.

Por un lado, señalo que en el pueblo de SBA la cocina ha configurado una red comercial de alimentos que le ha dado reputación a todo el pueblo como un lugar al que se acude para comprar comida para llevar. Esta red comercial ha sido posible por el trabajo de las mujeres que procesan los alimentos y los venden, es decir, las mujeres han construido espacios propios para la elaboración y venta de sus alimentos. Dentro de este contexto, las mujeres del pueblo de SBA a través de sus cocinas y la comercialización de su comida han territorializado el pueblo como un lugar al que se acude a comprar comida para llevar.

Sin embargo, la cocina para venta no está exenta de las labores que se relacionan con la reproducción social, sino que se suman, generando una sobrecarga de trabajo para las mujeres que se encargan de llevar a cabo estas tareas. A su vez, las relaciones comerciales y sociales que se gestan desde la cocina permiten no sólo generar ingresos económicos, sino redes sociales entre mujeres, “una economía encarnada de mujeres para mujeres” (Cabrera y Quintana, 2020).

Para abordar estos planteamientos, en el capítulo tres trabajaré un primer eje teórico: división sexuada del trabajo, reproducción social, economía feminista, economía moral y don. Comenzaré con la discusión sobre el trabajo y la división sexual a partir del género, desde ahí profundizaré en el trabajo de reproducción social como categoría que me permitirá situar la cocina dentro de estas labores asociadas “naturalmente” a lo femenino. A su vez, es importante comprender las relaciones socioeconómicas que se gestan a partir del comercio de los alimentos. Para abordar estas relaciones y estrategias, recuperaré planteamientos de la economía feminista y de la economía moral.

Continuando con este eje teórico, las ayudadas en el pueblo de SBA es otra modalidad en la que se presentan las dinámicas de trabajo de la cocina. Estas son formas colectivas de

realizar las labores culinarias con motivo de celebraciones festivas, “Aquí se tejen y mantienen las redes de reciprocidad dentro de una comunidad” (Christie, 2002:42).

Es decir, las ayudadas son una manifestación explícita de cómo la cocina se posiciona al centro de la actividad y el vínculo social en el pueblo. Además, estos espacios son de suma importancia para significar grados de confianza, organización y distribución para el trabajo colectivo entre mujeres, de forma que, las cocinas no sólo se basan en su funcionalidad, sino en el repertorio de relaciones que en estos espacios se genera. Para abordar el análisis de las ayudadas como espacios en los que se tejen estrategias de apoyo mutuo, retomaré principios de la categoría de don y economía moral.

Las cocinas en SBA también generan espacios en los que se aprende y enseña a cocinar, se re crea, experimenta y transmite, donde circulan saberes y conocimientos que van más allá de cocinar. Los saberes culinarios se vinculan directamente con la *expertise* de la cocinera que realiza las preparaciones, y por lo tanto con su cuerpo, ya que este forma parte del centro del saber en la cocina, y es por esto por lo que a su vez tiene implicaciones serias para la salud de las mujeres que cocinan.

Para abordar estos argumentos, en el capítulo cuatro trabajaré el segundo eje teórico: pedagogía crítica, territorio cuerpo tierra desde el feminismo comunitario, cuerpo vivido desde la fenomenología y aspectos relacionados con la antropología de la comida y la alimentación. En este punto, es importante señalar que el cuerpo forma parte esencial del análisis de la cocina no sólo como el vínculo directo con la elaboración de los alimentos y el consumo de estos, sino considerando las historias que los cuerpos han vivido y que se expresan en los espacios íntimos de la cocina.

En este sentido, la transferencia de valores e ideologías que se transmiten, recrean y reflexionan desde la cocina tiene que ver con la escucha y narración de experiencias de vida que se comparten en estos espacios. Es por este último argumento que no podemos perder de vista la importancia del cuerpo para apropiarse del espacio de la cocina y territorializarlo como propio, dado que el uso que se le da va más allá de realizar platillos.



## 1.5 DESDE EL CUERPO QUE ESCRIBE, POSICIONAMIENTO PERSONAL Y POLÍTICO DE LA INVESTIGADORA

Escribo desde la honestidad y desde quién soy, situándome como una mujer mestiza con raíces zapotecas, de clase media baja, nacida en el pueblo “nuevo” de Santa María Jalapa del Marqués, Oaxaca, ubicado en la región del Istmo de Tehuantepec. El pueblo mantiene un antecedente de desplazamiento a causa de la construcción de una presa y anteriormente su nombre fue *Guiigu yudxi*, interpretado al español como lugar de tierra suave.

Escribo también desde mi *sentipensar*, sin pretensiones de objetividad, conclusas o absolutas, sino desde la realidad que habito y observo. Vengo de una familia de mujeres que se han dedicado a la elaboración de alimentos para el sostén familiar, mi abuela fue cocinera de las fiestas del barrio y panadera, debido a su trabajo fue de las primeras en construir un horno de piedra que pasó a ser el horno del pueblo. El patio de su casa (que fue donde yo viví) muy a menudo se convertía en la cocina de las fiestas del barrio y en el escenario de la ritualidad, que además de oler/saber a tanto, también expresaba, comunicaba y ordenaba la vida dentro del pueblo.

Crecí rodeada de mujeres que cocinan, hacen panadería y transmiten su hacer, sentir, pensar, incluso su forma de ver la vida a través de su labor en la cocina. De largas conversaciones con mi abuela mientras cocinaba, de recorridos al molino con cacao y maíz. Pero, sobre todo, de los espectáculos que mi abuela ofrecía cada que se metía a su cocina, de las múltiples torteadas de cacao en el metate y del chocolate que hacía con él. Del calor intenso que desprendía el horno de leña y de lo asombrada que me tenía fuera de él, mirándole, cómo quien encuentra ahí el espejo de su interior mismo. Como si en el estómago de aquel horno me sintiera por dentro, ardiendo de vida.

Fue por ellas, por tanto y todo lo que me transmitieron con sus alimentos y con sus enseñanzas en la cocina, que decidí dedicar mi vida profesional a la cocina misma. De formación soy licenciada en gastronomía. Sin embargo, elegir la profesión ha sido una decisión que ha determinado profundamente mis reflexiones en torno a la cocina como actividad cotidiana y de elección profesional, pues la naturalización de esta como actividad y mandato femenino, a la vez ha generado una desvalorización e invisibilización de este trabajo.

Es tal la desvalorización cultural de la cocina, que yo misma, como mujer cocinera, comencé a minusvalorar mi decisión de dedicarme a la cocina, internalizando esta violencia hacia mis propias habilidades, saberes, conocimientos e historia de vida que me llevó a elegirla profesionalmente. Como si se tratara de una actividad despojada de ingenio, inteligencia, creatividad, habilidad, estrategia y esfuerzo, sólo por el hecho de asumirse naturalmente como femenina.

Sin embargo, con el paso del tiempo y compartiendo con otras amigas sobre el tema, he ido reflexionando y reivindicándome tanto con mi historia de vida, como con mi identidad profesional y encarando la compleja carga ideológica que se gesta en relación con una mujer que cocina. Si bien, es verdad que valoro mi trabajo, saberes, habilidades y conocimientos, también es una realidad que las labores de la cocina están fuertemente invisibilizadas en la reproducción social, y que forma una de las actividades con mayor desigualdad en la carga de trabajo para las mujeres.

En este punto me gustaría aclarar que estoy consciente de la posición privilegiada que ocupo al ser una mujer mestiza de clase media baja que ha tenido la posibilidad de elegir cocinar como profesión. Ha sido también desde esta posición desde la que he tenido la posibilidad de irme repensando este hacer y de elegir ver la cocina otra vez como un espacio de reivindicación, de saberes que nos acuerpa y nos transmite como hijas, sobrinas, nietas y amigas. Ha sido desde este lugar desde donde he decidido expresar afecto a las mujeres que han alimentado este cuerpo con su hacer.

Es también la cocina desde donde yo encuentro formas de luchar por una sociedad más justa, no sólo como un espacio de reivindicación, sino de exigencia para una repartición simétrica del trabajo, por una valoración del tiempo, e inversión que implica este hacer. Además, es importante reconocer que el saber alimentarse<sup>8</sup> forma parte de uno de los conocimientos elementales para la vida y que, por lo tanto, no habría que ser una actividad

---

<sup>8</sup> Esta expresión podría ser problemática pues el “saber alimentarse” implica también situarse desde quién sabe y cómo aprende. En este sentido, me gustaría decir que la cocina/alimentación es una actividad que nos vincula directamente con la producción de alimentos, es decir, con la tierra. Con la condición de clase, y sistemas alimentarios desiguales. Asimismo, es la alimentación/cocina desde donde se puede apelar a sistemas alimentarios solidarios y sostenibles con la vida.

exclusivamente femenina, sino de todos los seres que requieran una alimentación para el sostén del cuerpo y de la vida.

Finalmente, considero que entablar estas reflexiones con las mujeres de SBA, escuchando y generando diálogos sobre lo que ellas tuvieron a bien platicarme, es una forma en la que me posiciono para no verlas como pasivas dentro de la investigación. De esta forma, abordar el estudio desde la relación: mujeres-cocina contribuye no sólo a reflexionar la transmisión de experiencias, enseñanzas de vida, saberes y conocimientos desde la cocina. Sino también permite apreciar el papel de las mujeres como protagonistas de estas intermediaciones, posicionándolas a ellas en un lugar de reflexión personal, sobre su quehacer diario.

## 1.6 COMIENDO, COCINANDO Y PLATICANDO JUNTAS: MARCO METODOLÓGICO

Una de las perspectivas metodológicas a las que me adhiero para el desarrollo del presente trabajo de investigación es el conocimiento parcial y situado. O bien, a lo que Donna Haraway (1995) denomina *objetividad feminista*. Esta perspectiva metodológica cuestiona la forma tradicional de concebir la objetividad académica, pues expone que más allá de generar un conocimiento que prometa trascendencia, una verdad absoluta que separe el cuerpo de la mente, o una teoría representativa del mundo, se apuesta por la generación de un conocimiento parcial, situado y encarnado mediante el que se pueda generar conexiones entre los conocimientos de comunidades diferentes y diferenciadas a través del poder. Es decir, la objetividad feminista significa en términos sencillos: conocimientos parciales y situados (Haraway, 1995).

La autora expone:

Yo busco una escritura feminista del cuerpo que, metafóricamente, acentúe de nuevo la visión, pues necesitamos reclamar ese sentido para encontrar nuestro camino a través de todos los trucos visualizadores y de los poderes de las ciencias y de las tecnologías modernas que han transformado los debates sobre la objetividad. Necesitamos aprender en nuestros cuerpos, provistas de color primate y visión estereoscópica, cómo ligar el objetivo a nuestros escáneres políticos y teóricos para nombrar dónde estamos y dónde no, en dimensiones de espacios mental y físico que difícilmente sabemos cómo nombrar (Haraway, 1995: 12).

La autora dice que la única manera de prometer cierta objetividad es a través de una visión parcial. En este sentido, la objetividad feminista propone una objetividad localizada, limitada, situada y encarnada del conocimiento que se genera. Retomo esta perspectiva metodológica para el desarrollo del trabajo de investigación que presento, procurando siempre tomar en cuenta desde donde emito estas palabras, del cuerpo que habito, desde el diálogo con otras mujeres que cocinan -cocinamos- mientras generamos reflexiones, nos contamos nuestras historias, experiencias, enseñanzas y saberes.

Por tal motivo, otra de las perspectivas metodológicas en las que me sitúo para el desarrollo del presente trabajo de investigación, son las metodologías de orientación dialógicas. De acuerdo con Alonso & Saso (2001), estas perspectivas pretenden deslindarse del paradigma investigador-objeto, para así entablar tramas conversacionales que permitan tomar a consideración las interacciones, reflexiones e interpretaciones de los sujetos activos

de la investigación. De esta manera, considera a las personas como actores capaces de elaborar sus propias interpretaciones reflexivas y creadores de cultura (p. 85).

Dentro de las perspectivas dialógicas para la investigación social está la resultante “etnografía doblemente reflexiva” (Dietz, 2011:4). Esta metodología tiene como principio cuestionar la asimetría metódica entre sujeto etnógrafo y objeto etnografiado y apostar por una doble reflexividad, para la cual es importante reconocer explícitamente las relaciones asimétricas y dialécticas que existen en diferentes niveles (p. 12).

Este reconocimiento no significa negar la existencia de las diferencias y desigualdades entre la antropóloga y el grupo estudiado, sino que, hace imprescindible el posicionamiento de la investigadora frente a los actores sociales de estudio. Dicho posicionamiento lo propone en dos procesos reflexivos distintos. “El actor social, por una parte, que constantemente reflexiona acerca de su quehacer cotidiano y la actividad meta-cotidiana del investigador social, por otra, interactúan en una doble hermenéutica” (Dietz, 2011:13).

En este sentido, la doble reflexividad propone un ir y venir, “no se reduce a un acto de *concienciación*, sino que constituye un intercambio entre las dos formas de conocimiento mencionadas: entre el conocimiento generado en el “orden primero” por los “expertos” de su propio mundo de vida, por un lado, y el conocimiento antropológico generado en el “orden segundo” por el “experto” académico, por otro lado.” (Dietz, 2011:14).

Presento brevemente estas perspectivas metodológicas con la finalidad de esbozar algunos planteamientos a los que me adhiero durante el tránsito del desarrollo de la presente investigación. Finalmente, me parece importante decir que aproximarme a la cocina de las mujeres con quienes participé en campo, fue un proceso de mucho aprendizaje que me interpeló de diversas formas. Aprender no sólo a cocinar, sino con ellas, de sus historias, la fuerza que transmiten con su hacer y sus formas de compartir conmigo lo que hubiera sobre sus mesas, fue una experiencia que significó afecto y contención. Por tal razón, el título de este apartado metodológico va en torno a “cocinar, comer y platicar juntas” como una de las maneras en las que trabajé durante el campo con las mujeres. En este sentido, los apartados que a continuación se desarrollan van en torno a la ruta metodológica que seguí durante el periodo de septiembre a diciembre del 2021.

### 1.6.1 Ruta metodológica para el trabajo de campo

Una de las preguntas que me hice para aproximarme a la generación de una metodología para el presente trabajo de investigación, fue ¿cómo generar un diálogo entre la investigadora y las cocineras del pueblo para comprender la importancia de la cocina como espacio de transmisión y recreación del sentido de *ser mujer* en SBA?

Desde esta postura, procuré mantener una relación dialógica, honesta, de respeto y presentándome como una estudiante de antropología social trabajando temas de cocina y mujeres. Pero, sobre todo, me presenté como una aprendiz de ellas y de la cocina. En este punto me parece importante mencionar que las relaciones gestadas en el trabajo de campo se dieron a partir de relaciones de amistad que mantenía. Amigas del pueblo de SBA y que conocí durante mis estudios de secundaria y preparatoria. Así pues, desde la confianza que ellas me brindaron tuve la oportunidad de vincularme con sus madres, abuelas y tías que se dedican a la cocina.

La ruta metodológica para el trabajo de campo realizado de septiembre a diciembre 2021 lo planté de la siguiente forma.

1) Cocinando juntas, o lo que llamaríamos en etnografía, observación participante. Durante los primeros acercamientos y hablando con las cocineras sobre la investigación en curso, les planté la posibilidad de ayudarles en la cocina. Esto con la finalidad de generar una metodología que considerara sus tiempos y actividades. Pues, si ellas podían continuar con sus actividades productivas a la par de las conversaciones conmigo, el trabajo se volvía una oportunidad para ambas partes.

Así pues, fue desde la colaboración en la cocina desde donde se generó un espacio propicio para la conversación, aprendizaje y reflexión de temas compartidos. Algunos temas eran incentivados por mí (pues yo ya traía conmigo ciertos tópicos que quería tratar), pero gratamente en ocasiones también surgieron desde ellas, pues en el transcurso salían temas que para ellas era de importancia hablar, o bien, enseñanzas que quisieron compartirme en

ese momento. De estos momentos en la cocina, se realizaron registros en notas del diario de campo, grabaciones de voz, fotografías<sup>9</sup> y videos.

De los temas que yo propuse para incentivar la conversación, son los siguientes:

- Relatos de vida relacionada con el aprendizaje de la cocina como actividad económica. De estas historias no sólo surgieron temas relacionados con quienes les enseñaron a cocinar, en qué contextos y si esta había sido plenamente una elección. En muchas ocasiones también tenía que ver con sus historias personales, aquellas que tenían ganas de compartir. Temas de violencia de género, carga asimétrica en la repartición de las obligaciones dentro de casa, entre otros.

- Saberes varios que se gestan en la cocina. Salían temas relacionados con la importancia del cuerpo para medir, probar, hacer las preparaciones culinarias. Asimismo, surgieron reflexiones en torno a otros saberes (no necesariamente culinarios) que se aprenden en la cocina. Por ejemplo, saberes medicinales que se guisan en estos espacios y que, a través de la transmisión oral, se comparten entre ellas. Sobre todo, para el cuidado de las infancias.

- Espacios de transmisión. Se orientó a reflexionar sobre los espacios de las cocinas como estos donde es posible compartir diversos aspectos de las vidas de las mujeres. Sean experiencias, enseñanzas de vida y saberes. Temas relacionados con quién les enseñó a cocinar, y cómo aprendieron.

Ahora bien, la ruta del trabajo de campo la presento de la siguiente forma:

a) Relatos de vida. Durante los primeros acercamientos, pregunté si era de su interés hablar sobre sus historias de vida y si compartir estas historias juntas era algo que les gustaría hacer. Me presenté, les hablé de dónde soy, a qué se dedicaba mi abuela y mi mamá. Sobre todo, les expliqué abiertamente la intención de reflexionar juntas en la cocina, la tesis que estaba trabajando, así como las razones personales por las que me gustaría aprender con ellas.

---

<sup>9</sup> Dentro de la narrativa de sus historias de vida, se presentó la oportunidad del proyecto fotográfico incorporado al taller de “Tejiendo redes, mujeres en movimiento istmo” que brindó la posibilidad de generar una narrativa fotográfica partiendo del quehacer de Na’ Rosalía, dedicada a la elaboración de totopo.

b) Diálogo reflexivo. A la par de las ayudadas en la cocina, las pláticas reflexivas sobre temas diversos fueron una de las formas de trabajar.

2) Etnografía dialogada. A la par de las colaboraciones en la cocina, la etnografía clásica de observación estuvo presente. Para realizar estos registros hice uso de la cámara, a través de fotografías, videos, anotaciones en mi diario de campo y grabaciones personales sobre lo que iba observando. Dentro de las observaciones realizadas, destaco los aspectos que se relacionan con el sistema/cultura alimentaria y la organización de las mujeres para diversas situaciones donde la cocina forma parte del quehacer, fueron los aspectos que tuve oportunidad de registrar a través de la observación.

Cabe mencionar que, dentro de la etnografía clásica de observación participante, también me fue posible generar diálogos de reflexión con las mujeres con las que trabajé. Pues, aunque por una parte la mera observación y los registros en el diario de campo estuvieron presentes, también tuve la posibilidad de contrastar estas observaciones y partiendo de ellas conversar reflexivamente con amigas del pueblo y con las señoras con quienes colaboré en ese momento. Con esto quiero decir que las observaciones y los registros también los compartí con las personas de quienes observé, siendo posible co-reflexionar sobre estos con ellas.

Las mujeres con quienes cociné tienen perfiles, edades y vidas sumamente diferentes. No es mi intención presentar un “mujeres” que cocinan homogéneo, sino la heterogeneidad que hay en las historias e implicaciones que cada una de ellas corporiza. En este sentido, a continuación, expongo una descripción de las mujeres con quienes cociné.

Na<sup>10</sup> Catalina es una mujer de 43 años, hablante de *diidxazáa*. Está casada y su marido se dedica a conducir moto carros mientras ella, realiza tamales para venta. Tiene dos hijos, el mayor de diez y siete años y la segunda de doce años, ambos dependen económicamente de ella.

---

<sup>10</sup>El término “Na” es una expresión en *diidxazáa*. La interpretación al español sería similar a la referencia de “señora”, así como en español, referirse a una mujer como “señora” tiene una connotación de respeto. Para el caso de “Na”, sucede lo mismo, la expresión transmite respeto, pero a su vez, un cariño cercano a quien se refiere, al utilizar este término, como me enseñaron a hacerlo en el pueblo, intento transmitir también una expresión que resalte el respeto, admiración y cariño.



Na' Rosalía es una mujer de cincuenta años, hablante de *diidxazáa* y español, Tiene seis hijos con su primer matrimonio, con quien aún se encuentra casada, aunque ya no viven juntos como pareja, todos los hijos de su primer matrimonio ya son mayores de edad y no dependen de ella. Su actual pareja se dedica al campo y ella a la elaboración y venta de totopo. Así como alimentos varios derivados de la actividad campesina. Con su pareja actual tiene un hijo de siete años, quien depende económicamente de ella.

Na' Heladia es una mujer de 84 años, hablante de *diidxazáa*, y español, padece diabetes desde hace once años, no tuvo hijos y legalmente no está casada, pero mantiene una relación en pareja con su compañero desde hace ocho años. Ella se dedica a la elaboración de dulce de curado y lo vende en el mercado de Tehuantepec.

Na' Rosalinda es una mujer de 56 años, hablante de *diidxazáa* y español, tiene dos hijos ya mayores de edad, cada uno responsable de sus gastos. Está casada, su esposo trabaja como taxista y ella se dedica a la venta de barbacoa de chivo en el mercado, así como al bordado de trajes típicos regionales.

Na' Carmen, es una mujer de 58 años, hablante de *diidxazáa* y español, tiene dos hijos adultos, cada uno con su familia y responsable de sus gastos. Está casada, su esposo es docente de primaria en Tehuantepec. Ella se dedica a la venta de bebidas calientes en el mercadito 40.

Na' Mirna, hablante de *diidxazáa* y español, tiene tres hijos, de 26 y 20 y 14 años. Los últimos dos hijos son sus dependientes económicos. Está casada, su esposo es dueño de una refaccionaria ubicada en Tehuantepec, ella es administradora y comerciante de una tienda de abarrotes en el pueblo. Su hija mayor le ayuda con la administración de este negocio y a la par lleva a cabo sus negocios personales. En la banqueta de su domicilio comercia pan, curado y totopo que compra a otras mujeres del pueblo. Hace comida para su familia y para su mamá. Cada día de la semana va a casa de su mamá a prepararle de comer debido a que su mamá, por la edad y condiciones de salud, le es difícil hacerse cargo de estas labores cotidianas.

Ellas fueron las cinco mujeres con quienes colaboré durante el trabajo de campo en diversos escenarios. Para la cocina cotidiana, para venta, o bien, en ocasiones hice parte de las ayudadas que se realizaban con distintos motivos de celebración.

La duración del trabajo de campo comprendió cuatro meses, (septiembre a diciembre 2021). La frecuencia con la que visité las cocinas fue de tres veces por semana, alternando entre las cocinas de Na' Rosalía, Catalina y Carmen. Es decir, una vez a la semana las veía a cada una de ellas, con quienes colaboraba en sus procesos de elaboración de comida para venta.

Por otro lado, a Na' Mirna, y Heladia las visité durante los fines de semana en una frecuencia de cada quince días a cada una, con ellas no elaboraba comida, les ayudaba para los procesos de venta de pan y curado, metiendo y sacando los puestos de sus domicilios y en ocasiones, acompañando a Na' Heladia al mercado de Tehuantepec. Fue durante estos procesos, en los que me era posible entablar conversaciones y entrevistas con ellas.

Estas visitas periódicas y conversaciones derivaron en registros del trabajo de campo (grabaciones por notas de voz, fotografías de los platillos, de los procesos y en algunos casos, videos). El aproximado de las horas de “entrevistas formales” fue alrededor de 15 a 20 horas grabadas. Se transcribieron un 30% de estas grabaciones, que dieron un total de cincuenta páginas escritas, de las cuales, por mis posibilidades de tiempo, se seleccionaron veinticinco páginas para sistematizar y categorizar.

A partir de estas páginas pude trazar los relatos de vida culinarios por cada una de ellas, y desde ahí, con lectura, colores y recortes fui categorizando estas narrativas. De estas categorías, construí cuatro bloques temáticos, que después delimité en tres, y posteriormente en dos: el capítulo tres y cuatro. Para el capítulo dos retomé aspectos relacionados con el contexto sociocultural e histórico del pueblo de San Blas Atempa, desde mis notas de observación en diario de campo, fotografías, recorridos diarios, referencias históricas y también, algunas conversaciones realizadas con la población local.

#### 1.6.2 Acercamientos y reflexiones personales en torno al trabajo de campo

Para finalizar la metodología, en este apartado abordo aquellos acercamientos y reflexiones personales que se presentaron durante el trabajo de investigación.

1) Acercamiento al *diidxazáa* de San Blas Atempa. Soy monolingüe de español y aunque mis bisabuelas maternas fueron hablantes de *diidxazáa*, la interrupción en la transmisión de la lengua no me permitió aprender esta forma de nombrar el mundo. Conozco vagamente algunas expresiones en *diidxazáa* porque estudié la secundaria y preparatoria en Tehuantepec y visitaba constantemente San Blas Atempa con mis amigas.

Cuando me acerqué al pueblo de SBA, para el trabajo de investigación, me topé fuertemente con la dificultad de no ser hablante. Pues no conocer la lengua, implicaba en diversas situaciones, una dificultad para comprender lo que se conversaba cuando se cocinaba. Y no sólo durante las situaciones de cocina, sino también en momentos diversos, donde el *diidxazáa* era la lengua principal. En este punto cabe señalar que una manera de presentarme con las mujeres con quienes cociné fue como aprendiz de la lengua. Pues, esta también fue una de mis inquietudes de aprendizaje y en este sentido, una de las maneras en las que pude mediar la dificultad para entender los mensajes fue a través del aprendizaje<sup>11</sup> parcial de determinadas expresiones en la cocina.

Aunque tres meses no son suficientes para adquirir un léxico situacional tan bien entendido, sí fue una forma en la que pude aprender determinadas palabras y expresiones dentro de este contexto. Además, otra forma de ayudarme a manejar la situación del no hablar la lengua del pueblo fue a partir de la enorme ayuda que Gladis<sup>12</sup> me brindó. Pues en gran parte de las situaciones en las que me encontré y que me fueron difíciles de comprender, ella estuvo ahí para interpretar lo que se decía del *diidxazáa* al español. Además, otra forma que favoreció mi entendimiento sobre diversas situaciones conversacionales fue que gran parte de la población es bilingüe. De esta manera, al darse cuenta de mi dificultad para comprender, las personas me hablaban en español.

Desde aquí me gustaría señalar, por un lado, que la aproximación al pueblo sin conocer la lengua me limitó en cuanto a la comprensión de distintas situaciones, y con ello decir que, aunque el contenido de esta tesis está basado en lo que yo pude percibir, observar,

---

<sup>11</sup> Me gustaría señalar que el aprendizaje de la lengua lo comencé en secundaria con una profesora de español que después de su clase nos daba lecciones en *diidxazáa* a quienes estuviéramos interesados. Desde entonces aprender formaba parte de mis intereses. Para acercarme al trabajo de campo, esa inquietud revivió, y actualmente, aunque no llevo una instrucción muy formal de la lengua, me encuentro en grupos de enseñanza, con la finalidad de continuar aprendiendo.

<sup>12</sup> Anteriormente presentada.

entender y analizar de acuerdo con las conversaciones que mantuve, es un contenido que se ve limitado en el sentido de la comprensión de la lengua del pueblo. Este punto me parece importante señalarlo porque entiendo que hay diferencias en torno a la forma de interpretar y nombrar, y es probable que no tener conocimientos sobre *diidxazáa* haya influido en estas interpretaciones. Por otro lado, señalo que presentarme como aprendiz de la lengua fue una gran oportunidad para que las mujeres me enseñaran a mí, aquellos términos que ellas decidieron mostrarme. De esta forma permitió que me explicaran desde su lengua e interpretaciones, aspectos que consideraron importantes.

2) Acercamiento a las cocinas de SBA. Para acercarme a cocinar con las mujeres en el pueblo, primero les hablé un poco acerca de quién era yo, les conté sobre mi familia, mi abuela que se dedicó a la panadería y comenzó con el negocio de panificación que ahora mi madre continúa. Que me había dedicado después a la cocina y desde ahí me había interesado significativamente en conocer lo que en estos espacios se gesta. En este sentido, participé en las cocinas como ayudante-aprendiz pero también como una mujer más a quienes de alguna manera ellas vieron a bien contarles sus historias y sacar a luz algunas reflexiones.

Mi acercamiento para cocinar en las diversas situaciones de las cocinas de SBA ha venido de una formación multifacética, pues mi incursión inicial estuvo mediada por la observación de las cocinas de mi madre, abuela y tías. Sin embargo, cuando decidí elegir la cocina como profesión, la escuela tenía dinámicas sumamente distintas a las que yo había aprendido a cocinar. Las técnicas culinarias tenían otras orientaciones y maneras de pensarse, en un sentido más estético, para un mercado determinado y, sin tener en cuenta ingredientes dados durante temporadas específicas. Sino más bien bajo fines mercantiles y de formación a eso que llamamos “cocina profesional”. Por otra parte, los aprendizajes con las mujeres en el pueblo los percibí distintos, pues las situaciones se entrelazaban al contexto y a las intenciones del hacer de comer.

En este sentido, mi acercamiento metodológico a la cocina de SBA fue como una mujer que cocina y que tiene algunas nociones sobre cómo actuar durante este hacer. Con el respaldo de ser amiga de una mujer de confianza para ellas, de un pueblo cercano que reconocían con facilidad y, platicarles de mi madre y de mi abuela panaderas, era de alguna manera una forma de identificar mis intenciones en este querer meterme hasta sus cocinas.

3) Reflexión en torno a la inseguridad debido al género. Aunque una de mis posibilidades para incorporarme al trabajo de campo fue desde el acompañamiento de vínculos cercanos y de confianza (amigas), un aspecto que me parece importante destacar del momento de llegada al lugar, es la prevención con la que se me trató desde el inicio hasta el final de mi estancia. En un principio pensé que se trataba por ser ajena al pueblo, es decir, por no conocer con profundidad las calles y dinámicas dentro del pueblo.

Sin embargo, con el paso del tiempo comencé a darme cuenta de que era una situación que estaba cargada de una connotación de género. Pues era constante el cuidado y la advertencia con la frase “es que estás solita”. Un ejemplo claro de estos cuidados eran las indicaciones y las maneras de acompañarme, sobre todo en momentos donde “podía pasarme algo”, por ejemplo, en el trayecto a casa de Na’ Rosalinda, al salir del pueblo e ir a Tehuantepec para el taller de fotografía.

Dentro de estos cuidados me parece importante destacar otros dos aspectos que se dieron partiendo de las reflexiones en torno al ser mujer. Por una parte, el acompañamiento solía darse siempre en relación con actividades que podía realizar de manera “sola” llámese caminar por las avenidas principales, ir a casa de alguna persona, salir a Tehuantepec, llegar a casa de noche, ir al mercado, o cualquier otra actividad.

Como parte de este acompañamiento, no quiero dejar de lado que la comida estuvo presente, pues los momentos del desayuno, la comida y la cena eran en los cuales se generaba un ambiente para dar recomendaciones de prevención e incluso hablar sobre las violencias a las que nos hemos enfrentado como mujeres en diversas etapas de nuestras vidas y reflexionar sobre ello. Fue en estos espacios en los que me pareció importante preguntar por las recomendaciones de cuidado que en determinado momento me hacían con tanta insistencia.

Mi pregunta iba en torno al miedo. Pues llegó una temporada dentro del trabajo en campo en el que me pregunté ¿realmente la situación de violencia de género es tan complicada en el pueblo para tener toda esta precaución?, por esta razón decidí comentarlo con Gladis, una de las personas más importantes para este diálogo y reflexión. Dentro de la conversación que se originó a partir de esta inquietud, surgió que la prevención que me hacían era precisamente por dos aspectos:

Por ser foránea, porque había una clara diferenciación entre las personas que sí pertenecen al pueblo y, en efecto, por ser mujer<sup>13</sup>. Pues Gladis compartió conmigo su experiencia como mujer en el pueblo, y a pesar de ser de ahí, ella ha vivenciado en diversas situaciones aspectos como acoso callejero, violencia en sus relaciones de pareja e incluso en su trabajo y dentro de su familia. En este sentido me platicó que era muy importante que tuviera cuidado, en sus palabras “no es que algo muy malo te pueda pasar, pero de que te pueden dar un susto, te lo pueden dar manita, y no quiero que tengas que vivir algo así” (Gladis, noviembre 2021).

Durante los momentos en campo viví algunas situaciones que considero fueron a raíz de ser mujer y de enfrentarme a estas violencias tan naturalizadas en la región. Partiendo de esto, decidí expandir el círculo reflexivo y hablé con otras mujeres temas relacionados a estas vivencias cotidianas y entre tanto platicarlo, reflexionarlo, vivirlo y por supuesto encarnar el miedo. Una de las reflexiones que me surge poner en estas líneas pensando en compartir y hacer explícita esta realidad para invitar a una reflexión rebelde. Es a ser indiscreta con el miedo que se vive y quizá también con la intención de pensar esta reflexión como una manera de acompañarnos en este sentir.

Desde pequeña me han enseñado a tener miedo con mucha naturalidad, esta realidad me ha puesto a mí en una contradicción que por una parte me insiste para ser prevenida, cuidarme de maneras muy precisas, y al mismo tiempo me ha incitado a limitarme significativamente. No se trata sólo de dejar de hacer las cosas por el riesgo, sino, hacerlas con miedo, y lo que esto conlleva en la vivencia. Ya que, desde mi perspectiva, esto deviene en una situación que marca de formas muy directas la experiencia. ¿Y qué otra cosa hacemos sino vivir experiencias? ¿Vivimos entonces experiencias marcadas por el miedo?

Esta reflexión la traigo a la mesa, dado que durante el campo me di cuenta de que salir a caminar de noche en SBA con ese miedo causó en mí una intranquilidad tal, que no

---

<sup>13</sup> En este punto, me parece importante señalar que “La región del Istmo de Tehuantepec es considerada una de las más letales para las mujeres en Oaxaca, pues figura como la región con el más alto número de feminicidios y la segunda con más mujeres desaparecidas. El mayor número de asesinatos se ha concentrado en siete municipios de la región: Juchitán de Zaragoza con 22 casos, Salina Cruz con 13, Asunción Ixtaltepec 7, Unión Hidalgo 7, Santo Domingo Tehuantepec con 6 y Chahuites y San Juan Guichicovi con 5 casos respectivamente. Tres de estos municipios tienen declaratoria de Alerta de Género, sin embargo, Salina Cruz y Santo Domingo Tehuantepec suman un registro del 50% de los 14 feminicidios cometidos en el último año en la región.” (Consortio Oaxaca, 02.03.22). De acuerdo con la agrupación feminista Ges Mujer, en lo que va del 2022 suman 27 feminicidios en la región.

me permitía observar/admirar/disfrutar nada más de lo que estaba viviendo en ese momento. Es decir, aquella caminata implicaba pensar en los riesgos, en la ansiedad por llegar a un lugar donde sentirme segura. Sin embargo, en esta misma ocasión, al llegar a casa reflexioné y me permití revivir la caminata, pero esta vez con la confianza de que nada malo pasaría y dejando de lado el miedo que me acompañó en la ocasión anterior.

Para mi sorpresa tuve la posibilidad de apreciar muchos otros aspectos y me permitió, por ejemplo, darme cuenta de que de noche en SBA más allá de las cantinas y la posibilidad de encontrarme algún borracho que rondara por las avenidas, hay una cantidad impresionante de puestos de cena que permiten transitar por espacios con cocinas visibles, diversas y expandibles. También surge entonces la posibilidad de cuestionar “la inseguridad” de las calles y de pensar esos espacios como aquellos apropiados por la mirada de las mujeres que cocinan, que pueden observar el transitar nocturno de las calles, callejuelas y avenidas principales.

En conclusión, el miedo marca la vivencia, arrincona y nubla la vista. Es difícil como mujer no sentirlo en diversas ocasiones de la vida. En esta primera experiencia haciendo trabajo de campo, particularmente como “investigadora” para mí fue difícil no sentirlo después de tanta advertencia y cuidado por parte de compañeras, amigas y familiares. Sin embargo, también creo que es importante hacer del miedo una estrategia rebelde, pensárselo para reflexionar con otras mujeres sobre este sentir que muchas veces encarnamos en cotidianidad y en silencio.

## **2. SAN BLAS ATEMPA: EL ANTIGÜO BARRIO DE LAS COCINERAS**

Este capítulo tiene el objetivo de contextualizar la historia del pueblo de San Blas Atempa, desde ahí comprender su reputación como un lugar para el comercio de los alimentos, con particular atención al trabajo que las mujeres realizan. Además, situar el pueblo en relación con Tehuantepec, dado que son dos lugares con constante interacción comercial.

Para ello, lo estructuro en tres bloques. En el apartado 2.1 “¿Dónde está SBA?, la ruta desde Tehuantepec”, presento una narrativa personal sobre cómo llegué al pueblo de SBA desde Tehuantepec. Desde ahí retomo dos aspectos esenciales: la ubicación geográfica del pueblo y los datos estadísticos generales de la población.

En el bloque 2.2 “El Istmo de Tehuantepec, una región pluriétnica”, situo el pueblo dentro del contexto sociocultural del Istmo de Tehuantepec y desde ahí abordo el carácter pluriétnico regional. Retomo la historia de conflicto en la relación entre SBA y Tehuantepec, este lo desarrollo a partir de los discursos con sesgos de discriminación entre ambos pueblos. En dos segmentos, aquellos que tienen que ver con el progreso económico, social y cultural. Y, por otra parte, los que se orientan a sus prácticas culturales. Asimismo, expongo la historia de emancipación del pueblo frente a Tehuantepec y la relevancia de sus historias como un “antiguo barrio de cocineras”.

Para el bloque 2.3 “El comercio de los alimentos en SBA”, ahondo en el comercio de los alimentos y en la reputación que este mantiene, la importancia de la participación de las mujeres para esta reputación y el sostenimiento de las redes comerciales locales. Desde ahí, me adentro a la oferta de estos alimentos, sus tiempos y ritmos, así como las modalidades de venta que yacen desde sus avenidas.

### **2.1 ¿DÓNDE ESTÁ SAN BLAS ATEMPA?, LA RUTA DESDE TEHUANTEPEC**

Para situar el pueblo de SBA dentro del estado de Oaxaca, particularmente en la región del Istmo de Tehuantepec comenzaré con una narrativa personal sobre cómo llegué al pueblo desde la ciudad vecina de Tehuantepec, tomando uno de los transportes más populares: el motocarro.



Una forma de llegar al pueblo de San Blas Atempa es desde el municipio vecino de Tehuantepec. La base de los motocarros<sup>14</sup> colectivos que viajan a SBA está ubicada enfrente a la explanada principal del palacio municipal. Me atrevo a decir que este transporte<sup>15</sup> es fácil de identificar, pues se encuentran estacionados en hilera y de ellos, se desprende un sonido particular -léase estruendoso-. Sonido que se entremezcla con otro característico del centro de Tehuantepec, el de los zanates. La mayoría de los árboles del centro tienen en sus copas una amplia cantidad de zanates que cantan con una continuidad admirable.

En pocas palabras, para ir al pueblo de San Blas Atempa, desde Tehuantepec, se debe tomar uno de estos motocarros que en combinación con el sonido de los zanates articulan una manera particular de escuchar el trayecto hacia el pueblo. La distancia es de aproximadamente diez minutos (dos kilómetros). Pese a que es breve en kilometraje, el recorrido es más tardado de lo esperado ya que durante el trayecto el motocarro va parando para recibir e ir a dejar a sus pasajeros por lugares específicos dentro del pueblo<sup>16</sup>.

Para llegar a la base de los motocarros desde la parada de autobuses del centro de Tehuantepec, se debe transitar por la calle principal que te comunica con el parque central y el palacio municipal. En este trayecto se encuentra el mercado de Tehuantepec, el cual genera un movimiento comercial importante en la zona. Caminando por ahí, una puede ver de primera impresión, por la parte trasera del mercado, una calle que está llena de puestos de comida, principalmente desayunos, donde se venden **gorditas**, **garnachas**, tostadas, empanadas, atole, **champurrado**, café y aguas frescas<sup>17</sup>.

La mayoría de estos puestos están dirigidos por mujeres de SBA que durante las mañanas venden en el mercado de Tehuantepec y por las tardes-noches, desde la puerta de sus domicilios venden cena en SBA. Asimismo, al caminar por ahí también se puede apreciar

---

<sup>14</sup> El motocarro es un vehículo conformado por una motocicleta a la cual se le adhiere una estructura, de hierro que conforma una especie de carroza con base de madera. El cupo “máximo” de este vehículo podríamos pensar que son siete personas. Al fondo hay una banquita donde tres personas pueden ir sentadas, mientras otras tres van paradas.

<sup>15</sup> Me parece importante hablar del motocarro más que de los taxis, pues aunque es verdad que los taxis también realizan viajes colectivos a San Blas Atempa, estos lo hacen con mucha menos frecuencia. En este sentido, el transporte popular es el motocarro.

<sup>16</sup> Aquí cabe señalar que la distancia es mínima, ambas localidades están de forma continua. Tan es así que otra forma de llegar es desde el centro de Tehuantepec, por unas calles muy singulares que como pasadizos secretos te llevan al barrio de San Antonio Abad de San Blas Atempa.

<sup>17</sup> Cabe mencionar que la oferta de estos productos varía de acuerdo con las temporadas y los horarios.

un ambulante de mujeres vendedoras que ofrecen *guetabola*, *guetabingui*, *gaznates*, merengues, **totopo de coco**, de **camarón** y maíz nuevo<sup>18</sup>.

Más adelante, por la entrada principal del mercado también hay mujeres de SBA que ofrecen *curado de ciruela* y nanche, totopo, tamalito de elote y de frijolito, entre otros alimentos que ellas realizan. Del mercado a la parada de los motocarros hay más puestos de mujeres que venden elote desgranado o entero y fruta picada en bolsa de plástico. De esta manera, al transitar por el centro de Tehuantepec a la estación de los motocarros es posible observar la preeminencia de las mujeres de San Blas Atempa ofreciendo sus alimentos preparados para la venta. Además, permite ver la importancia de Tehuantepec como un centro importante para la comercialización de los alimentos, pues no sólo llegan a vender mujeres de SBA, sino de otros lugares. Un ejemplo de otra localidad es San Mateo del Mar.

Una forma de identificar las diferencias es a partir de dos características que resaltan: la lengua y su cocina, es decir, los alimentos que llevan para comercializar. En el caso de la lengua, para mí es fácil notar el *diidxazáa* o zapoteco del Istmo de las mujeres de SBA por el sonido y algunas palabras que reconozco, mientras que las mujeres que vienen de San Mateo del Mar hablan huave u *ombeayiiits* una lengua que tiene características y sonidos muy diferentes. Otra forma de identificar con claridad es en la oferta de sus alimentos, pues las mujeres de San Blas Atempa llevan productos como: *guetabola*, *guetabingui*, **totopo de diversos sabores**, tortilla, **curado**, **dulces confitados**, entre otras preparaciones. Por otro lado, las mujeres de San Mateo comercializan alimentos del mar, camarón seco, pescado ahumado en posta, **pescado lampreado**.

En este sentido, desde el trayecto por las calles es posible apreciar que el mercado de Tehuantepec reúne a mujeres de otras localidades para vender ahí sus productos, y permite observar la diversidad étnica que caracteriza a la región del Istmo. Esta es posible observarla desde la diversidad lingüística y culinaria que en el mercado se encuentran, pues cada mujer desde sus pueblos lleva a Tehuantepec su oferta gastronómica. Sin embargo, cabe señalar que en muchas ocasiones, las mujeres que venden deben conocer determinado vocabulario en español, pues la mayoría de las compradoras en Tehuantepec hablan esta lengua.

---

<sup>18</sup> Este término se refiere a un maíz de “nueva cosecha”, estos totopos se caracterizan por ser más crujientes y con un toque ligero a sal.

Posteriormente, cuando se llega a la hilera donde están estacionados los motocarros, la regla para tomar el servicio consiste en subirse al próximo en salida y esperar a que se suban de dos a tres personas más para comenzar el viaje. La ruta principal es rodeando el bordo que acompaña el río de Tehuantepec. Durante temporadas de lluvia el río está lleno de agua que viene de la presa de Jalapa del Marqués. Sin embargo, en temporada baja el bordo es utilizado como basurero municipal y el río se convierte en un breve arrollo que a veces pasa por ahí. El aroma en temporadas bajas suele asemejarse más al de la basura que al de tierra mojada. Pese a esto, es posible observar en algunas horas del día una vista acontecedora, desde el camino del bordo se aprecia de forma directa el sol ocultándose y de fondo, el emblemático puente de Tehuantepec. Asimismo, al anochecer es posible observar la luna y las estrellas sin interrupción alguna, y si se voltea hacia el lado contrario del puente de Tehuantepec se observa la refinería de Salina Cruz, que permite deducir a lo lejos una combustión roja incandescente que libera una humareda imponente.

Desde que se toma el motocarro hay una diferenciación por ser una persona externa al pueblo. Un aspecto evidente que denota esto es el cambio de código. Pues el conductor del motocarro pregunta a los pasajeros que vamos en la parte trasera del vehículo hacia donde nos dirigimos. Sin embargo, esta pregunta la hace en *diidxazáa* para quienes reconoce que son del pueblo, y las personas le responden con la misma lengua. Por otro lado, a mí me pregunta en español “¿a dónde va señorita?” entonces ahí, yo también respondo en español. Me parece importante señalar que la lengua es fundamental para identificar la pertenencia o no al pueblo.

Por otra parte, cabe resaltar que el pueblo de San Blas Atempa es movimiento, pues durante el transcurso en motocarro se puede observar que sus calles se encuentran activas, puestos de diversa índole que se ubican en las avenidas. Desde las cuatro de la mañana hasta altas horas de la noche sus calles están en movimiento, no sólo por el comercio, sino también por la socialización cotidiana. Desde las banquetas, las cocinas callejeras donde algunas señoras salen a cocinar, así como la diversidad de puestos que ofertan artículos y alimentos variados.

Después de haber presentado la narración del trayecto al pueblo de San Blas Atempa desde Tehuantepec, retomo la ubicación geográfica. La Villa de San Blas Atempa está ubicada en la región del Istmo de Tehuantepec del estado de Oaxaca. Este se encuentra

localizado en la parte sureste de la República Mexicana, colinda con Guerrero, Puebla, Veracruz y Chiapas, así como con el Océano Pacífico.

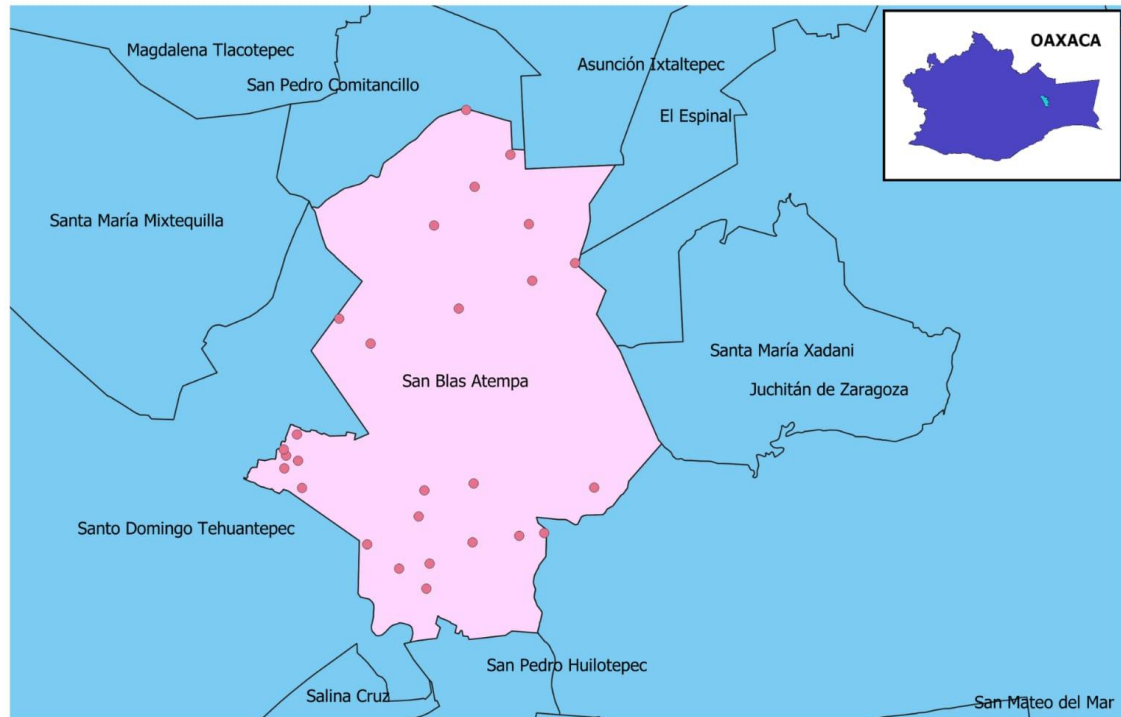
La región del Istmo de Tehuantepec está en la parte sur del estado. San Blas Atempa colinda “al norte con los municipios de San Pedro Comitancillo y Asunción Ixtaltepec; al este con los municipios de Asunción Ixtaltepec, El Espinal, Heroica Ciudad de Juchitán de Zaragoza, San Pedro Huilotepec y Santo Domingo Tehuantepec; al oeste con los municipios de Santo Domingo Tehuantepec y San Pedro Comitancillo” (INEGI, 2010:2).

Respecto al número de habitantes, los datos del panorama poblacional (INEGI, 2020) señala que la población total de San Blas Atempa es de 19, 696 habitantes. De los cuales el 50.4% son mujeres y 49.6% son varones. De la población de 3 años y más, el 83% habla *diidxazáa* o zapoteco del Istmo y el 9.21% de los hablantes de *diidxazáa* no hablan español. Del total de habitantes dentro del pueblo, la relación hombre-mujeres es de un 98.4%, es decir, por cada 100 hombres hay 99 mujeres.

San Blas Atempa es un pueblo grande que cuenta con seis agencias municipales: Santa Rosa, Puente Madera, Rancho Llano, Monte Grande, Tierra Blanca y Nizarindanni. Es importante decir que para el presente trabajo de investigación, los lugares que tuve oportunidad de visitar y concurrir fueron: el centro del pueblo en alternancia con salidas a Tehuantepec, así como visitas periódicas al rancho de Na’ Rosalinda, que se encuentra camino a la agencia de Nizarindani, a quince minutos en motocarro desde el centro de SBA.

A continuación, presento un mapa, con el propósito de situar el pueblo dentro de la distribución geográfica de la región del Istmo de Tehuantepec, así como del estado de Oaxaca. Dentro del mapa, el pueblo de SBA es el que está resaltado en rosa.

## SAN BLAS ATEMPA, OAXACA



Mapa 1. Ubicación de San Blas Atempa, Oaxaca. (Amairani Peña, 2023)

### 2.2 EL ISTMO DE TEHUANTEPEC, UNA REGIÓN PLURIÉTNICA

El Istmo de Tehuantepec es una zona geográfica, política y cultural ubicada al sureste del estado de Oaxaca. Este territorio se ha caracterizado por ser un punto estratégico para la comunicación y el transporte y por tratarse de una región pluriétnica. De acuerdo con Villagómez (2004) “es una zona de convergencia cultural diversa y múltiple” entre pueblos que mantienen un pasado común de dominación zapoteca. En esta, “las manifestaciones culturales de cada grupo se confunden, se entrelazan, se influyen mutuamente y en una lógica asociada a la perdurabilidad de dichos procesos, terminan por imponerse” (Villagómez, 2004:3).

La antropóloga Leticia Reina (2019) coincide con Villagómez (2004) al señalar el carácter pluriétnico de la región, pues a lo largo de la historia, diversos grupos étnicos diferenciados lingüística y culturalmente, han poblado este territorio. Señala que, estos grupos se han relacionado por medio del comercio y de los centros de dominio establecidos por los zapotecas.

Este grupo mayoritario se encargó de crear un marco cultural de interacción entre los grupos subordinados a él. Tejió un manto que recorrió y se sobrepuso a todos los demás, y este conjunto fue en el que se construyó las relaciones interétnicas en la región (Reina, 2019:25).

De acuerdo con la autora en la región habitan zoques, mixes, *ikoots* (huaves), chontales, y en la zona central los zapotecos, que se han dedicado mayormente a las actividades agropecuarias, artesanales y sobre todo comerciales. “Este grupo ha sido el más numeroso del Istmo y es el que articula la región debido al intenso comercio que desarrolló, así como por el control político y cultural que ejerció en el área” (Reina, 2019:26).

En este sentido, me parece importante retomar a Giménez (1994), que expone, “una región cultural es la expresión espacial, en un momento dado, de un proceso histórico” (p.165). Es decir, al definir lo que es una región, el autor señala que durante varias generaciones los pobladores de determinada área territorial han pasado por situaciones similares y enfrentado los embates de importantes transformaciones, con modelos de valores semejantes. De aquí surge la idea de que una región cultural mantiene estilos de vida peculiares y “a veces, de una voluntad de vivir colectiva que confiere su identidad a la colectividad considerada” (Giménez, 1994:165).

Sin embargo, el autor señala que esta característica no significa que una región mantenga homogeneidad, sino por el contrario, la articulación de diferencias “micro culturales” que se ven explícitas en los estilos de vida, formas simbólicas, “fiestas, hábitos alimentarios, difundidas por toda el área regional y consideradas como emblemas de la región” (Giménez, 1994:166). Por ejemplo, los pueblos que pertenecen a la región del Istmo de Tehuantepec mantienen estas diferencias “micro culturales” a partir de las tradiciones festivas, el comercio de los alimentos, el traje regional, sus comidas que mantienen semejanzas y a su vez diferenciaciones, esto por mencionar las principales características específicas de cada pueblo.

La diversidad étnica no es la única cualidad de este territorio, su ubicación estratégica para el transporte marítimo, así como las vías de comunicación terrestre y su diversidad en los llamados “recursos naturales”, ha hecho del Istmo una región llamativa para las empresas nacionales y transnacionales. Sittón, Dalton y Nahóm (2010) señalan que este interés no es nuevo, pues desde la época prehispánica la región había sido lugar de paso para mercancías y personas, generando así múltiples intercambios culturales. Por tal motivo, el Istmo de Tehuantepec es “sujeto de observación y análisis tanto del gobierno mexicano como de las potencias internacionales y, ahora, de las empresas transnacionales que no han cejado en sus intentos de apropiarse de los recursos de la zona” (p. 10).

### 2.2.1 San Blas Atempa y Tehuantepec en conflicto

Frente a estas características, el conflicto desde diversas aristas está presente. Una de estas son las luchas étnicas internas. Como exponen Villagómez (2004) y Reina (2019), en la región, la etnia mayoritaria y el grupo dominante es la zapoteca. También son quienes han tenido acceso privilegiado a vías de comunicación, redes comerciales e influencia política, mientras que otros grupos se encuentran excluidos “no sólo por su condición de indígenas, sino también como consecuencia de la dominación entre etnias que existen en la región” (Villagómez, 2004:3).

Sin embargo, las pugnas no sólo están presentes entre grupos étnicos, sino al interior de estos, por ejemplo, para el caso de la ciudad de Tehuantepec y la Villa de San Blas Atempa, ambos pueblos son zapotecas. Pese a esta semejanza étnica sus acontecimientos históricos demuestran diferencias notables entre ambas localidades. Estas diferencias han ido en torno a intereses comerciales, de organización comunitaria (usos y costumbres), diferencias lingüísticas a causa de la castellanización en el caso de Tehuantepec, así como su urbanización, a diferencia de San Blas Atempa, un pueblo que conserva una organización más comunitaria y que tiene un gran porcentaje de hablantes de *diidxazáa*, así como normas, reglas y valores distintos a la sociedad de Tehuantepec.

Estas y otras diferencias han generado a lo largo de la historia, que la relación entre San Blas Atempa y Tehuantepec sea conflictiva, pues originalmente fue un barrio perteneciente a Tehuantepec que con el paso de los años buscó, mediante una serie de decretos llevados a la gobernatura del estado de Oaxaca, realizar su separación legal. Tal es

este conflicto al interior de los pueblos que entre blaseños y tehuanos hay una serie de discursos que se articulan en torno a sus diferencias.

Estos discursos tienen sesgos de discriminación entre ambos pueblos. Sobre todo, los discursos que provienen desde los tehuanos. Con la intención de esquematizar los argumentos de los tehuanos que sustentan dichos discursos, los presento en los siguientes puntos: 1) El progreso económico, social y cultural. En diversas ocasiones, los blaseños mediante la organización colectiva se han opuesto a la incorporación de cadenas empresariales en el territorio. Dentro de este mismo discurso se han gestado dificultades para el intercambio comercial por parte de los tehuanos hacia los blaseños. 2) Debido a sus prácticas culturales: lengua, vestimenta y organización comunal (usos y costumbres).

Al retomar el fragmento etnográfico principal, se puede observar que el mercado de Tehuantepec sigue formando parte de un centro importante para el comercio, una razón es por su accesibilidad con la carretera principal que va a Salina Cruz y Juchitán, estando así estas tres ciudades comunicadas para el intercambio comercial. Esto ha generado que el mercado de Tehuantepec se convierta en un lugar de encuentro para las vendedoras que acuden a ofrecer sus alimentos preparados.

Durante estos encuentros en el mercado de Tehuantepec, una forma de observar estas diferencias étnicas es a partir de la lengua y la cocina. Para el caso de la cocina es notable que las mujeres que vienen del pueblo de SBA ofrecen una gran diversidad de alimentos preparados<sup>19</sup>, estos alimentos no se comercializan por parte de las tehuanas, pues ellas ofrecen otro tipo de productos y alimentos, más en una dinámica de reventa. Ejemplo de ello son el totopo de diversos sabores y los curados que compran con mujeres de SBA y comercializan en el mercado de Tehuantepec.

Por parte de la lengua, estas diferencias son muy claras en la forma de comunicarse. En este punto, me parece relevante retomar el concepto de una lengua mayoritaria y una minoritaria. De acuerdo con Bastardas (2016), se le llama lenguas minoritarias a aquellas que tienen un número reducido de hablantes. Sin embargo, en sociolingüística se hace la

---

<sup>19</sup> *Guetabola*, *guetabingui*, tamales, gorditas, empanadas, memelas, bebidas calientes (café, chocolate, champurrado, atole blanco, atole de avena), *gaznates*, totopo de diversos sabores, tortilla (para memela, garnacha), comixcalito, curado, aguas frescas, dulces de temporada confitados, pan (de queso, marquesote, dulce, de elote), elote en bolsita y desgranado, fruta picada en bolsita.



diferencia del término “lengua minorizada” cuando estas no sólo tienen un número menor de hablantes, sino que han sufrido marginación, persecución o incluso prohibición en algún momento de su historia (Bastardas, 2016:452).

Las lenguas minoritarias y minorizadas en el territorio de Tehuantepec son el *diidxazáa* y el *ombeayiüts* o huave, es decir, las lenguas de las mujeres que acuden al mercado a vender y difieren del español que predomina. Pues, aunque San Blas Atempa y Tehuantepec, ambos son pueblos zapotecas, de acuerdo con el panorama sociodemográfico de Oaxaca (INEGI, 2020), en Tehuantepec, sólo el 1.39 % de la población de tres años y más, habla *diidxazáa* y de este porcentaje de hablantes de lengua, todos hablan español.

En este sentido, la lengua es otro factor de discriminación en los centros educativos, de trabajo y comerciales que se encuentran en Tehuantepec, pues, aunque muchos son bilingües y tienen dominio del español, al haber tenido como primera lengua *diidxazáa*, los pobladores de San Blas Atempa mantienen una manera particular de entonar el español, podríamos llamarle un español “zapotequizado” que demarca la pertenencia al pueblo de SBA y, por lo tanto, es un motivo de discriminación.

Un ejemplo claro de esto son los jóvenes que salen de San Blas Atempa para estudiar en algún instituto educativo de Tehuantepec, donde la mayoría de los alumnos habla español fluido. El testimonio de Gladis López, quien estudió la secundaria y preparatoria en Tehuantepec, relata lo siguiente:

Cuando íbamos a la secundaria sentía como que veían feíto a los de San Blas. Porque, pues como hablamos zapoteco y hay algunas personas que están acostumbradas a hablar zapoteco, ya cuando hablan español les cuesta, y es ahí donde la gente nos discrimina. Por ejemplo, en clase de español, no sé si te acuerdas de que la maestra Margarita siempre me pasaba al frente y me hacía repetir palabras con las que yo me trababa, y me corregía enfrente de todos. Y por nuestra vestimenta también, así como nos vestimos en San Blas. Como que eso también en cierta edad me llegó a pegar, la verdad. No me gustaba decir que era de San Blas, pero la gente se daba cuenta, aunque yo no lo dijera. En Tehua, luego nos ven a los de San Blas como gente de bajos recursos, gente corriente, digámoslo así. Pero ahora como que ya los de San Blas ya no se hacen chiquitos, ya con orgullo se dice, “sí, yo soy de San Blas”, ya hasta con orgullo se habla el zapoteco (Gladis López, septiembre 2021).

Retomando el fragmento de Gladis, ella expone con claridad que la lengua es uno de los elementos más frecuentes de discriminación, pues el centro educativo en el que realizó sus estudios, al ser mayoría quienes hablan el español, se generaba hacia ella una fijación por parte de una docente, entorno a la “correcta” pronunciación de las palabras, sin tomar en cuenta que su primera lengua no era el español, y que “no pronunciar correctamente” las

palabras tenía más que ver con una cualidad de bilingüe, pues el español es su segunda lengua.

Continuando con la cita de Gladis, ella expone que la lengua es apenas uno de los factores de discriminación, pues la vestimenta y la pertenencia al pueblo de SBA genera una percepción de ellos como personas de “bajos recursos” o “gente corriente”. Aspectos que en determinada edad llegaron a generarle conflictos con decir o no abiertamente que ella era del pueblo de SBA. Sin embargo, para finalizar ella nos dice, que actualmente este discurso ha generado una respuesta por parte de los blaseños, y desde las redes sociales entre los pobladores también se construye un discurso de orgullo hacia la pertenencia al pueblo, “hasta con orgullo se habla el zapoteco”, expresa Gladis López.

Otro argumento que forma parte de estos discursos de discriminación por parte de los tehuanos va en torno a sus características de organización comunal. Pues el pueblo de SBA mantiene una reputación de ser “conflictivos”, que en palabras de Gladis López es más bien una cualidad de defensa, de que los blaseños no se dejan de nadie. Acontecimientos que han marcado esta reputación tienen que ver con el hecho de que los habitantes de SBA han decidido hacer justicia por cuenta propia, en términos propios: quemando, linchando, agarrando a los delincuentes. Como expresa Gladis López a continuación:

Acá es tranquilo, lo que pasa acá es que la gente no se deja y eso nos ha ayudado a que los rateros no se metan acá, lo piensan mejor antes de decidir meterse al pueblo. Porque ya saben que si la gente los agarra, los van a quemar, por lo que ha pasado antes pues. Pues sí los agarran, la gente sí se defiende, pero no se pelean por pelear pues, se pelean para defenderse, son rudos en todo sentido, tanto en el trabajo, tanto en su vida del diario. No se dejan porque no sé si así les enseñó sus papás de antes. En Tehua pues son más tranquilos, en zapoteco le dicen *Na'huati da 'yuva*, osea como diciendo “¡ay! esos tehuanos son tontos”, porque acá pues la gente busca cómo trabajar, como salir adelante pues, y luego allá en Tehua dicen que no. Dicen que las mujeres de acá trabajan más que las mujeres de Tehua, porque las de SBA aunque sea con el totopo, con el comixcalito, sus cosas del campo pero ahí están buscando el sustento del día, en cambio las tehuanas dicen que no que ya nada más se dedican a vestir bien, a pintarse el cabello, las uñas. Es lo que dicen (Gladis López, septiembre 2021).

Gladis expone que las personas ajenas al pueblo identifican un carácter de defensa de los blaseños. Pues anteriormente se presentaron ocasiones en las que los pobladores se defendieron. Por ejemplo, me contó que en una ocasión hubo un secuestro a un doctor del pueblo, que era muy buena gente, y le pedían a la familia una cantidad alta de dinero para regresarlo con vida.

Sin embargo, la familia no logró reunir el dinero y fue entonces que los secuestradores le mataron y entregaron el cuerpo a sus familiares. Cuando se dio con el paradero de las personas que habían realizado el secuestro, los pobladores de SBA fueron al ministerio de Tehuantepec donde los tenían aprehendidos y mediante la fuerza, sacaron a los secuestradores, se los llevaron al pueblo y los quemaron. Desde entonces se quedó el lema de que en SBA, la gente “quemaba gratis” así que había que andarse con cuidado.

Otro aspecto que me gustaría resaltar de la cita de Gladis es que los pobladores de SBA “son rudos, pero rudos en todo sentido, en el trabajo y en su vida diaria” también. Ella menciona que los blaseños reconocen a los tehuanos como *Na’huati da’yuva* y que desde ahí hay una respuesta en torno al discurso tehuano sobre ellos, y auto reconoce el trabajo como una cualidad positiva de los pobladores de SBA.

Como expone Giménez (1994), la homogeneidad no es una característica de la región, por lo tanto, el conflicto y la tensión forma parte de las relaciones entre los pueblos. En este sentido, sus prácticas culturales no son las únicas diferencias entre SBA y Tehuantepec. Otra forma de notar el discurso de discriminación a SBA desde Tehuantepec es a través de los intercambios comerciales y del argumento del progreso económico.

Como se ha ido mencionando a lo largo de este capítulo, Tehuantepec continúa siendo un centro de comercio y administración importante, pues para cualquier procedimiento legal que trasciende la municipalidad de la Villa de San Blas Atempa, se debe ir al palacio municipal de Tehuantepec<sup>20</sup>. Asimismo, para comercializar determinados productos, las mujeres de San Blas Atempa que venden alimentos preparados acuden a las orillas del mercado, sobre el paso de las antiguas vías del ferrocarril, o a las calles de Tehuantepec a comercializar.

Sin embargo, el discurso de algunos tehuanos frente al pueblo de SBA especialmente referido al intercambio comercial, permite observar cierta rivalidad y discriminación con quienes acuden al mercado desde San Blas Atempa a vender sus productos, como expone Gladis a continuación.

---

<sup>20</sup> Cabe resaltar que dentro de los procedimientos legales que se realizan en Tehuantepec, la gran mayoría habla español, lo cual es una brecha para las personas de SBA que sólo hablan *diidxazáa*.

Por ejemplo, en el mercado de Tehua son más gente de SBA que gente de Tehua. Hace unos años hubo un pleito que según los de Tehua dijeron que mejor no vayan las señoras a vender allá porque pues no se dejan, se defienden, sobre sus ventas, sobre sus productos que llevan. Y luego se quejaron también por los motocarros que son muy ruidosos, dicen. Osea que ya no vaya gente de SBA a vender allá con sus productos pues, pero sin darse cuenta de que sin el comercio de SBA allá, pues Tehua no tiene comercio también” (Gladis López, septiembre 2022).

La cita presentada expone el conflicto que se ha generado en torno al comercio en Tehuantepec. Sin embargo, me parece importante destacar la persistencia de las mujeres de SBA que acuden al mercado de Tehuantepec a vender sus productos, además señalar la reputación de estas mujeres de no dejarse y defenderse respecto a su trabajo y lo que llevan para vender. Otro aspecto que destaco de esta cita es la reputación del trabajo que se realiza en el pueblo de SBA, y de sus pobladores como personas trabajadoras.

Sin embargo, también hay en Tehuantepec, personas que consideran que los blaseños no les permiten “avanzar” en cuanto a un progreso económico, pues como se mencionó anteriormente, el Istmo ha sido una región con gran interés por parte de empresas nacionales y transnacionales. Sin embargo, los pobladores de SBA mantienen antecedentes de organización para detener esta inversión extranjera, pues en diversas ocasiones, cuando comenzaban las cadenas comerciales de supermercados, se oponían a la construcción de éstas.

Como se presenta continuación:

La gente de San Blas es trabajadora, sí, pero no nos dejan avanzar. Son trabajadores y hay gente a la que le va bien, que tienen mucho dinero, porque comercian, trabajan la tierra y le sacan a eso, tú vas viendo a las señoras con su oro en las fiestas, y eso es oro de verdad, pero no hacen nada con ese dinero, pareciera que lo entierran ahí mismo. No tienen visión son personas que le hacen pleito a cualquiera que quiere venir a invertir aquí, por eso es por lo que no hay nada. La verdad es que no nos dejan avanzar, Tehuantepec quiere moverse para adelante pero San Blas los jala pues, no nos dejan avanzar (Carlos Fuentes<sup>21</sup>, agosto 2021).

El fragmento antes presentado argumenta que las personas de SBA se dedican a trabajar arduamente. Como mencionó Gladis, la rudeza que les caracteriza a los blaseños trasciende a sus maneras de hacer, de trabajar y de realizar su día a día. Esta diferencia de intereses entre lo que Tehuantepec considera progreso y la forma en la que los pobladores de SBA se han organizado para detener la inversión de cadenas empresariales que tienen intereses en el Istmo, ha generado un discurso en contra del pueblo de SBA.

---

<sup>21</sup> Varón de 56 años, casado, con cuatro hijos, dos ya no dependen económicamente y otros dos continúan con sus estudios universitarios. Es propietario de una cafetería ubicada en Tehuantepec.

Gladis López cuenta:

Apenas hubo un conflicto acá en el pueblo porque llegó un Neto y las personas del pueblo no querían, fueron a hablar con el presidente municipal pero no hizo caso porque ya había hecho trato. El chiste es que se puso y abrió. Pero la gente de la colonia se organizó y empezaron a quejarse porque se iba la luz y decían que era por culpa del Neto, entonces no permitieron que abriera y ahora lo tienen cerrado, lleva un mes así. Dice el dueño que no le conviene tener la tienda aquí en SB por cómo somos acá, pero yo digo, por una parte, está bien porque si abren esa tienda les va a afectar a las personas que tienen sus tienditas y acá la gente le compra a las tienditas (Gladis López, septiembre 2021).

Una de las razones más relevantes para no permitir la incorporación de estas cadenas en la región, es para cuidar la economía local, pues las personas que se dedican a la comercialización de materias primas y abarrotes no se ven en la posibilidad de competir con los precios bajos que otras cadenas presentan.

En este sentido se pueden apreciar dos posturas diferentes frente a la economía local. Por un lado, el discurso de Tehuantepec se vincula al progreso económico a partir de la inversión de cadenas empresariales. Por otro lado, en SBA el apoyo que hay entre los pobladores se refleja en cuidar la economía local y la diversidad de negocios familiares.

Continuando con esta problemática, también hay diferencias que se han generado debido al comercio que se articula entre los pueblos, es decir, el conflicto radica en el permitir o no que las personas de SBA acudan a Tehuantepec a vender sus productos, incluidos en este rubro las mujeres que venden comida. Pues como mencionó Gladis, una de las características del mercado de Tehuantepec es la fuerte presencia de las mujeres de SBA que comercializan ahí sus productos. Expone que, ante estos señalamientos y prácticas discriminatorias, los blaseños se defienden, y no se dejan. Esta característica les ha puesto la categoría de “conflictivos” o “personas problemáticas”.

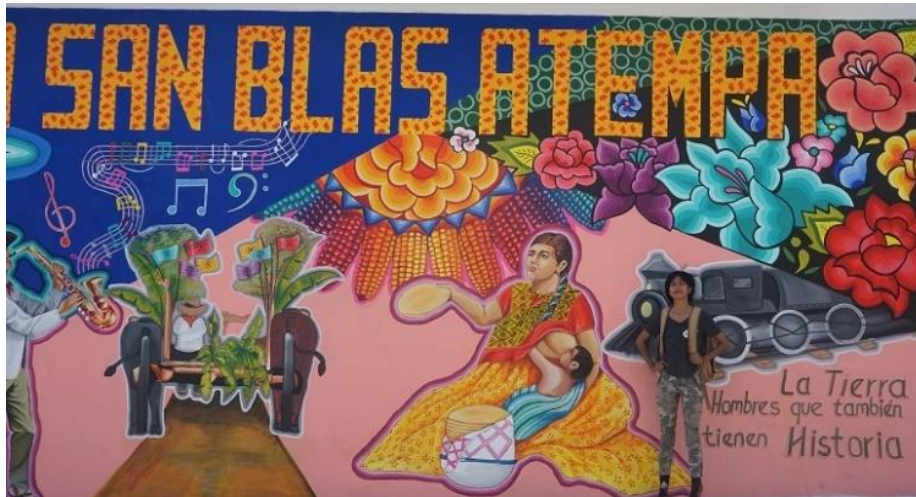
En este sentido, el comercio que se gesta entre ambos pueblos, aunque mantiene una relación de beneficio mutuo, no está lejos de presentarse bajo la complejidad de la diferencia de opiniones y bajo actitudes que demuestran prácticas racistas y discriminatorias hacia los pobladores de San Blas Atempa. Este punto es importante mantenerlo en cuenta ya que las principales comerciantes de SBA en Tehuantepec, son las mujeres que comercializan alimentos preparados.

Es relevante prestar atención a estos elementos de la relación entre ambos pueblos, aunque San Blas Atempa y Tehuantepec mantienen comunicación a partir del intercambio

comercial, así como relaciones de compadrazgo, amistad y familiares, también hay matices de conflicto y discriminación que enfrentan. Si bien, las razones antes expuestas no las agotan, son algunas que presento para visualizar la posición del pueblo de San Blas Atempa frente a Tehuantepec, así como las dificultades que se presentan para una mujer que vende comida en el mercado de Tehuantepec.

A continuación, abordo brevemente la historia del pueblo de San Blas Atempa, con especial atención a la separación de Tehuantepec y a la reputación como “barrio de cocineras”, que todavía permanece.

### 2.2.2 La historia de SBA: emancipación y cocina



Fotografía 1. Mural de Bienvenida al pueblo de San Blas Atempa. (Pág 3.mx, 2020)

La Villa de San Blas Atempa fue uno de los antiguos barrios de Santo Domingo Tehuantepec, comenzó a fundarse como pueblo bajo un levantamiento de armas en 1510 y obtuvo el título de municipio libre en 1869, más adelante, en 1990 obtuvo el título de Villa de San Blas Atempa. De acuerdo con Rojas (2008), este acontecimiento marcó un punto coyuntural para la construcción de una identidad colectiva caracterizada por un orgullo histórico de rebelión.

A manera ilustrativa, como si se estuviera caminando hacia el pueblo, traigo a mención el mural que se presenta en la entrada de la calle principal. Este mural tiene la leyenda “Bienvenidos a San Blas Atempa”, mientras que en el costado izquierdo dice “La tierra de los hombres que también tienen historia”.

Ésta última frase hace notar la importancia para los habitantes del pueblo, resaltar los acontecimientos históricos del propio San Blas Atempa, frente a la historia de Tehuantepec, o la historia oficial que no da lugar o reconocimiento a las historias propias de otras localidades. En este sentido, al entrar al pueblo y apreciar este mural con la frase de fondo, esta permite interpretar la importancia de la historia que yace, no sólo en los murales, sino en quienes la construyen y la narran.

Los elementos principales del mural son: 1) La imagen de una madre que, al mismo tiempo que amamanta, vende totopo, 2) un resplandor de elotes aparentemente nativos que simulan un sol, 3) de fondo mantiene un tapiz de flores de la región asemejando un traje de terciopelo negro y un bordado de flores diversas, 4) un tren, que atraviesa las vías de Tehuantepec, y 5) simulando el paseo de un convite de flores, una carreta con adorno de fiesta que está siendo manejada por un hombre y dos toros, mientras un saxofonista recita una melodía, podría atreverme a intuir que se trata de un son regional. Frente al mural está Ana Xhopa, muralista, estudiante de artes plásticas y activista de la comunidad LGBTQ+, originaria del pueblo de San Blas Atempa.

Con la finalidad de indagar un poco más en la expresión de este mural, Ana Xhopa platica que este mural fue un trabajo conjunto con otros dos muralistas del pueblo, quienes en ese momento formaban parte de un colectivo de jóvenes artistas llamado “blaseños”, este colectivo pintó a lo largo del pueblo una serie de murales además de éste. De los otros murales que el colectivo pintó, identifiqué tres: una joven tejedora, alas con tapiz de flores y cadenillas características del traje típico, así como un letrero grande que dice *Naa rinie’ diidxazáa*, traducido al español como “yo hablo zapoteco”.

Volviendo al mural de bienvenida, quien financió los gastos fue la señora propietaria de esta barda, que, aunque no radica en SBA, decidió costear los gastos de un mural de bienvenida. Ana explica que los elementos del mural, así como la frase, fueron elegidos por ella, sin embargo, quienes tomaron decisiones más precisas sobre los detalles, fueron los muralistas. Sobre todo, las imágenes de la mujer amamantando, el danzante y la carreta, fueron autoría de Ana Xhopa.

Ella nos cuenta que, aunque este mural fue uno de los que realizó en los inicios de su carrera, este le acercó al muralismo de protesta. Pues afirma que después de eso comenzó a hacer trabajos comisionados con asociaciones civiles y pueblos originarios.

Yo me he enfocado mucho en hacer murales y arte de protesta y con motor de transformación, [...] me gusta mucho sobre todo porque pues es el discurso que yo también manejo y lo traigo hacia mi trabajo. Creo que los que nos dedicamos a esto tenemos la responsabilidad de llevar un buen mensaje, porque el arte es un medio de expresión para injusticias sociales y creo que es una herramienta poderosa. También es mi responsabilidad darle un buen uso. Sobre todo, por la lucha de mi contexto, porque soy mujer, porque vivo y vengo de un pueblo y sé de sus problemáticas (Ana Xhopa, octubre 2022).

Con la cita anterior, Ana X. nos expone que el arte plasmado en las paredes de los pueblos, estos colores sobre las paredes, forman parte de un arte que protesta, pues ella concibe su trabajo como un motor de reflexión y transformación. Asimismo, cuenta que, aunque no tuvo la libertad de ser ella quien eligió la composición del mural, una de las imágenes a las que prestó más atención fue a la madre que amamanta a su bebé mientras vende totopo.

Esta imagen fue tomada de una fotografía que la señora titular del mural le dio a Ana X. para la elaboración. Esta fotografía retrataba la imagen de una mujer vendiendo totopo en las vías de Tehuantepec, las cuales están ubicadas justo detrás del mercado de Tehuantepec, donde actualmente continúan vendiendo las mujeres de SBA y de otras localidades. Dice que fue de importancia para ella porque su mamá es tortillera y totopera y para ella era necesario darle una buena representación a las mujeres que se dedican a este trabajo en el pueblo.

Mi mamá es totopera y tortillera, yo hice una publicación reciente que se llama *Guna gueta*, que significa “mujer tortilla”, en donde intento retratar la elaboración del totopo. Hice una serie de ilustraciones sobre escenas cotidianas y me inspiré sobre todo en mi mamá, de ahí fui tomando las ideas. A mí me gusta mucho darle el reconocimiento a este trabajo porque la elaboración del totopo se me hace algo muy hermoso y las mujeres de acá se dedican mucho a eso. Nada más lo ves en el mercado de Tehuantepec, las señoras que venden su totopo son de aquí, el totopo se elabora aquí (Ana Xhopa, octubre 2022).

De la cita anterior quiero destacar la importancia de reconocer el trabajo de las mujeres que se dedican a la elaboración de totopo en el pueblo de SBA. Pues, como expresa Ana X. es un oficio que se desarrolla con especificidad en el pueblo y por lo tanto, el pueblo es reconocido por el lugar a dónde se puede ir a comprar totopo. En este sentido, el hecho de que esta imagen esté presente en la entrada al pueblo, es de gran relevancia, pues expone con claridad una figura que representa a una parte de las mujeres que se dedican a este trabajo.



Por otra parte, la frase “La tierra de hombres que también tienen historia”, a mi parecer, destaca una diferencia con otras “tierras”, otros pueblos, y si se piensa en la relación de conflicto con Tehuantepec, quizá tiene que ver con esta separación que se han propuesto marcar como pueblo de aquella urbe que tiene pensamientos, historias y discursos distintos a los del pueblo de SBA. Aunque Ana X. expresa que no tiene conocimiento de dónde salió esta frase, nos dice que considera que tiene que ver con esta relación entre SBA y Tehuantepec. Pues ella reconoce una separación que, desde su perspectiva, se relaciona con las prácticas culturales que cada lugar mantiene.

Yo tengo un compa que es de Tehua, y estábamos platicando sobre esto, de que hay una gran diferencia entre Tehuantepec y SBA, y pues creo que es por muchas cosas que han pasado. En general, el Istmo es un lugar de bastante interés, pues porque está en una de las partes más estrechas. Una de las cosas que yo creo que más separa SBA de Tehuantepec es que acá todavía se practican muchas tradiciones que en Tehuantepec ya no. Por ejemplo, la lengua. Y bueno, pues todo tiene una historia, un por qué. Desde niña siempre les hemos llamado “los tehuanos traidores”. Hemos tenido como esta imagen de traidores y ellos hacia nosotros como “indígenas” con este estigma de discriminación. Pero a mí se me hace absurdo, creo que los dos somos víctimas de la historia, tanto Tehua tiene una razón por la que dejó de hablar su lengua, como nosotros para seguir hablando (Ana Xhopa, octubre 2022).

Del fragmento anterior me parece importante destacar que, hay un reconocimiento de las diferencias y separaciones entre ambas localidades. La lengua es un elemento que resalta entre quienes hablan y quienes no hablan. Además, el conocer las historias y los antecedentes del pueblo en relación con Tehuantepec. Es decir, saber que hay una serie de acontecimientos que sustentan un porqué de la relación entre ambas localidades. Por este motivo, es importante conocer las historias de esta separación, las fechas en que se expidieron los decretos, algunos motivos, y, por supuesto, las historias, muchas, diversas, y desde quienes las narran.

Retomando la presencia emblemática de las mujeres que se dedican a la cocina en el pueblo de SBA, en referencia a la mujer que mientras amamanta a su bebé también comercializa sus totopos. Desde este ángulo, me sitúo para hablar del pueblo de SBA, de su historia, y de su proceso de emancipación frente a Tehuantepec. Por este motivo, a continuación, presento el fragmento de una conversación con Na’ Rosalinda. Esta conversación surgió mientras compartíamos una taza de café con pan, después de un día en el que estuvimos trabajando hasta tarde la barbacoa de chivo que ella prepara para vender en el mercado. En ese momento ella comenzó a hablar sobre la historia del pueblo y la importancia que tenía por su cocina y por ser reconocido como un lugar donde las personas de fuera vienen a comer.

Sí sabes que San Blas Atempa fue uno de los barrios antiguos de Tehuantepec, ¿verdad?, bueno, pues antes antes de que San Blas fuera la villa que es ahora, perteneció a Tehuantepec, y antes, cuando en Tehuantepec todavía estaba dividido por los barrios viejos, en cada barrio se tenía un oficio. Por ejemplo, en el barrio de *Vixhana* el que está cerca del campo rojo, ahí, se hacían puros jarrones de barro, pura alfarería como la que se hace en Mixtequilla. Ahora, en el barrio de *Lieza*, ahí todos hacían velas de cera de las que venden en el mercado de Tehuantepec, sirios para las misas de Semana Santa. Así, en San Blas y Shihui había muchas cocineras, todo por acá, Laborío, San Blas, Shihui, eran barrios donde la gente venía a comprar mucha comida porque la mayoría hacía cena en las noches o comida en casa y la gente compraba para llevar. San Blas era el barrio de las cocineras, cuando había fiesta siempre se venía acá a buscar cocinera para hacer la comida en otros barrios (Na' Rosalinda, noviembre 2021).

Me parece que la narrativa de Na' Rosalinda es de gran relevancia para conocer cómo el pueblo de SBA comenzó a popularizarse por su oferta culinaria. Asimismo, destaco que nuevamente está presente y de forma explícita, la separación frente a Tehuantepec, así como las formas en las que se organiza el trabajo u oficios en el territorio y en consecuencia, el reconocimiento de SBA como un lugar donde “se sabe cocinar”. Esto último continúa hasta la actualidad, pues el pueblo no sólo es reconocido por su comida, sino como un lugar de gente muy trabajadora. Y cuando digo “gente”, hay una particular atención en el trabajo de las mujeres.

Es común ver a las mujeres vendiendo sobre sus avenidas, mediante el ambulante, o bien, con puestos establecidos y en sus mercados, los cuales son territorios de ellas, ya que todas las vendedoras son mujeres. Esta característica ha hecho que SBA se reconozca como un pueblo de mujeres trabajadoras y hay espacio para reconocerlo y expresarlo de diversas formas. Un ejemplo, como pudimos verlo anteriormente, son sus murales.

Ahora retomo brevemente una de las obras emblemáticas de la historia del pueblo, “Reseña histórica de San Blas Atempa y Vida y Obra de Arcadio G. Molina”, del maestro Antonio Rojas, originario del pueblo. De acuerdo con el autor, la información, los libros y documentos que se presentan en esta reseña histórica fueron tomados a partir de una serie de entrevistas a personas de mayor edad en la población, además de un amplio trabajo de archivo que el autor realizó.

Rojas (2008) señala que la separación de ambos barrios: San Blas y Shihui, del municipio de Tehuantepec, se da en el año de 1868 por decreto expedido del Gobernador del Estado de Oaxaca, en ese momento, Félix Díaz Morí. A continuación, presento un breve listado que resume los decretos con un señalamiento por fecha y dirección que dieron origen a la separación de ambos barrios como municipios libres de Tehuantepec.

- ✓ 2 de octubre 1868: Decreto número 4, enviado al Congreso del Estado el 29 de septiembre de este mismo año. En ese momento fungía como gobernador del estado de Oaxaca el teniente coronel Félix Díaz Morí.
- ✓ 5 de diciembre 1868: Decreto que señala parte integrante del pueblo de San Blas al barrio de Shihui.
- ✓ 1894: Decreto expedido por el gobernador del estado, en el que oficialmente Shihui se anexa al pueblo de San Blas.

Rojas (2008) señala que la razón por la que se originó la separación de San Blas Atempa y el barrio de Shihui del municipio de Tehuantepec, fue por diversos conflictos entre la población. Uno de estos acontecimientos que marca el origen de la disputa fue el incendio de 1866 que los blaseños originaron, sin embargo, se desconoce la razón por la que el incendio se generó.

### **2.3 EL COMERCIO DE LOS ALIMENTOS EN SAN BLAS ATEMPA**

Como se ha mencionado con anterioridad, la región del Istmo de Tehuantepec se ha reconocido por ser un punto estratégico para la comunicación y el transporte, por la fuerte participación política, identitaria y comercial de su población. Los pueblos de la región se comunican a partir del intercambio económico y una de las formas en las que este comercio se ve presente es en sus mercados y en la diversidad de los alimentos que ahí se venden.

Quienes hacen esto posible son las mujeres con su fuerte participación en la cocina de giro comercial, por tal motivo, los mercados del Istmo de Tehuantepec se han caracterizado por la presencia de mujeres que venden y compran. Es decir, se ha reconocido como un espacio para el movimiento de las mujeres. Esta característica de los mercados del Istmo ha sido fuente de atención para viajeros, antropólogos, artistas, investigadores sociales, que a lo largo del tiempo y de sus estudios han generado una serie de discursos en torno a “la mujer”<sup>22</sup> zapoteca del Istmo de Tehuantepec, así como un diálogo nutritivo respecto a las prácticas y representaciones sociales del Istmo.

---

<sup>22</sup> Pongo entre comillas “la mujer” cuestionando la característica monolítica en la que se construyen los discursos de representación. Dado que no hay un solo modelo de mujer zapoteca, istmeña del Istmo, sino mujeres con condiciones de clase y etnia diversas.

De acuerdo con Campbell y Green (1999), dentro de las cualidades que causaron impresión para los observadores fueron: 1) la facilidad de las mujeres para moverse libremente fuera del espacio concebido como “doméstico” o “privado”; 2) el traje regional como indicador de su belleza, algo luminoso y lleno de misterio En referencia a esto, las mujeres como las principales transmisoras culturales de la región; y 3) las mujeres zapotecas como poseedoras de una sexualidad natural y libre. Otro aspecto que se enfatizó entre estos discursos fue la idea de una sociedad de orden matriarcal.

Respecto a estos elementos que formaron parte de la construcción del discurso de representación folklorizada sobre “la mujer” zapoteca del Istmo de Tehuantepec, considero que las categorías de público-privado son más complejas, pues los espacios en el contexto sociocultural de la región no están abruptamente separados. Por lo tanto lo que sucede al interior de los espacios “privados” se relacionan dialógicamente con lo que puede suceder en los espacios “públicos”. En este sentido, la preeminencia de las mujeres en los espacios “públicos” no les adjudica automáticamente un poderío, presencia y control en la sociedad del Istmo.

La preeminencia de las mujeres en los mercados tiene que ver directamente con el comercio, en algunos casos este es a través de la elaboración y venta de alimentos. Por ejemplo, aquí la cocina trasciende la concepción del espacio “privado” para llevarse al espacio “público”. Sin embargo, dedicarse a este trabajo no refleja una liberación y/o total autonomía económica, sino una estrategia que en diversas ocasiones realizan por la falta de ingresos y responsabilidad por parte de los otros miembros del grupo doméstico.

Es decir, son ellas quienes mediante la preparación y comercialización de su cocina buscan formas para sostener económicamente a su familia, sumado al trabajo de reproducción que tiene que ver con la crianza, cuidado y alimentación de sus hijos. Dado que en ocasiones los varones que deberían ser corresponsables de estas labores al interior de los núcleos familiares no asumen sus responsabilidades con simetría.

Teniendo presente esta participación y cooperación para el funcionamiento del grupo familiar, muchas mujeres viven relaciones de violencia doméstica, tienen poco acceso a

participación en decisiones políticas<sup>23</sup> y comunitarias, en la región se mantienen normas, valores y tradiciones<sup>24</sup> que refuerzan el machismo de la sociedad Istmeña.

Existe una representación folklorizada en la región, pues aunque es verdad que las mujeres del Istmo mantienen una presencia prominente en una diversidad de ámbitos sociales, económicos y políticos, la representación contrasta con la diversidad de realidades que las mujeres del Istmo de Tehuantepec enfrentan. Aunque su participación, reconocimiento y respeto hacia las mujeres con jefatura familiar, está presente en la sociedad Istmeña, también hay una serie de opresiones sistémicas a las que se enfrentan. Entre estas opresiones encontramos el machismo, sus normas sociales y culturales, así como la desigualdad en la dedicación al trabajo que realizan.

Aún con esto, las mujeres dentro de sus posibilidades generan estrategias para el disfrute de sus vidas y para enfrentar estas asimetrías. Una manera de ver estas estrategias es a partir de su trabajo, mediante el comercio que gestan, construyendo así, no sólo una red económica, sino social. En la que entre mujeres pueden apoyarse mutuamente, platicar, cuidarse, transmitir enseñanzas a nuevas generaciones, escuchar, reflexionar sobre sus vidas y eventualmente fracturar estas relaciones asimétricas en las que se encuentran<sup>25</sup>.

San Blas Atempa forma parte de este sistema económico local que tiene gran sostén en la comercialización que las mujeres realizan a partir de los alimentos. Pues como se ha

---

<sup>23</sup> De acuerdo con Margarita Dalton “La participación de las mujeres en los municipios es nueva, lo que las subordina a una continuidad política de los partidos y los objetivos que estos se plantean. La incorporación de las mujeres al orden político existente es un proceso complejo, de construcción y conflicto continuo. Rompen con las tradiciones y prácticas patriarcales comunes.” (Sittón, Dalton y Nahón, 2010: 14)

<sup>24</sup> Por ejemplo, en SBA las mujeres se casan a muy corta edad, siendo apenas jóvenes de quince años. En muchas veces estas bodas se efectúan por embarazo o por “robo” de la novia. Un rito que implica que el varón se lleve a la mujer de su casa a vivir con él y que, por tanto, los papás deban aceptar la unión o casamiento de ambos. Además, otro rito que todavía se sigue practicando es el de la virginidad el cual se denomina *balana* que implica visualizar mediante una reunión familiar, el acto sexual de la pareja de novios, en espera de una mancha de sangre que representa la virginidad de la mujer. En caso de no resultar virgen las mujeres adultas agujeran ollas de barro que serán puestas en la entrada de la casa de los padres de la novia y el pago de la boda no correrá por cuenta del novio, sino de los padres de la novia.

<sup>25</sup> En este punto, Dalton (2010) apunta esto a un “amor propio” que han construido y así como a partir de este, sus relaciones sociales. Respecto al amor propio “la autoestima reflejados en el porte y donaire de las zapotecas del Istmo, se han construido realmente por su actividad y participación en la política, el comercio y en momentos decisivos de la historia del Istmo. En el imaginario colectivo se ve a la mujer comerciante del Istmo, viajera, simpática y comunicativa como una mujer liberada” (Dalton, 2010:111). Enfatiza que hay diversidad de formas en las que las mujeres se relacionan con el poder, una de estas es a través de las redes de información que construyen en el mercado, esta información que corre de voz en voz es de vital importancia para ejercer poder sobre quienes detentan este en aspectos de administración pública y sobre sus propias redes sociales.

ido presentando a lo largo de este capítulo, las mujeres de SBA no sólo comercializan sus alimentos dentro del pueblo, sino que buscan otros centros comerciales en los que haya un lugar para comercializar, tal es el caso, del mercado de Tehuantepec. Sin embargo, no están exentas de prácticas de discriminación o dificultades para comerciar en la zona.

### 2.3.1 Caminando por San Blas Atempa: la venta de los alimentos en el pueblo

Para este apartado, retomo con mayor detalle la venta de los alimentos al interior del pueblo de SBA, así como el reconocimiento que hay en torno a su cocina. Pues a pesar de los conflictos que puede haber entre localidades. Las poblaciones de Tehuantepec y Salina Cruz acuden a SBA como un centro importante para la compra de sus alimentos.

El movimiento comercial de las calles de San Blas Atempa se puede apreciar desde sus banquetas, la mayoría de las casas están construidas considerando espacio a una banqueta de concreto que sobresale de los costados de la puerta principal del domicilio. Una de sus funcionalidades es el comercio, sin embargo, también se caracterizan por ser espacios de encuentro, reunión y descanso.

Estas banquetas son utilizadas con mayor frecuencia alrededor de las cinco de la tarde, como un espacio para recibir la frescura. Es un lugar donde se posibilita la construcción de cocinas, ya sea para la comida del grupo doméstico o para comercializar. También se pone la mesa y se comparten alimentos en familia o con los vecinos.

Otra forma de apreciar este movimiento del pueblo es con las cocinas callejeras intermitentes, que se instalan como una extensión a la cocina del interior de las casas, con la finalidad de economizar, así como para hacer uso de un espacio más amplio que permita circular la humareda que el fogón despierta.

Estas suelen ser fogones de leña contruidos de forma eventual para una preparación culinaria prolongada. En diversas ocasiones, transitando a lugares cercanos, me topaba con señoras que en las afueras de sus domicilios tenían una vaporera con tamales, algunas estaban con una cacerola extendida asando chiles, esto fue muy característico de las temporadas cercanas a *xhandu 'ya* (todosanto en el mes de octubre y principios de noviembre).

Durante estas fechas muchas mujeres realizaban las preparaciones de los tamales que se reparten durante los rezos. Es decir, se perciben por las avenidas, los aromas del chile ancho asándose en las cacerolas de las cocinas callejeras. Este aroma se entremezclaba con los puestos de cempasúchil. Otros guisados que presencié en estas cocinas callejeras fueron: el **nixtamal de maíz**, **arroz con camarón seco**, ollas de atole de leche, cacerolas con **guisado de pollo**, *guiña'di xhuba* o **mole de maíz tostado**, entre otros, que eventualmente desprendían aromas y humaredas que se hicieron presentes durante el caminar por sus calles.

Las cenadurías son otra modalidad de venta a lo largo de las calles del pueblo. Estos son puestos de cena que permanecen durante las noches en las avenidas, el horario ronda entre las siete y una de la madrugada. Permiten una visibilidad explícita de los procesos de preparación de alimentos, la mayoría está compuesta por un fogón encendido con carbón, así como con una mesa de trabajo larga en la que se encuentran todos los alimentos utilizados en la preparación de la cena.

Asimismo, los puestos de desayunos y de comida corrida se encuentran a lo largo de las calles del pueblo. Durante el amanecer, se instalan puestos de desayunos (**gorditas**, tostadas, **tlayudas**, empanadas, **garnachas**, **molotes**, plátanos fritos). Lo mismo pasa durante horarios del medio día, la oferta de guisados y comida corrida se establecen en diversos puntos de venta, sobre todo aquellos donde se reúnen varias mujeres a ofertar, un ejemplo son las calles que se utilizan como mercados de alimentos.

El mercadito 40 es uno de los más populares y por el que la mayoría de las personas de otras localidades visitan el pueblo. De acuerdo con Na' Victoria, una mujer que tiene un puesto de tortas y mondongo, el mercado comenzó a ubicarse como punto de venta por la organización colectiva de las mujeres que vivían cerca de esas calles, principalmente la familia que vivía en la casa número 40. Más adelante el espacio se popularizó por la venta de comida y otras mujeres de los alrededores no dudaron en comenzar a ofertar alimentos a la puerta de sus domicilios, generando así un mercado destinado a la comercialización de diversos alimentos.

Éste se encuentra en la avenida principal y su oferta está organizada de acuerdo con los alimentos que ahí se venden. Hay puestos de frutas y verduras de temporada<sup>26</sup>. Pescados y mariscos frescos. Carnes de crianza. *Nizaganda*<sup>27</sup> de sabores. Bebidas calientes<sup>28</sup>. Panadería. Quesos frescos y oreados. Tortillas, **comixcalito** y **totopo**. Desayunos, y comida corrida<sup>29</sup>. Sin embargo, la oferta de alimentos mantiene tiempos y ritmos establecidos a los horarios de consumo y las temporadas.

Una forma de apreciar este ritmo en el comercio de los alimentos es a partir de los anuncios, un mecanismo para divulgar la oferta de los alimentos. El servicio consiste en hacer público un mensaje con diferentes razones mediante un megáfono instalado en el techo de un domicilio particular.

Este megáfono sobresale por un poste giratorio que se puede direccionar desde la parte baja de la casa, donde el anunciador (a) lee los mensajes. Cabe mencionar que, aunque gran parte de estos anuncios tiene la finalidad de difundir la oferta de alimentos y productos varios a comercializar, también tiene otros fines, como el de dar a conocer invitaciones a celebraciones de tipo social, religioso, y avisos comunitarios.

Los anuncios mantienen un ritmo que se orienta mayormente al consumo de los alimentos, estos tiempos son los siguientes: matutino, de 5 a 7 am. Al medio día, de 12 a 2 pm. Y por la tarde noche, de 5 a 7 pm. Así el megáfono despierta el día generando un movimiento comercial, pues en la mañana se ofrecen alimentos de “primera preparación”, es decir, aquellos que todavía formarán parte de otras preparaciones para conformar platillos elaborados para su consumo. La oferta de estos puede ser: chorizo, carnes (res, cerdo, chivo), *asiento*<sup>30</sup>, atole, tortillas, **comixcalito**, mole y frijol refrito.

---

<sup>26</sup> Que se produce y cultiva en el pueblo: papaya, pepino, plátano, coco, jitomate criollo, mandarina, naranja, guayaba, manzana criolla, entre otras.

<sup>27</sup> En español la traducción es “agua fresca” o “refresco”, los sabores más comunes son: pitona, naranja, horchata y iamaica, sin embargo, varían de acuerdo con las temporadas de frutas.

<sup>28</sup> Café, atole, chocolate, champurrado.

<sup>29</sup> Pueden ser frijoles refritos, arroz con camarón seco, patitas en escabeche, entre otras preparaciones.

<sup>30</sup> Es un ingrediente mantecoso que tiene la finalidad de untar sobre tortillas para posteriores preparaciones. Este es resultado de la cocción de carne de cerdo, debajo del cazo de las carnitas, se “asientan” restos de carne y manteca que forman un elemento untado con mucho sabor para preparaciones como: tlayudas, gorditas, huaraches, entre otros que tienen como base una tortilla de maíz.



Más adelante, ya entrada la mañana, comienzan anuncios de alimentos preparados, como desayunos, (**gorditas**<sup>31</sup>, empanadas, tostadas, **molotes de plátano y de maíz**<sup>32</sup>) así como otros alimentos que también se ofertan por la mañana en el mercadito 40, postres (gelatinas, **nicuatole**<sup>33</sup>, **nizaganda**, **guetabola**<sup>34</sup>, **guetabingui**<sup>35</sup>, pan, pasteles, elote entero, desgranado, fruta picada en bolsita, entre otros alimentos).

Para la hora de la comida, la oferta varía, se anuncian los guisados correspondientes a las temporadas y al ritmo semanal. Pues la cocina cotidiana suele tener ciertas elaboraciones, mientras que la comida de fin de semana mantiene guisados más elaborados, como aquellos que se ofrecen durante las festividades sociales y/o patronales.

Por ejemplo, en la cocina cotidiana algunos platillos comunes son: caldos, pueden ser de res, pollo, pescado o camarón, milanesas de res y de pollo, chiles y **cebollas capeadas** rellenas de carne de res, arroz con camarón, pata de cerdo en escabeche, chicharrón en salsa, **guisado de pollo**<sup>36</sup>, entre otros platillos. Para el caso de la cocina de fin de semana los guisados son más elaborados, algunos de estos pueden ser: **relleno**<sup>37</sup>, con puré de papa,

---

<sup>31</sup> Son tortillas de maíz pequeñas, en otras partes de la república podrían compararse con una memela, pellizcadas o chalupas. Estas se aderezan con un asiento hecho con manteca de cerdo. También se les agrega frijoles refritos, queso y/o cecina. Pueden ser asadas a las brasas o bien, sancochadas en aceite.

<sup>32</sup> Los molotes de maíz son porciones ovaladas de masa nixtamalizada y sazonada. Estas se fríen, y para servir se abren y rellenan de carne molida de res o de chorizo guisado con cebolla, chile y orégano. Se acompañan con lechuga romanita picada, crema y queso seco, encurtido de col y zanahoria (en vinagre de piña). Por otra parte, los molotes de plátano son hechos con masa de plátano macho cocido, pueden rellenarse para los niños de queso, o bien de chorizo guisado.

<sup>33</sup> El *nicuatole* es un postre hecho a base de maíz, canela, azúcar y leche, su método de preparación es parecido la natilla, se deja enfriar y cuaja con una textura similar a la de una gelatina, sin embargo dado que el elemento que cuaja -o no- es la fécula del maíz, este se siente diferente a una gelatina. Su sabor es dulce, consistente, similar al atole de leche con canela.

<sup>34</sup> *Gueta* interpretado al español, es tortilla, la continuación *bola* hace referencia a una bola de masa de maíz nixtamalizado que está condimentada con crema ácida y en algunos casos con queso crema. Estas bonitas de masa se hornean en el comixcal y el resultado es una *guetabola*, similar a un molote horneado. Tiene un sabor salado-ácido en un punto muy apetecible. La textura por fuera es crujiente, mientras que por dentro puede parecerse mucho a un tamal. Se venden en bolsitas de quince pesos por tres.

<sup>35</sup> Similar al *guetabola*, esta expresión se interpreta al español como “tortilla de camarón”, Estas se preparan con masa de maíz nixtamalizado que se sazona con un adobo de chiles, camarón seco y se hornean en comixcal.

<sup>36</sup> Es un guisado rojo de pollo que tienen una preparación similar a un caldo, pero con mayor tiempo de cocción y más sabores integrados, contiene sabores dulces de algunas frutas que se le incorporan (manzana y piña). También es conocido como “guisado tehuano”, “guisado istmelo” o “guisadito de pollo”.

<sup>37</sup> El relleno de cerdo es una preparación horneada. La carne de cerdo se condimenta con un adobo de guajillo y especias, a su vez se rellena de algunas viseras. Adicionalmente se realiza un puré de papa horneado y un mole coloradito. De esta forma, la manera de servir el platillo es: la carne horneada, bañada de mole coloradito, acompañada a un costado de puré de papa horneado.

enchiladas de mole negro, coloradito o *chileajo*<sup>38</sup>, *guiña di'xhuba*, mole de frijol, pollo y carne de res horneada, entre otras preparaciones.

De esta forma, el anuncio, ofrece entre los horarios de desayuno, comida y cena, los platillos que hay disponibles en la oferta de los alimentos. Otra característica importante de los anuncios es el arranque de un movimiento comercial, señalando así los lugares de venta de comida. Se anuncia lo que se ofrece cada día en los horarios del desayuno, comida y la cena, especificando en el mensaje: 1) quién vende, 2) lo que se vende y 3) punto de venta y/o contacto.

Los símbolos de venta son otra forma de apreciar el comercio desde las avenidas del pueblo. Un ejemplo son los bancos con una bandeja de plástico encima. Esta simbología remite a que dentro de casa se están haciendo tortillas, comixcalito y/o totopo caliente, y que, si es de su interés, se puede pasar al domicilio para preguntar y comprar dichos alimentos. Así como estos símbolos, también hay rótulos en las paredes y anuncios llamativos en cartulinas fosforescentes que ofrecen los alimentos que se comercializan en los domicilios.

Otro tipo de anuncios es a partir de las mujeres y sus gargantas, durante la venta ambulante de algunos platillos. Las mujeres comerciantes van ofreciendo lo que venden desde sus voces, gritando, e inclusive, podría decirse que entonando la oferta que comercializan, pues la manera de anunciar en ocasiones puede escucharse con mucho ritmo. En una ocasión, alrededor de las 5.30 am de un jueves de noviembre, escuché algo similar a un canto que decía “*Niziabaaa niziabaaa niziabaaa*”<sup>39</sup> por la calle donde en ese momento estaba viviendo. Me quedé con inquietud de comprender lo que quería decir y me asomé a la ventana. Era una señora que vendía masa de maíz lista para hacer pozol blanco y que también vendía atole blanco.

En algunos casos hay posibilidad de consumir los alimentos en las banquetas o mesas que instalan alrededor de los puestos de comida. En otras ocasiones, la compra y venta se efectúa para llevar. Esto depende el tipo de alimento que se comercializa, por ejemplo, cuando se ofrecen desayunos, estos sí se pueden consumir en el lugar. A diferencia de cuando

---

<sup>38</sup> El mole de chileajo es un mole a simple vista, negro. Se realiza con chile ancho, chile pasilla, otros condimentos del mole. Tomate verde y rojo, cebolla, semillas, para espesar torta de yachi y mucho sabor a ajo sancochado. Se suele acompañar con lomo y pierna de cerdo.

<sup>39</sup> La traducción al español es: atole blanco

se trata de tortilla o alimentos de primera preparación como chorizo, carne, chicharrón, entre otros.

Estas son algunas formas en las que se aprecia la importancia del comercio de los alimentos para el pueblo de San Blas Atempa, tema que se retomará con mayor profundidad en el próximo capítulo, sin embargo, el propósito de este es ilustrar de forma general el comercio de los alimentos al interior del pueblo. Para finalizar, señalo que el pueblo de San Blas Atempa, además de mantener antecedentes de separación frente a Tehuantepec, también tiene una historia que se caracteriza por el reconocimiento como un antiguo “barrio de cocineras”, título que sigue manteniéndose firme si se considera la fuerte presencia de mujeres que preparan y comercializan sus alimentos al interior del pueblo.

### **3. TRABAJO EN LAS COCINAS DE SAN BLAS ATEMPA, ESTRATEGIAS DE ECONOMÍA Y APOYO MUTUO**

El presente capítulo tiene el objetivo de describir el trabajo de las mujeres desde las cocinas en San Blas Atempa. Desde ahí, analizar las estrategias de economía y apoyo mutuo que se despliegan de este trabajo. Para su desarrollo lo divido en tres bloques.

En el apartado 3.1 “Discusión conceptual: división sexual del trabajo”, como el título indica, comienzo con esta discusión y desde ahí, abordo la división sexo-género del trabajo en San Blas Atempa. Describo con particular atención el trabajo de la cocina para venta y las especializaciones culinarias que las mujeres desempeñan en la red comercial de alimentos del pueblo.

Para el apartado 3.2 “El trabajo invisible de las mujeres: la reproducción social”, profundizo en el estudio de la cocina, pues este forma parte de los trabajos de reproducción. Desde la cocina se puede apreciar dos campos, el trabajo que se genera para el sostén económico, y aquel que se realiza como parte de los trabajos de reproducción.

En el último apartado 3.3 “Estrategias de economía y apoyo mutuo desde las cocinas”, observo el trabajo de la cocina reconociendo las estrategias que las mujeres ejercen hacia su propio bienestar y cuidado. Por un lado, aquellas que tienen que ver con la sostenibilidad económica que generan con la venta de comida. Y desde ahí, toda una red comercial que se despliega. Por otro lado, aquellas que tienen que ver con el apoyo mutuo entre quienes forman parte de esta red socioeconómica.

#### **3.1 DISCUSIÓN CONCEPTUAL: DIVISIÓN SEXUAL DEL TRABAJO**

Lagarde (2016) nos expone que el trabajo se construye en gran medida de acuerdo con el sexo-género de las personas que lo desempeñan. Por lo tanto, es importante aclarar a qué se refiere la autora cuando se habla de “sexo” y “género”. De acuerdo con Gayle Rubin (1986) el sistema sexo-género “es el conjunto de disposiciones por el que una sociedad transforma la sexualidad biológica en productos de la actividad humana, y en el cual se

satisfacen esas necesidades humanas transformadas” (97). La autora expresa que los elementos históricos, sociales y culturales son los que construyen determinadas formas de masculinidad y feminidad. Si bien, “el sexo es sexo”, lo que conforma a esta es determinado y contraído culturalmente, que se traduce en una forma “convencional” de pensar los géneros en la sociedad y la cultura (Rubin, 1986:103).

Lagarde explica el género en tres instancias básicas: “la asignación de género, la identidad de género y el papel o rol de género” (Lagarde, 2019: 273). En parte, la identidad de género se vincula con la pertenencia al grupo de lo masculino o femenino y los roles que se asumen en referencia a estas identidades, pues “la masculinidad y la feminidad son también creaciones histórico-culturales y por ello los estereotipos de comportamientos culturales están sexualizados” (Lagarde, 2019: 274). Es decir, las relaciones humanas están atravesadas por estas diferencias sexuales y de género, que colocan a las mujeres en una posición inferior frente a la de los hombres. Los ámbitos en los que se presentan estas diferencias son diversos y pueden ser: educativos, políticos, sociales y económicos.

Por otra parte, algunos autores señalan que “Sexo es el conjunto de características físicas, fenotípicas y genotípicas diferenciales, definidas básicamente por sus funciones corporales en la reproducción biológica: se le asocia algunas características biológicas no reproductivas.” (Stoller, 1968; Miller 1975; en Lagarde: 2016:61). Es importante situar estas categorías en los contextos y realidades concretas de cada grupo social, pues las concepciones de género son diferentes de acuerdo con cada cultura.

Desde este planteamiento surge la pregunta ¿cómo influyen las construcciones de sexo-género en el desempeño del trabajo? Es decir, un trabajo no es indiferente de las construcciones sociales de sexo-género, sino que estos se ven fuertemente cargados de acuerdo con valores masculinos y femeninos. Por esta razón dentro de la literatura feminista surge una categoría de análisis importante para el estudio del trabajo y su relación con las mujeres: la división sexual del trabajo.

El apartado siguiente tiene el objetivo de hablar de esta división sexo-género del trabajo desde la teoría feminista. Asimismo, situar de forma particular la diferenciación del trabajo de las mujeres frente al trabajo de los varones en el contexto del pueblo de SBA. Desde ahí, comenzaré a profundizar en la reproducción social, con especial atención al

trabajo “doméstico” de la cocina, desde el cual se generan emprendimientos para el sostén familiar.

### 3.1.2 División sexual del trabajo en San Blas Atempa

Para situar la discusión sexo-género en el trabajo, es importante comenzar con la discusión acerca del trabajo. Marcela Lagarde expone que este es de gran importancia para darle sentido y significado a la vida. Y reitera que su construcción está en gran medida diferenciado mediante el sexo-género. Por esta razón hay trabajos reconocidos como “femeninos” y trabajos “masculinos”.

El trabajo es un espacio creativo social y cultural es el conjunto de actividades, de capacidades y destrezas, de conocimientos y sabiduría, de relaciones sociales, de normas, de concepciones, de tradiciones y de creencias, que realizan los seres humanos para vivir, transformando la naturaleza, la sociedad y la cultura [...] la masculinidad y la feminidad se constituyen en torno al trabajo. El hecho de que hombres y mujeres en las más diversas sociedades se dediquen a diferentes actividades y realicen trabajos excluyentes ha sido conceptualizado -a excepción del feminismo-, como inherente a la diferenciación sexual. Se le ha relacionado con la posesión y con la carencia de cualidades físicas, intelectuales, emocionales, y con destrezas específicas para cada sexo (Lagarde, 2016: 113).

Así como menciona la autora en la cita anterior, esta diferenciación en la construcción del trabajo está fuertemente ligada a las cualidades físicas, intelectuales, emocionales que se fundamentan en características inherentes de lo femenino y/o lo masculino. Es decir, es una construcción social que se entrelaza con una idea biologicista de lo que una mujer o un hombre pueden hacer de acuerdo con sus habilidades “naturales”.

En el pueblo de SBA la transmisión del trabajo se da desde que se es pequeño, pues cuenta Na’ Catalina que, desde la infancia, se les enseña a los y las hijas cuáles son estos trabajos para desempeñar más adelante, y se les transmiten conocimientos propios de estos oficios a desempeñar.

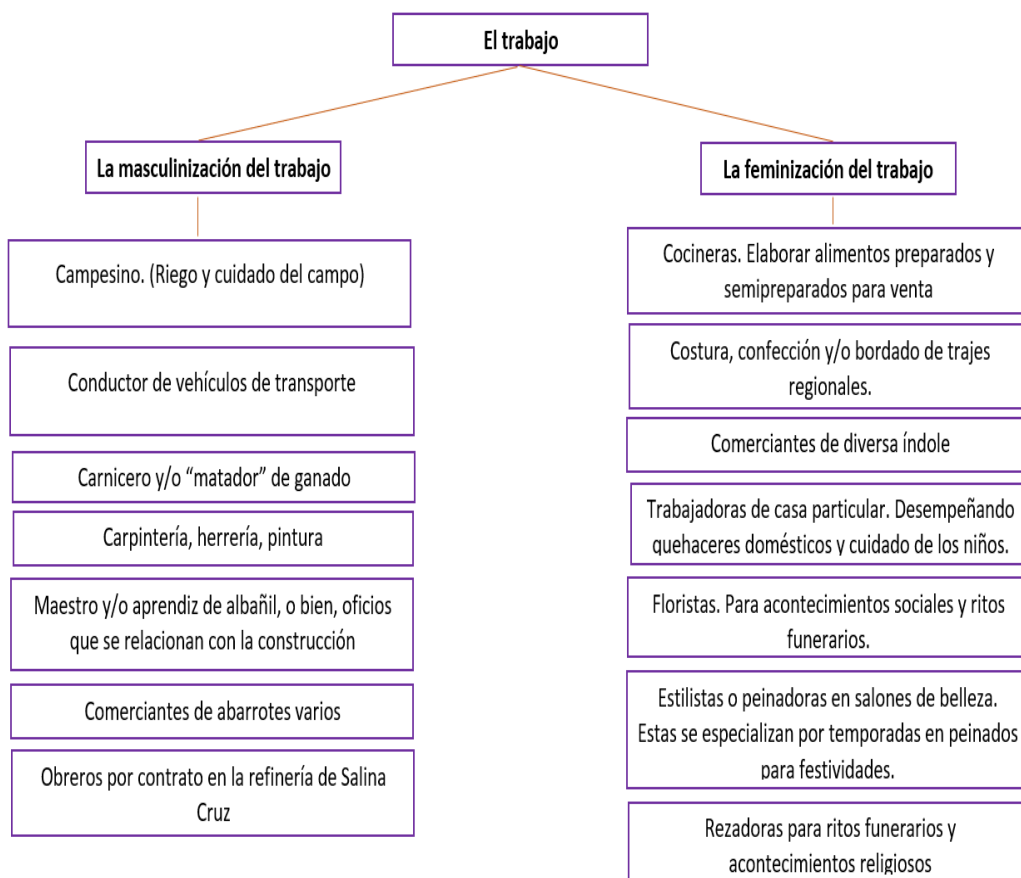
Si él es campesino, al campo, a menos que el muchacho quiera salir adelante, él se va a ir a estudiar y no al campo, pero aquí se vive de lo que uno trabaja, por eso creo que SBA no ha perdido sus costumbres ni sus tradiciones, ni su ropa [...] si quiere estudiar está bien pero también tiene que aprender a hacer el campo, tiene que aprender de lo que yo sé. Entonces si la niña quiere estudiar, pero también va a tener que meterse a la cocina, porque de esto va a vivir, así piensan las mamás, a lo mejor algún día no encuentres trabajo, pero tú cocinando vas a aprender y vas a salir adelante (Na’ Catalina, octubre 2021).

Como señala Na’ Catalina en la cita antes presentada, en el pueblo de San Blas Atempa hay marcadas formas en las que se concibe el trabajo de un varón al de una mujer y este se transmite desde que son pequeños. Pues si el hijo es varón se le llevará a realizar el trabajo

del padre, que en el caso de la cita expuesta, se trata del campo. Con esta enseñanza el muchacho más adelante sabrá llevar labores que le corresponden a su padre. Mientras que, si se trata de una mujer, ella debe aprender a cocinar con la madre.

Na' Catalina expone que una de las razones para transmitirles este conocimiento es que más adelante el trabajo pueda proporcionarles una alternativa en dado caso de que, como adultos, necesiten de un trabajo que contribuya al sostén económico. En este sentido, lo ideal es que el hijo varón se dedique a lo que hace el padre, mientras que la hija mujer, desempeñe las actividades que corresponden a su madre.

Con la finalidad de exponer la división sexual del trabajo en el pueblo, a continuación, presento un mapa conceptual que esquematiza los trabajos concretos, y clasifica cuáles son aquellos considerados femeninos y masculinos en SBA. Cabe aclarar que el mapa no está ordenado mediante jerarquías salariales o de prestigio, sino bajo la única distinción de trabajos masculinos y femeninos.



Esquema 1. División sexual del trabajo en SBA, autoría propia

Se puede percibir que en la columna del trabajo de las mujeres la cocina forma parte de una actividad productiva, pues desde la especialización de las mujeres en ella, tienen la posibilidad de capitalizar este conocimiento y obtener con ello una fuente de ingresos económicos.

En este punto, señalo que el pueblo de SBA se ha caracterizado por su amplia producción agrícola, una actividad que ha direccionado fuertemente la economía del pueblo. Por esto mismo, una parte importante del comercio ha ido en torno a la preparación y comercialización del maíz. Una forma de apreciar esta característica es en torno a la gran oferta de alimentos a base de maíz.

El sistema alimentario y el trabajo detrás del comercio de los alimentos, posibilita una amplia oferta para las personas del pueblo y para quienes acuden a este, a comprar comida del día. Es importante entonces, situar a las mujeres encargadas de llevar estos procesos de producción, administración y comercialización.



Señalo de forma enfática que son las mujeres quienes realizan este trabajo, pues como se presentó con anterioridad, en el pueblo existe una clara división sexual del trabajo. Por ejemplo, una forma de visualizar esta división es a partir de quienes se dedican al campo, que en su mayoría son varones los que trabajan en la siembra, cosecha del maíz y otros alimentos fundamentales para este sistema comercial.

Por otro lado, las mujeres son quienes llevan a cabo la producción y comercialización de los alimentos, además de la administración de los recursos del hogar desde el sustento económico que generan con sus habilidades comerciales. Sumado a esto, se ocupan de la labor de crianza, de las tareas domésticas y de cuidado que se requieren para los integrantes del grupo familiar.

A partir del quehacer de casa y la determinación de la cocina como actividad femenina, muchas mujeres en el pueblo se han especializado en la preparación de determinados alimentos, esta especialización ha posibilitado una amplia diversidad en la oferta de los mercados del pueblo, dando así la reputación de un pueblo al que se puede recurrir para comprar comida preparada.

Cada vez hay mujeres que innovan con este saber, generan negocios novedosos con los conocimientos que poseen. Por ejemplo, durante mi estancia en el pueblo, pude notar varios negocios de comida que llamaron mi atención, por la particularidad de sus ofertas, además del éxito en su comercialización.

“Cantaritos Na’ Delfina” es un puesto dedicado a la venta de **raspados** de sabores tradicionales, tamarindo, durazno, chamoy, y mango. Sin embargo, a estos sabores se le sumaban el de curado, con chamoy, con mezcal, o con **mistela**<sup>40</sup>, estos ya no sólo se venden en vaso sino en cantaritos que también se comercializan con la idea de que cada persona que compre su raspado se lleve un cantarito de barro con el que podrá volver y rellenarlo más adelante.

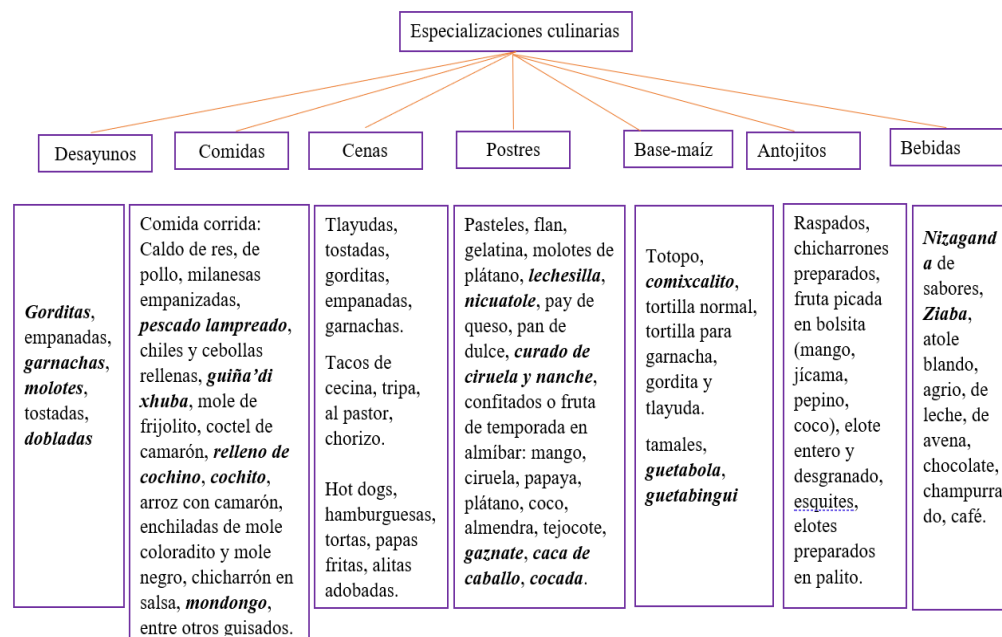
---

<sup>40</sup> La mistela es un jarabe alicorado con aguardiente de caña. Este es utilizado para la elaboración del dulce de curado de ciruela y nanche, por lo tanto, al resultar de este proceso, durante el tiempo de maduración en botellones de curado, absorbe notas y sabores provenientes de estas frutas. Esta bebida suele ofrecerse durante las fiestas del pueblo y en los recorridos de la calenda, como caballitos de mezcal.

De esta forma, Na' Delfina no sólo garantiza un recuerdo propio y original de sus raspados, sino que también procura una sustentabilidad en los recipientes con los que despacha. Además, señalo que el alcance de su oferta trasciende hacia otros pueblos, pues en una ocasión que fui a comprar un raspado con Na' Delfina, personas de Tehuantepec y Salina Cruz llegaron a pedir para llevar.

Lo mismo sucedió con un puesto que vende fruta enchilada en dulce y el curado de diferentes sabores. Ya no sólo se vende el sabor tradicional, sino que se añade chamoy, tamarindo, mango, entre otros. De esta forma, las mujeres del pueblo innovan, se actualizan en cuestiones de difusión y a partir de grupos de venta en redes sociales (implementadas a partir de la pandemia), anuncian y ofertan sus productos, teniendo alcances que trascienden el pueblo, hacia las localidades aledañas, como Tehuantepec y Salina Cruz.

Con la finalidad de presentar de forma sintética la diversidad en la oferta de los alimentos que se comercializan en el pueblo, a continuación, presento un esquema.



Esquema 2. Especializaciones culinarias, autoría propia.

Partiendo de esta oferta diversa de alimentos podemos hablar sobre las especializaciones de las mujeres que se dedican a la cocina para venta. Hay mujeres que venden desayunos por las mañanas, ya sea de forma fija afuera de sus domicilios, en las

banquetas, mercados o vendiendo por ambulante. Quienes guisan y se especializan en comidas del medio día tienen especialidades por guisados, sobre todo cuando se trata de los guisados considerados “festivos” o con amplia preparación, los cuales se venden en fin de semana en los mercados principales.

Asimismo, las señoras que se dedican a las cenas tienen reconocimiento por ciertas especializaciones, ya sea por las tlayudas, las gorditas, los tacos o cualquiera de las preparaciones en las que se les reconozca mayor *expertise*. Para quienes se dedican a elaborar postres hay especialidades más diferenciadas: pasteleras, panaderas, quienes hacen gelatinas, **lechesilla**<sup>41</sup> y **nicuatole**. Así como curaderas<sup>42</sup> y quienes realizan dulces de frutas confitadas de temporada y otros postres típicos de la región.

También es común encontrar a mujeres que realizan preparaciones a base de maíz, totoperas, tortilleras, tamaleras, quienes hacen **guetabingui**, **guetabola**. Las mujeres que se dedican a vender aguas de fruta o **Nizaganda** de sabores como se le llama en *diidaxáa* y como se dice en el pueblo. Así como bebidas calientes: atoles, avenas, cafés, chocolate y **champurrado**. Asimismo, hay puestos de dulces que ofrecen antojitos, entre ellos la fruta picada, chicharrones preparados, **panes de repollo**<sup>43</sup>, raspados, bolis, entre otros.

Esta red comercial se posibilita gracias a la participación de las mujeres que procesan, administran y comercializan los alimentos en San Blas Atempa. Este quehacer no se separa de las otras labores domésticas de las cuales también son responsables, sino que se suma a la lista de tareas que deben realizar para el sostén de la familia.

En este sentido, la red económica que se mueve a partir del comercio de los alimentos funge un papel de suma importancia como una estrategia de sustento económico al que muchas mujeres recurren, dando así la posibilidad de hacer uso y reconocimiento de sus

---

<sup>41</sup> La lechesilla es un postre similar a la preparación del nicuatole, la diferencia primordial de esta es que se realiza con pura fécula de maíz y su punto de cocción permite que la textura permanezca como una natilla de leche, similar a una crema pastelera. A diferencia del nicuatole que termina con una consistencia más espesa y que al enfriar termina siendo una gelatina a base de maíz.

<sup>42</sup> El curado es un postre típico regional, consiste en el encurtido de la fruta de ciruela y nanche. Este curado se realiza con azúcar y aguardiente de caña en barriles de barro y/o plástico. Se dejan encurtir durante meses para que de como resultado, la cocción de la fruta. A las mujeres que se dedican a realizar esta preparación se les conoce como curaderas.

<sup>43</sup> El pan de repollo es una golosina, un pan de telera partido a la mitad, se le untan frijoles refritos y encima encurtido de repollo, se le espolvorea queso fresco y salsa roja hervida. Podría asemejarse a un chicharrón preparado.

habilidades y conocimientos culinarios, los cuales pueden capitalizar y administrar para generarse a sí mismas un empleo en el que tienen la posibilidad de organizar sus tiempos para continuar con sus otras tareas.

Con lo anterior no quiero decir que el trabajo de la cocina genere sólo beneficios para las mujeres, pues es una labor cansada que implica una inversión de energía vital, tiempo y esfuerzo, así como un desgaste físico a causa de las condiciones en las que se cocina, además de que las ganancias que obtienen de este trabajo apenas les alcanzan para sostenerse con el mínimo. Sin embargo, considero que este trabajo sí funge como una estrategia en la que las mujeres tienen la posibilidad de auto reconocer el valor de su *expertise*, saberes y habilidades culinarias, para así capitalizarlas a su favor.

Sin embargo, es importante no perder de vista que hay un trabajo no reconocido hacia las mujeres, este tiene que ver con la reproducción social, aquellos que se llevan a cabo sin la contemplación del tiempo y esfuerzo que las mujeres realizan. El apartado que se presenta a continuación tiene el propósito de abordar este trabajo invisible de las mujeres, y profundizar de forma más puntual en la cocina como una labor de reproducción social.

### **3.2 EL TRABAJO INVISIBLE DE LAS MUJERES: LA REPRODUCCIÓN SOCIAL**

Las mujeres llevan a cabo diversos trabajos además de la cocina como actividad productiva. También realizan la comida cotidiana para sus familias, tarea que se ve incluida dentro de la reproducción social. Señalo que las labores que conforman este trabajo se relacionan directamente con habilidades “femeninas”.

Silvia Federici (2012) ha estudiado el trabajo doméstico, que forma parte de las actividades de la reproducción social, y ella expone que este, al ser determinado como parte de la identidad femenina, constituye un elemento esencial de la feminidad.

ha sido transformado en un atributo natural de nuestra psique y personalidad femenina, una necesidad interna, una aspiración proveniente supuestamente de las profundidades de nuestro carácter de mujeres. El trabajo doméstico fue transformado en un atributo natural en vez de ser reconocido como trabajo ya que estaba destinado a no ser remunerado. El capital tenía que convencernos de que es natural, inevitable e incluso una actividad que te hace sentir plena, para así hacernos aceptar el trabajo sin obtener un salario (Federici, 2012:33).

Ha sido la antropología feminista que ha problematizado el trabajo de reproducción social como un conjunto de actividades que las mujeres realizan sin reconocimiento social,

ni remuneración económica. De esta forma, las mujeres garantizan la reproducción de la vida, llevando a cabo estas labores domésticas sin la consideración de sus tiempos, esfuerzos y energías implicados en esta reproducción.

Como expresa la autora, no se trata sólo de trabajos indistintos a la caracterización femenina, sino todo lo contrario, ligado a la construcción de género. Por esta razón, es importante retomar la categoría de reproducción social cuando se habla del quehacer de la cocina, pues desde esta categoría es posible abordar los trabajos “abstractos o invisibles” que las mujeres desempeñan por una cuestión de identidad de género.

De acuerdo con Marcela Lagarde la reproducción social y cultural forma parte del trabajo de las mujeres, pues incluye todas aquellas actividades que reproducen la vida de los particulares. La cita que presento a continuación expone de forma más clara cuáles son las implicaciones de la reproducción social y cultural.

[...] mantenimiento de un estado de bienestar y salud, de cuidados afectivos, intelectuales, corporales, alimenticios. Reproducción socio-política de las relaciones de poder: enseñanza e interiorización del poder en particular. Reproducción ideológica y de las concepciones del mundo. Por ejemplo a través de la transmisión de la lengua materna y la formación en gran medida del género, y con la vigilancia y puesta al día de la conservación de normas, juicios, ideas, creencias, valores, interpretaciones, formas de comportamiento, de afectos, actitudes, necesidades, etcétera (Lagarde, 2016: 117).

La reproducción social tiene que ver con aquellas actividades que forman parte de la vida, pues reproduce las condiciones adecuadas para el cuidado y sostenimiento de los demás, particularmente de quienes conforman un núcleo familiar. Sin embargo, se vuelve un problema cuando este no es reconocido como un trabajo, sino como una habilidad natural de las mujeres. Al llevarse a cabo, les supone a las mujeres una sobrecarga, que implica energía, tiempo y esfuerzo, de las mujeres hacia los otros. Tan es así que la autora retoma el concepto de “cuerpo-de-los-otros”, es decir, un cuerpo ocupado, aplicado a los otros y negado a sí mismo.

Una de las formas más claras para notar esta asimetría en el reconocimiento del trabajo de las mujeres son las estadísticas, el Instituto Nacional de las Mujeres y el Sistema de Indicadores de Género (2021) señala que la Población Económicamente Activa (PEA) de las mujeres (de 15 años y más) es de un 41.7%, mientras que para los hombres es de un 74.2%. Del total de las mujeres ocupadas, el 66% son asalariadas, mientras que el 23%

trabajan por cuenta propia. En esta misma línea, la Encuesta Nacional sobre el Uso del Tiempo (ENUT) del INEGI, indica que en el 2019 las mujeres dedicaron un 67% de su tiempo semanalmente al trabajo no remunerado y 31% al trabajo remunerado. Mientras que los hombres dedicaron el 28% de su tiempo semanalmente al trabajo no remunerado, y 69% al trabajo remunerado.

De forma más específica, el panorama sociodemográfico de Oaxaca 2020 refleja que en San Blas Atempa la población de 12 años y más económicamente activa, el 47.8% son mujeres y el 52.2% son hombres (INEGI, 2020:124). Esta cifra también permite apreciar una diferenciación en el porcentaje de hombres, frente al porcentaje que corresponde a las mujeres, sin considerar el trabajo de reproducción, que incluye la cocina y la comercialización de esta.

### 3.2.1 El trabajo del amor, la cocina y la reproducción social

Continuando con esta línea, uno de los trabajos que más nos interesa abordar en esta investigación, es la cocina. Ésta se ha considerado exclusivamente femenina, y se ha asociado a las mujeres de forma natural desde que son unas niñas. Para abordar esta situación de trabajo desde la cocina, retomo las experiencias de cuatro mujeres que se dedican a la cocina para venta en el pueblo de SBA.

En conversaciones con ellas, un tema relevante es la edad en la que comenzaron a incorporarse a las labores del trabajo en la cocina. Es importante señalar que en el pueblo esta se asocia de manera natural desde que son niñas. Además, en este caso no sólo se trata de una cocina para sostén familiar o autocuidado, sino un trabajo que implica con ello responsabilidades concretas de comercialización, sostén económico y dedicación completa a este.

En este punto cabe mencionar que el promedio de las edades en las que se comenzó a llevar a cabo el trabajo de la cocina va desde los diez a los doce años. Edades en las que, es una obligación legal asistir a la escuela y dedicarse a otras actividades de formación básica. Sin embargo, al ser la cocina un trabajo que implica una dedicación importante de tiempo, las otras actividades de las niñas que comenzaron a incorporarse al trabajo quedaban

descartadas. Por ejemplo, para los casos de Na' Rosalía y Na' Rosalinda, ambas señalan que a ellas la cocina les impidió continuar con sus estudios.

Como yo no me mandaron a la escuela pues este fue siempre mi trabajo, y ya después si yo no lo voy a hacer y tampoco mi marido me va a dar dinero, pues ¿cómo voy a hacer yo para mantener a mis hijos pues? (Na' Rosalía, octubre 2021).

Ya ves que el trabajo de la mujer no se termina, en vez de que yo pudiera hacer mi tarea, pues a lavar trastes, a barrer, a hacer la comida. Así ¿cómo voy a hacer mi tarea? Llegaba la hora de la escuela y ni la tarea he hecho, ¿cómo no iba yo a reprobar?, pues sí me reprobé. Ya mejor me dijo mi mamá “mejor vete a cocinar” (Na' Rosalinda, septiembre 2021).

En ambas citas Na' Rosalía y Na' Rosalinda comparten que para ellas la cocina no fue un trabajo elegido, sino asumido, además de recurrir a él por la necesidad de sustento económico. Otro caso similar es el de Na' Catalina, quien compartía que también se metió a la cocina a la edad de doce años, por una emergencia familiar en la que su madre necesitó de su ayuda para continuar con su trabajo.

Yo aprendí a hacer tamales a los 12 años, porque mi mamá se operó de una hernia, entonces no podía trabajar y me enseñó, comencé a trabajar. Me decía ella, “yo voy a preparar lo que pueda y tú me ayudas”. “Sí”, le dije yo. Pues ya empezamos a hacer tamales, ese era su trabajo de ella, hacer tamales y salir a vender hasta Salina Cruz. Y como yo desde chiquita la seguía, yo ya sabía donde vendía, entonces yo ya sabía a dónde llevar los tamales, y como su tamale de ella era rico pues la gente me compraba. Veía la gente que llegaba yo y como estaba yo muy chiquita, pues no sé si era lástima o qué les gustaba, pero yo vendía muchos tamales y yo aprendí así a cocinar por lo que ella estaba enferma, ella me decía “hazlo así y hazlo así”, yo me metí a la cocina a hacer los guisados, yo preparaba la comida, el guisado de res, el guiña'du xhuba, el lomito que se hace aquí, la carne de puerco con su tamalito que le dicen *guichiguí*, ya me enseñaba ella a hacer de todo (Na' Catalina, septiembre 2021).

De esta cita me parece relevante tomar en cuenta que la cocina no sólo se transfiere como “natural” en las niñas, sino que además surge como una emergencia familiar, en la que se requirió que la hija menor comenzara a hacerse cargo de una actividad que genera sustento económico estable. Pues a diferencia de la actividad económica de su padre, como campesino, él no generaba un sustento diario, sino uno que dependía de la cosecha de cada tres meses. En cambio, el trabajo de la madre y de la hija en la cocina, aseguraba no sólo la alimentación del hogar, sino la transformación de esta, en una actividad productiva para el sustento familiar.

Otro aspecto para señalar es la posición económica de las mujeres que se dedican a la cocina, pues en los tres casos, la responsabilidad de generar sustento económico estable recaía en sus madres. Para Na' Catalina y Na' Rosalía, sus padres se dedicaban al campo y el sustento económico no era en términos monetarios sino a partir de la producción de

alimentos que se vendían o procesaban para después continuar con la cadena comercial de venta.

Por otro lado, Na' Rosalinda venía de una familia dedicada a la barbacoa de chivo, tanto su abuela como su madre realizaban este trabajo y fue desde ahí, de donde a ella se le asumió la decisión de dedicarse a la cocina, (aunque ella expresa que le habría gustado continuar estudiando). Tal es el caso, que cuando tuvo a su hija menor, ella no quiso enseñarle a cocinar porque consideraba que de esa forma ella iba a ver el dinero fácil y no iba a querer continuar estudiando.

Sin embargo, su hija sí tomó la decisión de no continuar con la escuela a la edad de quince años, y comenzó a aprender costura y tejido de trajes regionales. Fue entonces cuando se acercó a su mamá para pedirle que por favor le enseñara a cocinar porque quería aprender a hacer la barbacoa que ella realizaba. Y su madre le dijo que mejor continuara con la escuela, aunque el tiempo ya hubiera pasado, que ella le apoyaría para que terminara una carrera profesional. Sin embargo, su hija no quiso y decidió aprender costura y cocina para dedicarse a estos trabajos.

De esta forma, en algunos casos, la cocina como actividad económica no es una decisión plenamente tomada, podríamos pensarla en tres esferas: 1) condiciones socioeconómicas del grupo familiar. Pues, es una opción que surge por la necesidad de sustento económico; 2) el mandato femenino de la cocina. Se asume que las mujeres son quienes deben realizar este trabajo, por ser considerado natural a la condición sociocultural femenina, por esta razón se les asume y prioriza la enseñanza de esta desde que son unas niñas; 3) elección de la cocina como oficio para desempeñarse en la vida.

En este sentido, la cocina como femenina por “naturaleza”, transfiere a las mujeres jóvenes la responsabilidad de llevar a cabo las labores de reproducción social y además, cargar con el peso de generar un sustento económico diario para su familia mediante la mercantilización de sus alimentos. También hay que puntualizar que el trabajo de cocinar para venta no se desvincula de las actividades relacionadas con la reproducción social: el cuidado y la crianza. Pues las mujeres no sólo se encargan de transformar los alimentos, sino de comercializarlos, administrar y sostener el núcleo familiar con los ingresos provenientes de la comercialización de la cocina.



Para el caso de Na' Rosalía, el trabajo de ella es el que mantiene la estabilidad económica dentro de su familia, pues cuenta que su pareja no mantuvo regularidad con el apoyo económico. Aunque durante un tiempo mantuvo contrato como obrero en la refinería de Salina Cruz y recibía periódicamente un pago por prestar sus servicios, Na' Rosalía señala que tampoco durante esta temporada aportaba con seguridad al gasto familiar.

Cuando ya no le dieron renovación en el contrato de la refinería, comenzó a tomar trabajos más esporádicos, y fue entonces cuando se le dificultó aún más, colaborar con la economía familiar. Sin embargo, cuenta Na' Rosalía, que el gasto que nunca faltó fue precisamente aquel que ella misma generó a partir de su oficio de totopera. Sumado a este, aquellos otros trabajos que ya realizaba dentro de su familia, aquel de madre y esposa.

Por tal motivo, en este apartado se aborda la construcción del trabajo para las mujeres desde una perspectiva que contempla el trabajo de reproducción social. Sobre todo, se toma en cuenta la cocina como uno que abarca dos dimensiones, el trabajo productivo y reproductivo, aquel trabajo “abstracto”<sup>44</sup> que las mujeres realizan.

Es necesario notar la relevancia de la reproducción social para la fuerza de trabajo, ya que, en caso de no llevarse a cabo estas labores, enfatizando de manera significativa la cocina, no sería posible a los demás integrantes de la familia, asistir al trabajo o a la formación escolar. Así pues, señalo que estas labores necesarias y básicas, las asumen en su mayoría mujeres, madres y jefas de familia.

En este sentido, Marcela Lagarde (2016) enfatiza que:

[...] las mujeres reproducen la fuerza de trabajo, pero su intervención en la producción de la sociedad y de la cultura de cada particular no se agota en ella. Al reproducir a los particulares la mujer recrea mucho más que la FDT. Se trata de la reproducción social y cultural que de manera privada y personal mediante el trabajo y otras actividades vitales -como amar-, hacen las mujeres como madresposas (Lagarde, 2016: 124).

Un aspecto importante es considerar la cocina como uno de estos espacios que no sólo tiene una función vital por la esencia de alimentar el cuerpo, sino por la relevancia que tiene cuando este es alimentado por la madre, la mujer que cuida de los hijos y del marido. Es

---

<sup>44</sup> Retomo esta categoría desde lo que Lagarde (2016) determina “trabajo abstracto” “[...] al realizar sus actividades de madresposa, la mujer realiza trabajo, es decir trabajo abstracto. El trabajo concreto de la mujer como madresposa se materializa en los otros y permite la satisfacción de necesidades básicas de primer orden, es decir, de aquellas necesidades que de no ser satisfechas llevan a la muerte” (p.120)

decir, no sólo hay una relevancia vital en términos fisiológicos, en los trabajos que reproducen la vida, sino en el sentimiento vital *per se*, “el amor”.

En este sentido, la autora señala que el soporte emocional que las mujeres desempeñan es importante verlo y reconocerlo, pues no sólo se trata de realizar un trabajo ajeno al sentir emocional, todo lo contrario, este trabajo para las mujeres implica una inversión afectiva para el sostén de los otros.

la responsabilidad social del trabajo emocional y erótico por parte de las mujeres. Significa para ellas construir el grupo social especializado en el soporte emocional de los otros -al gratificarlos por medio de los afectos, del erotismo, o de la elaboración y entrega de bienes materiales y simbólicos (Lagarde, 2016: 124).

En este sentido, la cocina es un trabajo en el que claramente se le puede visibilizar esta inversión emotiva, pues este no sólo implica hacer de comer por alimentar una necesidad, sino hacerlo considerando el placer del otro, el gusto del otro. De esta forma, la inversión emotiva que tiene el acto de cocinar está en gran parte, mediada por complacer a otros a través de la cocina.

Traigo como ejemplo, un comentario que Na’ Catalina realizaba sobre su cocina.

A mí lo que me gusta de la cocina es que la gente les guste lo que yo hago, cuando prueban la comida que yo les hago les gusta y por eso cuando yo cocino busco la manera de que la comida salga sabrosa, que no se pase ni de sal, chile, azúcar, que quede bien. Por ejemplo, en la casa cuando cocino para mi familia pues lo hago con amor, busco que a mi esposo le guste, que sienta el sabor, cuando vendo a la gente mis tamales, los clientes me dicen “tus tamales están bien ricos”, eso es lo que me motiva a mí a hacer sabrosos mis tamales, que a la gente le guste (Na’ Catalina, septiembre 2021).

Retomando la cita de Na’ Catalina: una de las cosas que disfruta de la cocina es el gusto que los demás sienten al probar lo que ella hace, es decir, relaciona su satisfacción a la satisfacción de los otros. Señala que al cocinar con amor la comida sale bien y gusta a los demás. De esta forma hay un reconocimiento por parte de quienes prueban su comida.

Christie (2002) señala que la cocina forma parte de los espacios donde las emociones importan en gran medida, pues uno de los emblemas de la cocina es el amor, y por lo tanto no habría que sorprenderse que este sea un lugar para la interacción social, donde las relaciones se construyen (p. 23).

Bajo esta misma línea Juárez-Acevedo (2020) señala que el cocinar implica más que los aspectos materiales o económicos, requiere una inversión afectiva, pues considera la

satisfacción y bienestar de los otros. En este sentido, y por todo lo que cocinar implica en tiempo y esfuerzo, la autora expone que es importante contemplar la dedicación y energía emocional de este trabajo, pues al realizarlo se produce valor, genera cansancio y desgaste corporal, mental y afectivo (p. 90).

Federici (2012) expone que una de las trampas del trabajo doméstico (en el cual se incluye la cocina), es precisamente llevarse a cabo bajo la bandera del amor, pues al ser un trabajo que se esconde bajo la intención afectiva, se pierde de vista como tal, y se toma como un carácter que forma parte de otra “cualidad femenina”: dar amor hacia los otros. Expone: “una vez que el trabajo doméstico está totalmente naturalizado y sexualizado, una vez que ha pasado a ser un atributo femenino, todas nosotras como mujeres estamos caracterizadas por ello” (p. 33)

La autora expresa una postura anticapitalista en torno a los trabajos domésticos, ella postula que el sistema económico capitalista los mantiene en una relación de subordinación, pues estos son pilar del mercado del trabajo remunerado. De no ser por el rol de las mujeres para la realización de los trabajos domésticos, no podrían llevarse a cabo los trabajos productivos. En este sentido nombra como “capital” al sistema económico que rige. Y argumenta que el amor para el trabajo doméstico ha sido una forma en la que el sistema ha conseguido no pagar por llevarlos a cabo. (Federici, 2012: 38).

En el pueblo de SBA, la cocina, aunque continúa siendo parte de estos trabajos de reproducción, también puede traspasar la lógica doméstica, para hacerse camino en un modelo comercial local, a partir de generar puestos de comida para venta, en las avenidas principales. Sin embargo, es importante no perder de vista que, aunque puede capitalizarse, también forma parte de estos trabajos reproductivos no remunerados. Y que ello, implica sin lugar a duda, una inversión considerable para las mujeres, ya que no sólo es un hacer que requiere de tiempo, esfuerzo, desgaste físico, sino de emoción y de energía vital.

En este punto, me gustaría aclarar, que cuando Federici, señala que la cocina es un trabajo no pagado, no quiere decir que, incorporando salario a los trabajos de reproducción, las mujeres seguirían llevando a cabo este y sería la forma ideal de resolver esta asimetría. La autora enfatiza que no se trata de incorporarse a la lógica capitalista, sino desafiar

precisamente las estructuras sociales del trabajo, los roles determinados del sistema capitalista.

Reivindicar el carácter asalariado de este trabajo es el primer paso para rechazar tener que hacerlo, puesto que la demanda del salario lo hace visible, y esta visibilidad es la condición más indispensable para empezar a rebelarse contra esta situación tanto en su aspecto de trabajo doméstico como en su insidioso carácter propio de la feminidad (Federici, 2012:37).

Es decir, no se trata sólo de buscar incorporar los trabajos de reproducción a una remuneración salarial y con ello formar parte del sistema de producción capitalista. Desde mi perspectiva, los trabajos de reproducción social no se incorporan en su totalidad a una lógica capitalista, ya que, en su hacer, se gestan saberes, conocimientos y prácticas que no necesariamente están orientados a la producción-acumulación de capital. Sino al cuidado de la vida, al máximo provecho de los alimentos, al cultivo de sus propios alimentos, al apoyo mutuo, así como a las economías locales que desafían la normatividad mercantil.

En este sentido, lo que se busca con el reclamo de ser un trabajo no pagado, es precisamente cuestionar la división sexual del trabajo. Dar visibilidad a un campo que pareciera ser invisible: el trabajo de las mujeres. Para que desde ahí se pueda señalar el “carácter propio” de feminidad que tienen estos trabajos. Cuestionar esa feminidad, desmenuzarla, exigir formas más corresponsables de llevar a cabo estos trabajos necesarios para la vida, dismantelar el cajón de madera que se nos ha otorgado como mujeres para meter ahí todas nuestras aspiraciones, ideas, sentires y formas de hacer.

Visibilizar el trabajo no reconocido de las mujeres es un paso que nos acerca un poco más a construir una vida sin cajones que dicten quién es o no mujer. Explorar cultivando feminidad desde formas diversas de vivir, pensar y sentir el mundo que se habita. Encontrando maneras genuinas de sentir y expresar nuestros afectos, de vivir nuestras sexualidades. Sin tener que “ser” bajo el esquema que viene impuesto. Buscando otras maneras de hacer lo cotidiano, cooperando y corresponsabilizándonos con la vida.

### **3.3 ESTRATEGIAS DE ECONOMÍA Y APOYO MUTUO DESDE LAS COCINAS**

Este apartado tiene el propósito de mirar el trabajo de la cocina reconociendo las estrategias que las mujeres ejercen hacia su propio bienestar y cuidado. Las presento en dos partes, por un lado, aquellas que tienen que ver con la sostenibilidad económica que generan

con la venta de comida y desde ahí, toda una red social que se construye. Y, aquellas que tienen que ver con el apoyo mutuo entre quienes forman parte de esta red socioeconómica.

Comienzo con una perspectiva teórica sobre las economías desde Amaia Pérez (2014), quien desde una mirada feminista<sup>45</sup> y anticapitalista aborda los procesos socioeconómicos que se rearticulan ante la crisis sistémica. Denuncia el androcentrismo de la economía y presta atención a aquellos procesos socioeconómicos que a lo largo de la historia no han sido foco de atención, principalmente hacia el trabajo de las mujeres.

Desde la economía feminista, se denuncia que el paradigma neoclásico adolece profundos sesgos androcéntricos: se construye sobre la ausencia de las mujeres, se niega la relevancia económica a las esferas que se asocian con la feminidad (el ámbito de lo privado-doméstico, el hogar y los trabajos no remunerados) y se utiliza la experiencia masculina en los mercados para definir la normatividad económica (Pérez, 2014:51).

La autora expone que esta perspectiva permite ver otras formas de organizar el sistema económico, más allá de la normatividad capitalista. Pues genera la posibilidad de vincularse a otro tipo de procesos socioeconómicos. Por ejemplo, aquellos procesos que se gestan alrededor de los hogares, y que desde la cotidianidad de muchas mujeres generan redes alternativas de economía.

Uno de los focos rojos del feminismo han sido precisamente los trabajos no remunerados al interior de las unidades domésticas. Desde ahí vale la pena preguntarse ¿Qué han hecho las mujeres que se dedican a estos trabajos no remunerados? ¿Cómo construyen otras corrientes de economía?

Aquí sacamos a la luz las estrategias de supervivencia desplegadas por los hogares: economía de rebusque, economía invisibilizada y economía de retales. Estas estrategias están privatizadas (en los hogares), feminizadas (en un triple sentido material, subjetivo y simbólico) e invisibilizadas (no hacemos política desde ellas). Para entenderlas, necesitamos pensar la economía como un circuito integrado producción-reproducción, así como comprender el papel de los trabajos no remunerados. La responsabilidad económica última de sostener la vida está privatizada, convirtiéndose los hogares en la unidad económica básica; y está feminizada, entendiendo el género como una realidad performativa en la que se recrean normatividades como la ética reaccionaria del cuidado y la familia nuclear. Proponemos visualizar la economía usando la metáfora de un iceberg, en el sentido de que para

---

<sup>45</sup> Pero podríamos traer a cuestionamiento ¿Qué hace de esta propuesta una postura feminista?, “porque entiende el heteropatriarcado como sistema constitutivo del mundo y de la socioeconomía. Trata de desentrañar qué significa esto yendo más allá de la estrategia de “añada mujeres y revuelva” en la que todo queda igual y ponemos un apéndice sobre la situación de la mujer. Y “porque sus contenidos se ligan a propuestas históricas de los feminismos. [...] se parte de considerar que lo personal es político. Esto implica que la transformación del sistema no puede venir solo por un cambio de las estructuras de fuera sino por un vuelco en nuestra propia forma de situarnos en ellas. Y esto exige entrelazar las revoluciones en la cotidianidad con las macrotransformaciones” (Pérez, 2014:48)

mantener en pie un sistema que ataca la vida es necesaria la existencia de esferas socioeconómicas ocultas” (Pérez, 2014:71).

Pensar la economía como un circuito integrado entre producción y reproducción es una perspectiva valiosa para el caso de SBA, pues la diferenciación entre ambas esferas se ven desdibujadas, manteniendo una relación dialógica entre sí. Lo que sucede dentro del ámbito doméstico o reproductivo se vincula de diversas formas a lo que ocurre en el ámbito público o productivo. Un claro ejemplo de esto es la cocina, que aunque forma parte de las tareas “reproductivas” también generan formas de capitalizarse fuera de lo doméstico.

Así pues, los hogares se vuelven la unidad económica básica, desde donde se llevan a cabo los trabajos no remunerados, y se despliegan una serie de estrategias de economía que las mujeres construyen. De acuerdo con la autora, estas han estado presentes y activas históricamente entre las familias que pertenecen a la mayoría popular. Una de estas variantes de economía es la de retales o de retazos, esta hace referencia a la estimulación de redes previas, en las que se comparten los recursos y el trabajo. Comparten el tiempo e intercambios no monetizados para resolver *desesidades*<sup>46</sup> concretas.

De acuerdo con Pérez (2014), la economía de retales se basa en compartir recursos entre las personas de diversas maneras. Por un lado, el intercambio no monetario de tiempo permite satisfacer necesidades específicas. También se comparte el dinero mediante la creación de flujos financieros informales y alternativos. Así como los conocimientos e información que son considerados recursos en sí mismos.

Pérez (2014) sostiene que la autosuficiencia basada en el mercado y en el modelo tradicional de familia resulta frágil, puesto que depende de un contexto favorable en el mercado. En cambio, la autora defiende la interdependencia como una condición fundamental de la existencia humana, la cual requiere la formación de redes de apoyo para hacer frente a la vida (p. 161).

---

<sup>46</sup> “Desde Centroamérica, en el contexto de la Educación Popular y la Investigación Acción Participativa, las mujeres lanzan la propuesta de un nuevo vocablo para resignificar la idea de “necesidades” sin escindirla de los “deseos”: las “desesidades”. Esta propuesta surge porque para ellas “la palabra necesidades les resultaba muy enemiga: sus necesidades siempre tenían que ver con lo que decía [...] los otros, de manera que se la pasaban luchando por los deseos de otros. Ellas “deseaban y peleaban por cambios y no les parecía que el proceso pudiera ser una simple asunción de necesidades” (Miguel Ángel Martínez del Arco, comunicación personal, 9 de diciembre de 2011)” (Pérez, 2014:43)

Es decir, durante momentos de crisis, las personas buscan alternativas para sostenerse. La economía de retales o de retazos surge durante estos momentos disruptivos, y mediante diversas estrategias se logra continuar con la vida, sacando a flote las necesidades de la colectividad. En este punto la autora expone que la ventaja de esta economía gira en torno a la forma en la que se colectiviza el trabajo, lo idóneo sería que este no mantuviera un marcador de género y que pudiera quitarse la etiqueta de “femenino”. Sin embargo, resalta que en diversas situaciones los trabajos para sostener la vida continúan descansando mayormente sobre las mujeres.

Por esta razón es importante fijar atención en cuáles son las redes que se desprenden ante la crisis, quienes asumen la mayor parte de estos trabajos y cómo los roles de género siguen estando presentes en la ejecución de las labores necesarias para el sostenimiento de la vida. Parto de este aparato conceptual para traer a la mesa las estrategias económicas, y de apoyo mutuo que se llevan a cabo a partir de la venta de comida en el pueblo de SBA.

Inicialmente, retomo el caso de Na’ Heladia, una mujer hablante de *diidxazáa*, que pasados sus doce años, se fue a la Ciudad de México para visitar a su hermano que vivía allí. Inicialmente, Na’ Heladia comenzó a trabajar en el quehacer doméstico para casas particulares. Sin embargo, estando allí conoció a una señora que también era del Istmo de Tehuantepec y con su ayuda, buscó en el periódico y consiguió un empleo cuidando niños.

Cabe mencionar que cuando Na’ Heladia se fue a la ciudad de México no sabía hablar castellano, sino puro *diidxazáa*, en este sentido fue un reto importante para ella comenzar a entender algunas expresiones, esto lo hizo con ayuda de la mujer del Istmo que conoció en la ciudad de México, ella hablaba español y le fue dando algunas lecciones cotidianas para responder.

Me enseñaron varias cosas, terminando ese mes, me pagaron 100 pesos en aquel entonces, y me daban 20 cada domingo, tenía yo 180 pesos. Era bastante dinero. De ahí salí a la merced a ver a mis paisanas, compré una olla, compré esto, compré otro, lo fui a dejar a casa de Minguita. Fui a comprar masa, mole, pollo, hoja de plátano, para hacer tamales, todo lo que se necesita. Hice tamales y fui a vender ahí a la merced, nada más como en diez días ya tengo 150, en aquel entonces el pasaje para ir a México era de 40 pesos, ya le dije a Toña, agarra este y sigue bendiciendo con tus tamales, yo me voy a ir al centro a ver qué compro porque ya me voy, ya tengo dos meses retirada de mi mamá, quiero regresar, le dije, fui a comprar un corte para mi mamá, para mi papá, se acabó 100 pesos ahí. [...] Ya cuando volví al pueblo, todo lo que llevé lo hice huipilito, lo fui a vender y alcancé a reunir como en dos meses, quinientos pesos, y fui a buscar donde se vende esa fantasía, aretes, y entonces le dije al señor, voy a ir a México y voy a llevar pasaje a mi hermano. Bueno, me dijo el señor y me dio 1200 de pura mercancía, cuando regresó mi papá, dijo, “¿quién dio permiso pa’ que saliera?”, se enojó mi papá. “Es

que aquí no hay nada papá” le dije yo. Ya fui a México, aunque sea puro tamale voy a vender, le dije. [...] Compré cecina, camarón, pescado, totopo, llevé ahí con él, ¡ay! cómo vendimos esa temporada. En quince días ya mandé dos mil pesos al señor. Ya le dije que me mandara otro tanto igual pero bien surtido, “bueno” dijo mi papá, me lo mandó con un Cristóbal Colón mi papá. Salí de aquí de veintidós años, regresé de cuarenta y dos años, pero ya compré dos metros de acá con mi trabajo yo lo compré e hice lo que pude ya cuando regresé mi papá me dijo “véngase hija porque tu mamá ya está enferma”. Cuando llegué empecé a hacer curado aquí, en el mercado estuvo una señora que no me acuerdo cómo se llamaba, pero que me dijo “ya mero es temporada de ciruela hija, vente a buscar a alcohol”, aquel entonces 40 pesos el botellón de alcohol. Compré un tambo de alcohol, hecha usted la mitad y medio de agua me dice, ¡ay, pero rico, rico, rico salió! ¡rico mero salió! (Na' Heladia, noviembre 2021).

De la narrativa me gustaría destacar tres aspectos, el primero va en torno a que Na' Heladia demuestra gran capacidad para la administración de los recursos a su mano, y desde ahí genera estrategias económicas que le permiten tener otras posibilidades en la Ciudad de México. Estas estrategias están acompañadas de una red de personas que le apoyan en la ciudad, principalmente con el habla del español, en la búsqueda de trabajo y con la ayuda para comenzar su puesto de tamales.

La cocina a partir de la comercialización de los tamales fue una de las formas en las que comenzó a emprender y generar ingresos propios. En este punto cabe decir que, durante su infancia, Na' Heladia también recibió conocimientos y escuela culinaria por parte de su madre, pues su mamá se dedicaba a hacer tortillas, totopo, comixcalito y tamales para vender, y quien iba al mercado a comercializarlos, fue precisamente Na' Heladia desde muy pequeña.

Un segundo aspecto para destacar es que, cuando ella llegó a la Ciudad de México y necesitó generar un trabajo, la cocina surgió como una estrategia económica de autoempleo. La cual, permite observar un modelo similar a las economías emergentes que se gestan en SBA, con su comercio local formado por mujeres que preparan y venden todo tipo de guisados.

Sin embargo, cabe mencionar que no es la única que replica el modelo económico del pueblo, pues cuenta que en la Merced<sup>47</sup>, había áreas donde se ubicaban mujeres de otros lugares de la república que vendían alimentos de sus pueblos, de esta forma, ella pudo incorporarse a una red comercial de alimentos foráneos. Platica que había personas celosas que no la dejaban poner su puesto, pero que también “ángeles del cielo”<sup>48</sup> que le daban un

---

<sup>47</sup> Un mercado reconocido de la ciudad de México ubicado en la alcaldía Venustiano Carranza.

<sup>48</sup> Esta fue la expresión que Na' Heladia ocupó para referirse a las personas que le permitieron poner su puesto de tamales.



pedacito para ponerse. Así mismo, con otras mujeres que llegaban, ella veía que pedían permiso con quienes ya estaban fijos para vender en algún espacio.

En este punto vale la pena retomar el trabajo de Espino Torres (2020) que mediante el análisis de las redes migratorias de mujeres zapotecas de SBA en Ensenada, da cuenta de la inserción laboral a partir del trabajo doméstico. Desde ahí, la autora muestra la existencia de redes sociales, dinámicas de agencia y de dignificación laboral que las mujeres gestan a partir de un trabajo informal. Considerando esta investigación es posible observar y reconocer una coincidencia en las estrategias que las mujeres despliegan desde la inserción laboral informal, así como el uso de redes sociales que se gestan entre mujeres durante momentos de necesidad.

Un tercer aspecto para destacar es que, a partir del comercio, Na' Heladia cuenta que ella logró viajar a muchas partes de la república mexicana. Pues no sólo estuvo en la Ciudad de México, sino en estados del centro y norte de la república. Vendiendo y generando ingresos al mismo tiempo que viajaba, fue la forma que encontró para sobrevivir, y lo cuenta con mucho orgullo. A continuación, presento una cita.

[...] fui a México, compré otros dos tambos y los traje y ya se hizo cuatro tambos, y gracias a Dios aquí estoy, aquí sigo, ya conozco Querétaro, Celaya, San Marcos, Irapuato, Guanajuato, Dolores Hidalgo y San Miguel Allende. Bien bonito, de ahí ya me voy a ir a la Piedad Michoacán, no me acuerdo cómo se llama, de ahí agarré rumbo para Guadalajara, estuve vendiendo ahí. Vendiendo y paseando a la vez, porque cuando fui la primera vez a Guadalajara, pues lo que yo pensé es que era más grande que México<sup>49</sup>, porque agarramos una calandria, le dicen allá, y anduvimos ahí con un caballo y una carreta. Dos días estuvimos ahí, en el mercado de San Juan de Dios, saqué mis aretes, ahí me senté. Ay, esa temporada, cómo se vendió el arete. Lo que yo agarraba aquí a cincuenta, allá 100, 120, 150 (Na' Heladia, noviembre 2021).

Con la historia que Na' Heladia cuenta podemos percibir cómo, sus habilidades comerciales le permiten desenvolverse en otros estados de la república, y de esta forma se autoemplea. Generarse a ella misma la posibilidad de viajar y comerciar fue una manera de conocer y vivir experiencias que hasta la fecha cuenta con gran emoción y orgullo.

Aquí es importante destacar que la cocina no siempre tiene como objetivo hacer hacia los otros. Pues para Na' Heladia la cocina estuvo orientada a sí misma y se convirtió en una herramienta que le permitió idear su estrategia económica de autosustento. En su historia cuenta que, cuando ella volvió al pueblo después de haber vivido mucho tiempo en la Ciudad

---

<sup>49</sup> En la región es común decir “México” para referirse a la Ciudad de México.

de México, una mujer que conoció en el mercado le enseña a hacer curado. Y esta es una de las formas en las que se estabiliza económicamente. Hasta la fecha Na' Heladia tiene un puesto de curado en el mercado de Tehuantepec.

Cabe resaltar que la enseñanza para hacer el curado, de la mujer del mercado hacia Na' Heladia, es una clara muestra de apoyo. Pues este le garantiza un oficio sólido sobre el cual desempeñarse en el contexto del pueblo. En este caso, no se trata de un conocimiento orientado a privatizarse u ocultarse, como se podría pensar bajo la lógica del capital que acumula y produce. Si no más bien a colectivizarse, como apoyo a otras mujeres.

Lo dicho no significa que no haya secretos guardados en las cocinas, sobre todo si de *expertise* culinaria se trata, pues en muchos casos entre cocineras es de saberse que el celo de sus recetas está presente. Sin embargo, me parece importante remarcar que hay situaciones en las que sí se comparte el conocimiento en señal de apoyo, y que esta forma de enseñar la cocina también se transmite.

El caso de Na' Heladia expone claramente cómo, en momentos de necesidad, se despliegan estrategias de economía que buscan garantizar un autosustento. Estas estrategias se ven apoyadas mediante una red social que genera posibilidades para llevarlas a cabo. Asimismo, otro aspecto a destacar es la transmisión o enseñanza de determinadas preparaciones culinarias para apoyarse entre mujeres.

Para continuar con el ejemplo de estas estrategias de economía y de apoyo mutuo, retomo las experiencias de Na' Rosalía, quien nació en una familia en la que su padre se dedicó al campo y su madre a las labores de la casa. Ella desde muy pequeña comenzó a ayudarle a su madre con la comida para la casa y notó la falta que hacía el dinero, fue entonces, alrededor de sus trece años, cuando le pidió a su madre que comprara un *comixcal* para que aprendieran a hacer totopo y así venderlo.

Al principio, su mamá le decía que no, porque no iba a poder hacer el totopo, le advertía la dificultad de meter la mano en ese horno caliente, pues para su madre este trabajo era concebido como un oficio peligroso por la cercanía con el fuego. Más adelante, ella logró convencer a su mamá y fue cómo se inició aprendiendo a hacer *comixcalito* y tortilla para

vender. Cuando se casó y construyó una familia, hacer totopos continuó siendo la forma en la que consiguió generar un sustento económico. Como expresa en la cita a continuación.

Te digo, mi papá era campesino, el sacaba la mazorca de allá, de la tarde o de la noche, pues ya de ahí a desgranar, ya cuando está desgranado pues ya lo vas a poner, ya de ahí cuando ya se cocinó ya lo vas a lavar para ir al molino desde temprano, también vas a quemar tu comixcal para que ya esté caliente, para que vas a empezar temprano. Primero con comixcalito para vender luego y dar algo de comer temprano, ya después que diste de comer, ahora sí, a hacer el totopo (Na Rosalía, noviembre 2021).

Con la cita expuesta, Na' Rosalía presenta la estrategia de organización de sus tiempos para satisfacer las necesidades alimentarias de su grupo familiar y continuar con su trabajo como totopera. Ella me platicó que, con su primer matrimonio tuvo seis hijos, y cuando tenían que ir a la escuela y no tenía suficiente dinero para darles algo de desayunar, y para llevar. Entonces, ella se levantaba desde muy temprano, prendía el *comixcal* y preparaba tortilla y *comixcalito*<sup>50</sup> para salir a vender.

Ella preparaba una primera tanda de *comixcalitos* para salir a vender, de esta vendimia podía comprar quesillo, tomate, aceite, diez pesos de frijol preparado en el mercado y/o cualquier ingrediente que necesitara para realizar un desayuno para que sus hijos llevaran a la escuela. De esta forma, ella volvía a casa, preparaba el alimento de sus hijos, los llevaba a la escuela y sólo después de satisfacer esa necesidad, volvía a su elaboración de totopos.

En este sentido, se puede apreciar un vínculo directo de ambos trabajos, aquel que es remunerado a partir del emprendimiento y el trabajo de reproducción que implica alimentar a quienes dependen de ella. Para Na' Rosalía la cocina como actividad productiva fue una herramienta importante para generar un autoempleo que le permitió cumplir con el sustento alimentario básico. Pues ella cuenta, que a partir de hacer totopos fue como pudo garantizarles el sustento, y darles las posibilidades a sus hijxs de ir a la escuela y terminar sus carreras profesionales.

Otro caso es el de Na' Catalina, quien conversaba que para ella el negocio de la cocina es importante porque le ayuda a mantener determinada solvencia económica considerando

---

<sup>50</sup> El comixcalito es una tortilla de maíz que se cocina en horno de comixcal. Este tiene un grosor más ancho que el de una tortilla, por lo tanto mantiene una consistencia más similar a la de una memela, o un sope. Es decir, una consistencia de masa reblandecida al interior, mientras que externamente es un poco más crujiente.

que el gasto que su esposo proporcionaba para la administración del hogar, en ocasiones no era suficiente.

Ay yo tengo ganas de trabajar le decía, yo voy a trabajar esta semana, le decía yo. “ay ya tú, descansa, no hagas tamal, no se te va a acabar por la temporada, con lo poquito que yo traiga con eso ya vamos a comer”, me decía mi marido. “No, yo quiero hacer mi tamal, no es suficiente lo que me das, no alcanza”, le decía yo. Y sí pues, sí alcanza, pero apretados, a veces quiere uno comprar algo de su gusto, tener ese gusto de comprarte lo que tu quieras. Yo como quiera aquí estoy en mi cocina, aquí yo soy feliz, sí es verdad que se cansa uno, pero te quedas agotada y duermes bien rico, nadie te está presionando, tú sabes tu tiempo, todo es tranquilo en la cocina (Na’ Catalina, noviembre 2021).

Con la cita presentada, Na’ Catalina expone que trabajar desde su cocina le proporciona la posibilidad de tener más solvencia económica para realizar las compras que ella decida hacer, por darse un gusto. Además, expresa que realizar el trabajo desde la cocina también le permite más tranquilidad, ya que, desde ahí, ella administra sus tiempos y sus espacios.

Como se observa, las mujeres buscan formas para sostenerse, a partir de estas alternativas económicas también se generan redes sociales que se vinculan con su quehacer productivo. En este sentido cabe mencionar que el negocio de los alimentos no se resuelve de forma inmediata en una transacción económica, sino que además de esta, se vincula con la sociabilidad.

Pues como se ha ido mencionando a lo largo de la descripción del comercio de los alimentos, las banquetas y la vía pública donde se gestan las cocinas también permiten la construcción de espacios para platicar e interactuar, no sólo se genera el saludo, sino que se propician conversaciones informales<sup>51</sup> (en algunos casos profundas) entre las personas que se encuentran.

En una ocasión, platicando con Na’ Mirna, una mujer de 53 años, casada, con tres hijos (dos menores de edad que dependen económicamente de ella y una mayor que ya no depende de ella), dedicada a la venta de abarrotes, ella me decía que cuando se vende hay

---

<sup>51</sup> Los temas que se hablan son diversos, algunos de los temas pueden ser: el aumento de precios en la comida, la familia, si algún hijo se encuentra enfermo o con problemas de salud, remedios intercambiables para la cura de estas enfermedades, sobre relaciones maritales, algún reciente fallecimiento, o sobre eventos sociales recientes. Entre mercaderas los temas también son diversos, ahí pueden reflexionarse temas relacionados con sus procesos personales. Intercambiar puntos de vista acerca de alguna experiencia de relación de pareja. Contar algún chiste en referencia al contexto de habla, entre otros temas.

que saber escuchar, porque siempre que se llega a casa no se trata sólo de vender, sino de escuchar a las personas que llegan a comprar:

A veces cada una trae sus cosas acá, y ya sabes puro chisme, pero una debe saber tener modo para escuchar porque así los clientes regresan, yo por eso le digo a los chicos, si van a atender con buena cara y atiendan bien a la gente, porque cuando una está en la tienda hay que saber tener modo para vender, la gente luego quiere contarte sus cosas, llega una vecinita, llega otra, llega otra y mira, aquí a mí se me va todo el tiempo escuchando (Na' Mirna, noviembre 2021).

El comercio en el pueblo no sólo está mediado por la parte económica sino por la amistad y las relaciones sociales que se generan a partir de este. Un ejemplo claro es el que Na' Mirna expresa con la cita anterior, no sólo es vender, sino saber escuchar a las vecinas que llegan y que tienen intenciones de platicarle algo que les preocupa.

En esta línea retomo el concepto de *economía moral*, de acuerdo con Noëlle Lechat (2013) se trata de una forma de economía que respeta las normas y valores dentro de una sociedad dada. La autora retoma a Edward Palmer Thompson, de los primeros autores en proponer este término, para señalar que esta economía supone nociones definidas y entendidas enfáticamente en el bienestar común. Es decir, “una sociedad en donde la producción y el comercio se subordinan a una serie de reglas establecidas por las costumbres y los valores morales” (Thompson, 1998:212; Lechat, 2013:148).

El comercio de los alimentos podríamos pensarlo como parte de un sistema que también se medía por estas normas morales dentro del pueblo, pues es claro que para algunas personas la elección de dónde comprar se determina por el apoyo que se direcciona a las mujeres que venden. Una elección en la que implícitamente están presentes valores de apoyo mutuo.

En una ocasión Gladis, hija mayor de Na' Mirna, de veintiséis años, dedicada a la venta de pan, ella me platicaba que tenía que comprarles a las vecinitas que llegaran a ofrecerle, pero con el gasto repartido. Hubo una ocasión en la que iba a comprar un elote desgranado y frente a su domicilio había dos puestos de venta de elotes. Estaba Na' Tona Pato<sup>52</sup> y otra de sus vecinas vendiendo también elote y fruta en bolsita. Ella quería comprar

---

<sup>52</sup> Na' Tona Pato es una mujer de 56 años, casada y con un hijo menor, dedicada a la comercialización de elote en bolsita, así como fruta picada. El apodo “Pato” viene de la familia de su esposo. En San Blas Atempa es común los apodos que devienen de los abuelos, cuando una mujer se casa con alguien se le apoda como a la familia del esposo.

un elote, pero no quería que Na' Tona viera que le compraría a su otra vecina, entonces la forma de resolver esto fue preguntando con sus hermanos si querían una bolsa de elotes, así fue como consiguió comprar dos bolsitas. Le pregunté la razón por la que había decidido comprar dos bolsitas en lugar de una y su respuesta fue la siguiente:

Es que así es aquí, no puedes comprar todo con una sola persona porque después te van a decir que no les compraste y tampoco te van a querer comprar. Más cuando una está empezando, siempre hay que apoyar a las que apenas empiezan con su negocio. Así hace mi mamá, cuando ella va a hacer sus compras ella va con varias personas porque dice que así la gente también viene aquí a la tienda a comprar (Gladis López, diciembre 2021).

Me parece importante mencionar esta escena porque aquí puede observarse claramente la relevancia que tiene el elegir a quien comprarle, en una intención de reciprocidad y solidaridad que se presenta en el comercio de los alimentos, es decir, una economía moral que se ve manifestada en este sistema comercial.

De esta misma forma, durante las ventas en el mercado, muchas veces entre las mercaderas intercambian sus productos con la finalidad de apoyarse, sobre todo en las temporadas en las que hay ventas más bajas. De esta forma es posible diversificar la cantidad de alimentos antes de volver a casa, así, aunque no se regresa con mucho dinero, sí se vuelve con posibilidades de satisfacer las necesidades alimentarias mediante lo que se consigue en el mercado.

Esta estrategia demuestra que las economías que se generan en la venta de alimentos, como expone Amaia Pérez (2014) no tienen una ideología individualista, sino todo lo contrario, se apela al apoyo de unos y otros:

La autosuficiencia en y a través del mercado, que gira en torno a un modelo predefinido y autocontenido de “familia”, muestra su tremenda fragilidad en cuanto el contexto mercantil deja de ser favorable. Es entonces cuando vemos que nos necesitamos unxs con otrxs; la interdependencia en tanto condición básica de la existencia exige el funcionamiento de redes que se hagan cargo de la vida (Pérez, 2014: 161).

En este punto, una de las señoras que trabaja en el mercado vendiendo café para las mercaderas, Na' Carmen, me comentaba que al negocio de la cocina mucha gente se dedicaba, porque era un negocio noble. “Si tú haces de comer para vender, aunque no lo vendas, no te vas a morir de hambre, por lo menos para el día, ya tienes qué comer o qué cambiar”. Ya que, aunque no se venda todo lo que ellas llevan para comercializar, al final

intercambian para contar con una variedad de alimentos y “aunque sea llevarse un taco a la casa” (Na’ Carmen, noviembre 2021).

Otra forma de conocer y ver las estrategias que las mujeres realizan a partir del trabajo de la cocina es desde el apoyo mutuo que se brindan entre ellas, las ayudadas son una gran muestra de ello, pues mediante estas las mujeres generan redes solidarias y de apoyo mutuo. De esta forma, la cocina es una manera no sólo de generar ingresos sino de apoyarse mediante la organización colectiva entre mujeres, donde además de cocinar, también conversan, bromean, comen, discuten y reflexionan temas que les son de interés compartido. El apartado que se presenta a continuación ahondará sobre las ayudadas.

### 3.3.1 Más allá del comercio: las ayudadas, organización colectiva de la cocina

Para comenzar este apartado describiré brevemente las fiestas del pueblo de SBA, sobre todo en las que tuve posibilidad de observar y participar para las dinámicas del trabajo de la cocina colectiva. Retomaré principios del don y la economía moral que serán de utilidad para el análisis de estas dinámicas. Y profundizaré en escenarios etnográficos de dos ayudadas por motivo de festividades sociales en el pueblo.

En SBA hay diferentes tipos de festividades, en un esfuerzo por agruparlas<sup>53</sup>, las presento en dos: 1) sociales. 2) Patronales y barriales. Las de tipo social son aquellas que se celebran en motivo de los ritos de paso en la vida de las personas: cumpleaños, bodas, ritos funerarios, bautizos, comuniones, entre otras. Las que son patronales o barriales tienen que ver con la celebración del santo de la iglesia que corresponde a cada barrio, sujetas al calendario religioso, aquí también se ubican las fiestas patronales que se celebran en torno al santo patrón del pueblo. Para estas fiestas los rituales de celebración mantienen determinados protocolos, como la elección de mayordomos, capitanes o capitanas, así como la sucesión de días de fiesta que tienen un orden y función establecido.

Por otro lado, las celebraciones sociales mantienen otro tipo de dinámicas y se desenvuelven en torno a las posibilidades económicas de la persona que festeja. Sin embargo,

---

<sup>53</sup>Esta clasificación es únicamente para contextualizar las fiestas en las que participé, cabe mencionar que el estudio de los sistemas festivos en el Istmo de Tehuantepec amerita un análisis más profundo, sin embargo, no es objetivo de este trabajo profundizar sobre las dinámicas sociales, culturales y políticas de la cocina colectiva del pueblo de SBA, sino enfocarme únicamente en los espacios que las mujeres construyen y en las relaciones que se generan entre ellas en estos espacios.

en ocasiones se adoptan mecanismos similares a las festividades barriales o patronales, por ejemplo, la búsqueda de madrinas o padrinos para determinadas aportaciones como el pastel, recuerdos, fotografía, entre otros.

Estos vínculos se buscan de acuerdo con los antecedentes de estas relaciones, es decir, si en alguna ocasión una persona fue padrino o madrina de algún amigo o familiar, cuando esta persona realiza una festividad se puede decir que “cobra” estos favores anteriores. Cabe mencionar que no siempre son “cobranzas” explícitas, en ocasiones se trata de un compromiso que se contrae mutuamente, sin la necesidad de establecer reglas apalabradas<sup>54</sup>, pues en su mayoría estas reglas ya están presentes dentro de las costumbres y normas sociales.

Hay situaciones en las que, cuando se trata de un compromiso mayor, como apadrinar a un niño, matrimonio, u otro, se realiza una “bebida” para contraer este pacto. De acuerdo con Diaz-Villalobos (2019) “Esta bebida consiste en un presente que se compone por alimentos: pan compuesto, pan marquesote, tablillas de chocolate, café y en algunas ocasiones también un animal de crianza.” (p. 56), Claudia Magaña (2012) señala que en el Istmo de Tehuantepec, los alimentos son un medio de expresión simbólica para conformar las relaciones sociales, en muchos casos son utilizados para las invitaciones a bodas o festividades patronales, y al aceptarlos se adquiere el compromiso de asistir o en otro momento devolver esa ayuda (p. 28).

En este punto cabe mencionar que una rama de la literatura antropológica clásica<sup>55</sup> se enfocó en el estudio de los sistemas de intercambio; en los conceptos de *don* y *reciprocidad*. Estas categorías de análisis han sido de gran utilidad durante los estudios que abordan los sistemas de fiesta comunales, por lo tanto, me parece importante recuperar ejes claves para el análisis de las ayudadas en el pueblo de SBA. Sin embargo, me parece importante decir

---

<sup>54</sup> Hay ocasiones en las que, cuando se trata de un compromiso más formal como apadrinar a un niño, matrimonio, u otro, se realiza una bebida.

<sup>55</sup> Algunos de estos trabajos son: “Ensayo sobre el don: forma y función del intercambio en las sociedades arcaicas” (1925) por Marcel Mauss. “Los argonautas del Pacífico Occidental” (1922) por Bronislaw Malinowski. “Sistemas políticos de alta Birmania” (1954) por E.E. Evans-Pritchard. “El don de la vida: estructura y función de la religión” (1992) por Marcel Mauss. Esta literatura clásica reúne bases sólidas para comprender los conceptos de don y reciprocidad desde una perspectiva antropológica.



que no profundizaré en esta literatura clásica, más bien me limitaré al uso de la categoría de don.

Godelier (1998) en “El enigma del don” retoma principios de la propuesta de Mauss (1925) y expone que:

Un don es pues un acto voluntario, individual o colectivo, que pueden o no haber solicitado aquel, aquellas o aquellos que lo reciben. [...] Donar parece instituir simultáneamente a una doble relación entre el que dona y el que recibe. Una relación de solidaridad, ya que el donante comparte lo que tiene o lo que es, con aquel que dona, y una relación de superioridad, ya que el que recibe el don lo acepta y contrae una deuda con aquel que se lo ha donado. Por medio de esta deuda, se convierte en su deudor y por ello se halla hasta cierto punto bajo su autoridad, al menos hasta que no haya “devuelto” lo que se le donó (p. 25).

Desde esta perspectiva, el don es una práctica ambivalente, pues aunque se genera en un sentido de solidaridad y unión, también puede ser un acto coercitivo por el “deber” de devolver lo que se le fue donado. En este punto es importante decir que hay que situar esta categoría en función de cada sociedad, de acuerdo con las normas, valores morales y situaciones sociales en las que se presenta.

Para las “ayudadas” del pueblo de SBA las mujeres asisten a ayudar a quien realiza una festividad con el fin de aminorar las labores culinarias necesarias para la fiesta, de esta forma el trabajo se realiza con más agilidad. Cabe mencionar que las mujeres que asisten a ayudar mantienen relaciones sociales, familiares y/o de compadrazgo entre sí. Este vínculo refuerza el deber y/o en dado caso, elección de asistir a la ayuda de la cocina.

En este punto es importante mencionar que si bien, las ayudadas son una forma de generar apoyo mutuo entre mujeres para la realización de la cocina de una fiesta, también puede ser una actividad que continúa siendo parte de las labores establecidas para las mujeres, y aunque no tiene un “deber” explícito, muchas veces sí implica de cierta manera una obligación para algunas mujeres que tienen el compromiso “moral” de devolver determinada ayuda.

Con la finalidad de realizar un análisis de estas ayudadas, a continuación, entrelazaré, a manera de narrativa dos escenarios de la cocina colectiva de San Blas Atempa, en donde las mujeres, mediante las ayudadas, generan un espacio para compartir la preparación de la comida, y para diversificar un banquete, con motivo de una celebración festiva. Cabe resaltar

que en ambos casos se trató de festividades sociales, particularmente de un cumpleaños y una boda.

La primera ayudada se dio en el patio del rancho de Na' Rosalía, el motivo fue el cumpleaños número siete del hijo menor de Na' Rosalía.

El patio del rancho de Na' Rosalía está de camino a un lugar conocido como Nizarindani<sup>56</sup>, camino a la carretera que va de San Blas Atempa a Juchitán. El trayecto está lleno de monte verde, tierno y oloroso. Tan es así, que al cerrar los ojos es posible percibir la frescura del campo recién llovido del mes de septiembre. En este camino hay matas de plátano, que nos acompañan durante el primer tramo. Después, comienzan a desprenderse altas palmeras cargadas de coco, para dar paso a hectáreas de milpa y cultivos de flores silvestres, sobre todo, cresta de gallo, montecasino, nardos y cempasúchil que comienzan a brotar los primeros botones por la temporada de todosanto. Al llegar al rancho de Na' Rosalía, el paisaje es amplio, muy claro, la luz entra por todas partes, y grandes mangales en hilera forman un techo de ramas por encima de nosotras, proveyéndonos de sombra y frescura para los calores del medio día. Alado del patio se pueden apreciar dos cabañas hechas de adobe, una que está completamente cerrada, que forma parte de la casa-habitación de Na' Rosalía y otra que mantiene una pared al descubierto y un techo de lámina, esta es la cocina.

Se puede percibir a simple vista que el espacio destinado a la cocina reúne varias funciones pues no sólo se encuentran los utensilios propiamente de cocina, sino diversas herramientas de trabajo (niveles para medir construcciones, sierras, machetes, mangueras de riego, llaves de construcción, pala, pico y escoba). En el centro de la cocina está una construcción de concreto donde hay dos hornos de comixcal y al centro de estos, hecho con ladrillos y tejavana, un fogón. En la pared de lado izquierdo están las repisas donde se acomodan trastes, utensilios y cacerolas. Así como la despensa básica: aceite, arroz, sal, azúcar, sopa de fideos y chiles en curtido.

Cuando llegamos a ayudar, alrededor de las diez de la mañana, encontramos a Na' Lourdes (tía de Na' Rosalía) ayudándole con el pollo en guajillo de la comida, el plato principal de la celebración. Afuera del espacio "propio" de la cocina, estaba instalado un fogón, con tres blocs de concreto y leña ardiendo, donde el pollo hervía. En cuanto llegamos, comenzamos a ayudar con diversas actividades relacionadas con la preparación del espacio. Mientras tanto, fueron llegando al lugar otras señoras con cacerolas de botana "a medio hacer", listas para continuar con las preparaciones en el rancho de Na' Rosalía. Conforme llegaron a ayudar, se organizaban de acuerdo con la preparación que estaban realizando.

Cerca del fogón donde hervía el pollo, Na' Lourdes y Na' Rosalía estaban picando lo necesario para el acompañamiento del pollo: la sopa de pasta. Por otra parte, Na' Carmen y otras dos señoras estaban en una mesa al centro del patio, picando todo lo que tenía que ver con la ensalada de chicharrón. Una de ellas picaba el jitomate, la cebolla y el chile, otra de ellas se encargaba de trocear el chicharrón en una bandeja de plástico y otra cortaba y exprimía limones en una jícara. A la par, dos mujeres más acompañaban a las señoras que realizaban estas labores, platicando sobre temas cercanos a ellas.

Las conversaciones que se daban en estos momentos eran en *diidxazáa* y aunque yo no podía entender con exactitud qué era lo que decían, podía escuchar que, en algunas ocasiones se

---

<sup>56</sup> Interpretado al español como: lugar de donde nace el agua

reían e intuía que contaban chistes o burlas. También noté que por momentos la conversación era seria, de asombro e importancia, pues la atención de las mujeres receptoras tenía un gesto de seriedad, en algunos casos de preocupación y consternación por lo que escuchaban.

Gladis, al darse cuenta de que me esforzaba por comprender de qué se trataba lo que las señoras estaban hablando, me contó que los temas eran en torno a la situación de una señora que recientemente había fallecido a causa de COVID. Cuando comenzaron a reírse me explicó que estaban haciendo burlas relacionadas con el tema de la muerte, en ese momento, Gladis pasaba con unos globos para colgarlos y en el piso estaba Coqueta, la periquita de Na' Rosalía, Gladis estuvo muy cerca de pisarla y una señora en *diidxazáa* dijo “aguas que ya va Coqueta a hacer fila a la muerte” y todas comenzaron a reírse.

De esta narrativa etnográfica me gustaría destacar aspectos importantes. Primero, habría que decir que la cocina, mediante las ayudadas genera un espacio compartido entre mujeres que tienen un objetivo común: realizar la comida y botana para la fiesta de cumpleaños. Es decir, que la cocina mediante las ayudadas en el pueblo de SBA es reconocida como una actividad propiamente femenina, que a su vez permite realizarse mediante la organización colectiva.

Por otra parte, preparar los alimentos de manera compartida entre mujeres, construye un espacio propicio para la conversación cotidiana. Puede ser el chiste, la burla, rima, chisme y anécdotas que salen a la mesa para compartir durante estos momentos. Asimismo, hay que destacar que el espacio “propio” de la cocina no es fijo, pues deja en evidencia que es expansible, situacional, móvil y funciona bajo lógicas y dinámicas diversas, es decir, en esta ocasión era una ayudada para una celebración de un cumpleaños infantil, pero pudo haber sido para preparar comida para la venta o bien, comida para la familia. Sin embargo, en esta situación la cocina toma el lugar donde cualquiera de ellas se encuentre revolviendo, picando o haciendo alguna preparación de alimentos, mientras las demás desde ahí, acuerpan, platican y se relacionan entre sí.

En este punto, me parece importante recalcar, que la cocina en el pueblo de SBA no se reduce a un espacio cerrado al interior de un domicilio que podría pensarse como un espacio “privado” frente a su opuesto el espacio “público”. En estos casos, la lógica privado-público se desafía, pues es notable que se trata de un espacio que no sólo es colectivo, sino visible, expansible y móvil.

Como último punto, quisiera resaltar el apoyo entre mujeres que está presente en estos escenarios, pues es por estas ayudadas, mediante las que se tiene la posibilidad de un

banquete variado, con distintos tipos de botanas. Por ejemplo, hablando con Na' Rosalía, ella me decía que era importante apoyarse durante las ayudadas, pues estas permitían realizar la celebración con el apoyo de otras mujeres. Así cuando alguna de ellas realizara otra fiesta, le tocaría a ella llevar algo para acompañar.

En este sentido, se puede afirmar que las ayudadas en el pueblo de SBA construyen espacios donde las mujeres se reúnen en el patio de la casa de quien esté celebrando una fiesta, con la intención de realizar un trabajo colectivo. Estas reuniones son una forma explícita de mantener y tejer redes de reciprocidad entre mujeres en la comunidad, y muestran cómo la cocina forma parte importante de la celebración, de la actividad y del vínculo social en el pueblo. Es decir, las ayudadas son importantes para establecer grados de confianza, organización y distribución entre las mujeres. Por esta razón, no sólo cumplen una función práctica, sino que también son el escenario de las relaciones sociales significativas.

En sintonía con estas observaciones, Curiel (2022) señala que, en el municipio de San Miguel Tlacotepec, Oaxaca, las cocinas colectivas para festividades configuran espacios de expresión comunitaria. En este trabajo la autora realizó un análisis de las prácticas y los espacios-cocinas y observó “referentes empíricos que replantean ideas sobre el micro-poder entre e intra géneros y los mecanismos de adquisición de prestigio y autoridad a través de las prácticas poco valoradas por ser consideradas domésticas” (p. 169).

Es decir, la cocina colectiva construyó un espacio mediante el cual las mujeres pudieron adquirir prestigio y autoridad. Al mismo tiempo, la autora señala que se construyen espacios comunitarios para la convivencia entre mujeres de distintas edades y familias. Desde estas “actividades” las mujeres también reactualizaron formas de adquisición de prestigio desde el sistema de cargos y difuminaron la división entre lo público y lo privado (Curiel, 2022: 184).

Continuando con los escenarios etnográficos, en otra ocasión, para la ayudada de una boda que se realizaba enfrente de la casa de Na' Mirna, ella me platicaba que quien se casaba era su sobrino, pero que más allá de él, ella iba a ayudar por su mamá, porque además de ser su prima, era su comadre y vecina. Entonces ese día previo a la boda, fuimos a ayudar a la casa de la vecina desde las dos treinta a.m. Cuando llegamos Na' Mirna se preocupó porque de acuerdo con lo que veíamos, ya era tarde, me platicó que ya cuando las mujeres están

poniendo las tortillas al comal, es porque ya están avanzadas con todo lo demás. Y me dijo que hay mujeres que no duermen, y que están ayudando desde la tarde del día anterior.

Cuando llegamos a la casa, justo en un callejón situado a lado de la avenida que llevaba al domicilio, estaba un comal grande con braza encendida, donde muchas mujeres en fila iban torteando y poniendo tortillas al comal. Cada una de ellas era responsable de su tortilla y cuando esta estaba lista, las ponían en canastas, para después repetir e ir por otra bola de masa, así es como se hacían tortillas de forma continua. Además, cabe mencionar que mientras las mujeres hacían tortillas habían otras que repartían café y pan a quienes iban llegando.



Fotografía 2. Mujeres haciendo tortilla en una ayudada para boda 1, autoría propia.



Fotografía 3. Mujeres haciendo tortillas en una ayudada para boda 2, autoría propia.

Mientras, en el patio de la casa se estaba cocinando el lomito de res en cacerolas grandes, en este lugar se encontraba la cocinera principal y quienes le ayudaban a ella. Las mujeres que trabajaban en esta área eran familiares y mujeres cercanas a la cocinera principal. En este sentido es importante mencionar que, la distribución de las mujeres en las ayudadas también está mediada por las relaciones de confianza entre ellas, así como en la destreza de determinadas habilidades culinarias, pues por ejemplo para el caso de las tortillas era notable que las mujeres jóvenes que no tenían las habilidades para tortear se quedaron sentadas esperando otra actividad.

De acuerdo con Díaz-Villalobos (2019) las relaciones de poder entre mujeres están presentes, pues en ocasiones las destrezas, habilidades y *expertise* en el conocimiento culinario también sale a flote en la manera en la que se generan las relaciones dentro de la cocina colectiva, así como en la forma en la que se distribuye la organización de estos espacios (p. 144).

Cuando el lomito terminó de cocerse, las mujeres que estaban dentro de la casa, distribuyeron la carne en bandejas de plástico que después proporcionaron a las mujeres que esperaban afuera, en ese momento, todas comenzamos a desmenuzar la carne caliente y recién cocinada. El aroma a carne cocida era fuerte y el calor en las manos, todavía más. Al

desmenuzar la carne también teníamos la tarea de limpiarla y quitar trozos de piel que no fueran agradables para comer.

Durante el momento en el que desmenuzábamos la carne, las mujeres a lo largo de la calle se agrupaban en círculos, y platicaban, sobre temas de interés compartido. Cabe mencionar que estas agrupaciones se realizaban de acuerdo con relaciones previas que algunas mujeres mantenían entre sí. Cuando se terminó de realizar el trabajo, por ahí de las cinco de la mañana, ayudamos a pasar la carne y a lavar algunos trastos, más adelante las cocineras nos indicaron que esperáramos un momento para recibir nuestro cariño.

Poco tiempo después pasamos a la cocina, en fila para recibir un plato de comida muy basto, con tortillas y agua de horchata y para las mujeres que habían acudido a ayudar de tiempo atrás, se daba no sólo el plato para desayunar, sino un recipiente de plástico lleno de comida para llevar a casa. Muchas mujeres comenzaron a desayunar en el área donde trabajamos desmenuzando la carne, se escuchaba que platicaban, se reían y comían al mismo tiempo<sup>57</sup>.

Con ambos ejemplos quisiera señalar que las ayudadas no tienen intereses lucrativos, sino meramente de apoyo y/o un deber de reciprocidad, pues Na' Mirna me comentaba que ella iba a ayudar a todas las personas que antes también le ayudaron a ella en una fiesta que realizó por motivo del cumpleaños de su mamá. En este punto es importante mencionar que la cocina durante las ayudadas no sólo mantiene dinámicas de trabajo colectivo, sino que además dan un espacio y lugar para el descanso y el intercambio entre las mujeres.

Durante mi estancia pude acudir a diversas ayudadas y aunque cada tipo de celebración mantenía dinámicas diferentes que se relacionaban con el tipo de comida que se realizaba por festividad. Una constante fue que todas propiciaron un espacio para compartir los alimentos que se preparaban después del trabajo compartido. Estos momentos los disfruté de forma significativa no sólo por la comida, sino por el resultado de cocinar para después comer en grupo, con mujeres que han realizado y hecho posible disfrutar los alimentos que en ese momento compartimos. En este sentido, me parece importante resaltar lo valioso que

---

<sup>57</sup> En ese momento probé apenas unos bocados de la comida, y debo decir que, aunque personalmente no como mucha carne, el guisado estaba de un sabor impresionante, la carne estaba de un condimento y aroma riquísimo. Sumamente comestible, blandita y deshebrada en un jugo que tenía mucho sabor y aroma. A lado de la carne había “sangrita” (sangre cuajada y frita). Todo esto acompañado de frijoles refritos y tortillas.

son estas ayudadas para compartir espacios de confianza entre mujeres, donde no sólo se trabaja, sino que se da un lugar para comer y compartir.

A manera de cierre de este capítulo presento la organización de las ayudadas en el pueblo de SBA con algunas fotografías capturadas durante el trabajo de campo.



Fotografía 4. Mujeres en ayudada para XV años 1, autoría propia



Fotografía 5. Mujeres en ayudada para XV años 2, autoría propia



## **4. APRENDER A COCINAR: SABERES, CUERPO Y EXPERIENCIAS EN LAS COCINAS DE SAN BLAS ATEMPA**

El presente capítulo tiene la finalidad de conocer cómo se aprende a cocinar en el pueblo de San Blas Atempa, desde ahí indagar en aquellos saberes y conocimientos que se crean, reproducen y circulan en las cocinas del pueblo, y en las nociones del ser mujer que trascienden en la transmisión de estos conocimientos.

En este apartado abordo la cocina como un espacio donde se aprende y enseña a cocinar, se re crea, experimenta y se transmite. Para ello retomo planteamientos provenientes de la pedagogía crítica de Paulo Freire. Desde ahí señalo que la cocina es un laboratorio activo, donde circulan saberes y conocimientos que van más allá del cocinar, los clasifico en cuatro: 1) conocimientos administrativos derivados de la operación culinaria comercial. 2) Saberes y conocimientos relacionados con lo culinario (ingredientes, métodos y técnicas). 3) conocimientos de cuidado y máximo aprovechamiento de los alimentos (relacionado con el carácter biocultural de la cocina). Y 4) Saberes vinculados al cuidado del cuerpo y el cuidado de las infancias a partir de remedios y técnicas corporales.

Más adelante, retomo la *expertise* de la cocina como ámbito donde se desarrollan saberes vinculados directamente a la sensibilidad corporal de la cocinera que realiza las preparaciones. Presento la cocina, la comida y el cuerpo como elementos íntimamente ligados, desde ahí abordo la incidencia del cuerpo y las heridas del desgaste que el trabajo de la cocina ocasiona. Finalmente, indago en las transferencias de valores e ideologías que se reproducen, recrean y reflexionan desde la cocina. Particularmente aquellos que tienen relación con el ser mujer en el pueblo de SBA. Estos no sólo se transmiten con la enseñanza-aprendizaje de la cocina. Sino que tienen que ver con la escucha y narración de experiencias de vida que se comparten en estos espacios.

#### 4.1 APRENDER A COCINAR, LA COCINA COMO LABORATORIO

La cocina es un espacio que genera relaciones sociales, experiencias y sentires que se transmiten con y a quienes cocinamos, así como con quienes decidimos -o tenemos que- comer. En este sentido, los aspectos afectivos, relacionales y transmisibles podrían observarse a través de la manera en la que se enseña y aprende a cocinar. María Elisa Christie (2008) expone que, si la cocina es amor, no habría entonces que sorprenderse que también se trata de un espacio con fuerte interacción social, donde las relaciones sociales se construyen. Un espacio donde las emociones, creatividad y subjetividades se expresan.

Un universo de conocimientos propios donde el vocabulario toma diversas formas, sabores, aromas, texturas. Donde las expresiones verbales ceden su lugar a ideas que se corporalizan durante las cocinadas; esto se debe a que “las mujeres transmiten no sólo sus recetas sino una visión y filosofía de vida a las nuevas generaciones [...] heredan una memoria colectiva, una forma de ver el mundo y de sufrir y gozar la vida desde la cocina” (Christie 2002:23).

En este capítulo, situaré la cocina de Na’ Catalina<sup>58</sup>, como este escenario donde la cocina sucede y se recrea constantemente, como un campo donde dialogan los saberes, las experiencias, valores, ideologías y subjetividades que van conformando el ser mujer en el contexto del pueblo de San Blas Atempa.

Un día de noviembre, durante la elaboración de tamales con Na’ Catalina, estaba su hija menor, Camila, quien formaba parte del entorno culinario en el que estábamos. La cocina de Na’ Catalina está ubicada en casi todo el patio de su casa y está equipada por distintas herramientas de trabajo. Tiene dos formas de cocinar, una mediante leña en el fogón que está ubicado a continuación del horno de comixcal, ambos con construcción de bloc y cemento; por otra parte, hay una estufa que funciona con la instalación de un tanque de gas butano.

En la estufa de gas ella realiza preparaciones y guisados para su cotidianidad, la de su familia y algunas preparaciones para la vendimia de tamales. Por otra parte, los fogones de brasa o leña, las utiliza con mayor especificidad, para la cocción prolongada de sus tamales,

---

<sup>58</sup> Na’ Catalina, es una mujer de 43 años, hablante de *diidxazáa*. Está casada y su marido se dedica a conducir moto carros mientras ella realiza tamales para venta. Tiene dos hijos, el mayor de diez y siete años y la menor de doce años. Ambos dependientes económicos de ella.

de sus moles, atoles, guisados, nixtamales, y para sus caldos. De la misma forma, en su horno de comixcal Na' Catalina realiza sus tortillas y comixcalitos para consumo familiar y para venta.

Ambas estufas se encuentran separadas, una de otra, como si la cocina de humo estuviera en el universo opuesto de la cocina de gas. Podríamos pensar a simple vista que son lugares casi antagónicos de la cocina, pero no. Se tratan de espacios interconectados que se encuentran separados por su funcionalidad y características, pues la estufa de gas no libera humo como la otra, que amerita estar ubicada en un espacio que permita el libre paso hacia el exterior.

Asimismo, la práctica utilidad de la estufa de gas implica un inmediato acceso al lavadero de los trastos, al comedor, por supuesto, a la alacena donde se encuentran, tanto la materia prima como los utensilios, recipientes, ollas y cacerolas para cocinar. La cocina de humo, en cambio está al lado del molino de maíz eléctrico, me atrevo a decir que tiene que ver con la cercanía del horno de comixcal y el maíz, así como la practicidad del fogón de leña, donde se cocinan los atoles y los tamales.

En medio de este patio-cocina están las hamacas, el estacionamiento de un motocarro, el área de estar de sus hijos. En este punto me parece importante hacer notar la participación y presencia de Camila, hija de Na' Catalina, quien mientras su mamá realiza sus tamales para venta, ella está ahí acompañando y obedeciendo los requerimientos de su madre.

En algunos momentos le pide que vaya a la tiendita cercana a comprar lo que Na' Catalina requiere para continuar con la elaboración de los tamales. Además, ayuda en las labores de preparación de la comida para la familia. Ese día, Na' Catalina le daba indicaciones a su hija desde lo lejos sobre cómo preparar un agua de limón.

En ese momento, Camila le pregunta con precisión “¿Cuánta azúcar, ma'?", a lo que Na' Catalina responde, “pruébale, hija, yo no te voy a decir todo, tú lo estás haciendo, tú tienes que aprender a hacerlo y si no pruebas no vas a saber cuánto de azúcar necesita” (Na' Catalina, noviembre 2021).

Podríamos pensar que la cocina, por ser una actividad que requiere de ingredientes, medidas y procedimientos, debería tener una precisión y métodos estandarizados para

llevarse a cabo. Que los platillos son réplicas, como lo pone un recetario de cocina, o los canales televisivos que comparten recetas y procedimientos. Sin embargo, con la cita expuesta podemos darnos cuenta de que, aunque la cocina requiera de estos elementos (medidas, procedimientos y métodos), no quiere decir que el enseñar y/o aprender sea sólo saber replicar recetas.

Na' Catalina le está explicando a su hija que para hacer un agua de limón, ella debe probar, deducir, intuir, experimentar y decidir cuánto de azúcar le pondrá al agua. Otro aspecto para resaltar de la enseñanza de Na' Catalina a su aprendiz es la confianza y la participación que le solicita durante el proceso de su aprendizaje. De esta forma la cocina no sólo enseña porciones y métodos, sino otras habilidades que involucran de forma muy directa a la aprendiz durante la preparación de los alimentos.

Continuando, durante la realización de los tamales para la vendimia, escenarios como este se repitieron en el patio-cocina de Na' Catalina. Y es dentro de esta situación en la que surge una conversación reflexiva, en torno a la forma en la que Na' Catalina le enseña a cocinar a su hija, y al mismo tiempo nos habla de la forma en la que ella aprendió a cocinar con su madre.

Siempre le hablo desde ahí, desde la cocina. Le digo, “ven a moverle al mole”, “ven a picarle al tomate”, así es como aprendí yo también, no me dijo mi mamá “esto y esto tiene que llevar”, nombre no, “hazlo y vas viendo ya que lleva”, ahí es donde está la motivación, ya lo hiciste y cuando lo pruebas, te gusta, entonces ya sabes qué es lo que lleva, así me decía mi mamá, “no te voy a decir cuántos tomates, tú estás ahí, fíjate qué tanto de tomate lleva. Si eso tanto que yo voy a echar es lo que va a salir sabroso, ya sabes tú cuánto, fíjate”, me decía ella. [...] Mi mamá no tuvo ningún recetario para mí porque lo que vas a guisar lo vas a probar tú primero, si te salió bien, ya sabes cuáles son los ingredientes que le vas a poner, y si te salió mal ya sabes qué le vas a meter para componerlo. Y, cómo aquí con la comida se vive al día, se va haciendo casi siempre lo mismo, pues una ya tiene práctica. Porque sí hay personas que te dicen “yo no sé hacerlo, mi mamá nunca me enseñó”, y ahí sí es cierto que se necesita un recetario. Pero como yo sí aprendí con mi mamá, y mi mamá me enseñó, así como te estoy diciendo, por eso a mí no se me olvida nada (Na' Catalina, noviembre 2021).

Me gustaría destacar tres frases importantes de la cita anterior. 1) “Siempre le hablo desde ahí, desde la cocina”. Esta frase expresa que la cocina articula un espacio en el que la transmisión de saberes está presente. 2) “Hazlo y vas viendo qué lleva”; es decir, la forma de aprender está relacionada directamente con la capacidad sensitiva de la persona que está aprendiendo, quien es participante activa en su propio proceso de aprendizaje. 3) “Mi mamá me enseñó, por eso a mí no se me olvida nada”, que señala la importancia de quién enseña y de su manera de enseñar como un énfasis que garantiza un “saber hacer” en la cocina.

Parto de estos señalamientos para reflexionar sobre la cocina como un espacio donde se aprende y enseña a cocinar, se re-crea y transmite. En este sentido, cabe señalar que observo esta perspectiva crítica de la educación desde un ámbito que no es “formalmente” educativo, sino desde prácticas cotidianas. Desde ahí propongo comprender qué valores, saberes, aprendizajes y maneras de enseñar existen fuera de los espacios en los que formalmente pensamos el proceso de conocimiento, aprendizaje y enseñanza, y postulo que estos otros espacios también son válidos y necesarios para pensar estos procesos de transmisión.

Uno de los argumentos necesarios dentro de la pedagogía crítica, es en torno a la construcción de un conocimiento. Freire postula que este no es “transmisible” en sí, como si se tratara de una réplica tal cual, sino que se va construyendo y/o produciendo y que tanto el educando como el educador deben asumirse y auto percibirse como sujetos activos dentro de este proceso de construcción (Freire en Duhalde, 2008: 205).

Esta postura sobre el conocimiento y el aprendizaje es a lo que Freire denomina “educación dialéctica”, que contrapone la lógica de los sistemas educativos, donde el saber es aquello que sólo poseen los sabios, mientras que los receptores, posicionados en el lugar de los ignorantes son quienes reciben el obsequio del saber. En esta idea de conocimiento hay una connotación opresiva que se basa en el postulado de que el educador aplaca la ignorancia del otro, posicionándose en el lugar del saber. Por otro lado, la educación dialéctica “propone la superación de la contradicción educando/educador, como una condición *sine qua non* para pensar en la educación como práctica de la libertad, donde el sujeto es cognoscente” (Duhalde, 2008: 207).

Al retomar el caso de Na’ Catalina, acerca de cómo ella aprendió a cocinar con su madre, y en los principios de aprendizaje que ahora incentiva en Camila (su hija) a través de la cocina, podríamos pensar en esta como una forma crítica de la enseñanza, es decir, como una “educación dialéctica” de la cocina. Pues, en la cita expuesta, no da indicaciones precisas de un procedimiento o técnica. Al contrario, le pide a Camila una participación dentro de su proceso de aprendizaje, le pide que observe, intuya, pruebe, y, sobre todo, que se sienta motivada por esa inquietud de saber confeccionar las preparaciones.

El papel de Na' Catalina, es el de la maestra con experiencia que guía el proceso de preparación y a su vez, que presta atención en la participación de Camila, quien también debe estar con ojos y sentidos abiertos para seguir sus intuiciones dentro de los mismos procesos de preparación-aprendizaje. La enseñanza de la cocina no se trata de una transmisión “plana” de recetas, proporciones, ingredientes y métodos de preparación, como a simple vista se podría pensar. Sino de un diálogo de interaprendizaje, en el que, tanto la maestra como la aprendiz, constantemente ponen en tensión lo que saben y conocen. En este punto, podríamos pensar la cocina como un continuo, donde la renovación de saberes se materializa, no sólo en recetas sino en cómo se aprende, siente y hace la cocina, desde las particularidades del cuerpo de cada mujer.

De acuerdo con Freire, uno de los principios más importantes en la práctica educativo-crítica es generar las condiciones para que todos quienes estén involucrados en ella, tanto educandos como educadores, en las relaciones entre sí, puedan vivir la experiencia de asumirse a sí mismos. Ya sea en términos culturales, sociales e históricos.

Lo explica con la siguiente cita:

La idea es “asumirse como ser social e histórico, como ser pensante, comunicante, transformador, creador, realizador de sueños, capaz de sentir rabia porque es capaz de amar” [...] si bien la formación docente debe entenderse como la facilitadora de un movimiento que vaya desde la curiosidad ingenua a la curiosidad epistemológica, este camino no puede hacerse sin el “reconocimiento de una identidad cultural” que también está atravesada por lo emocional. Se trata, en definitiva, de una fuerza creadora del aprender en la que se privilegie “la duda rebelde y el gusto por la rebeldía, la curiosidad no fácilmente satisfecha y en la que la tarea docente lleve a “estimular la capacidad que tiene el educando de arriesgarse, de aventurarse. (Freire, 1997: 46 en Duhalde, 2008: 208)

En este sentido, la cocina puede ser un espacio amplio, como Paulo Freire refiere, para “la capacidad de asumirse” como mujeres, pensantes, realizadoras de su trabajo, creativas, hábiles e ingeniosas frente a las condiciones en las que se encuentran. Éste último punto me gustaría reafirmarlo con dos citas que presento a continuación.

Mi madre se llamó Catalina igual que yo, también ella hacía tamales, ese era su trabajo, y hacía de todo. Por eso es que yo sé hacer de todo (Na' Catalina, septiembre 2021).

En la cita expuesta anteriormente, Na' Catalina estaba platicando que su mamá no sólo sabía hacer tamales, sino que se las arreglaba para hacer y vender de todo un poco, pues hacía tortilla, *comixcalito*, totopo, tamales, y menús diarios para ir a vender a Salina Cruz. Sin embargo, considero que el “saber hacer de todo” no sólo se refiere a la diversidad de

platillos, pues se direcciona más a una habilidad que trasciende la cocina y se relaciona con saberes que le permitieron llevar utilidad a otras esferas de su vida.

Es decir, aptitudes y valores útiles para la vida, pues si bien hacer de comer está dentro de estos, negociar, vender y administrar también forman parte de los saberes que le posibilitaron generar auto sustento para su familia. Na' Catalina platicaba que su mamá sabía bien en qué ocasiones preparar determinados platillos, por ejemplo, cuenta que el sabor de los tamales era distinto cuando había temporada de calor que la temporada de frío. Estos cambios los llevaba a cabo de acuerdo con la popularidad de las ventas en determinada temporada del año. Siendo así, el aprendizaje de la cocina también enseña aptitudes relacionadas con la creatividad, el ingenio, adaptación, iniciativa y la astucia, valores y aptitudes útiles más allá de la cocina.

Además, inculca una identidad cultural vinculada a lo alimentario, así como se presenta en la cita a continuación.

Mi mamá nos hacía la comida así, que un *guiña di xhuba*, que un lomito, que un guisado de calabaza, que un guisado de res, de pollo, pero el guiso es el mismo, el de San Blas, donde lleva todas sus tradiciones, entonces pues lo mismo quiero yo, que mi hija aprenda también en la cocina. Tiene ahorita diez años, pero yo a esa edad empecé [...] yo por eso la meto a la cocina, le digo, así es como se tiene que hacer, esto es San Blas, esta es la comida que motiva y yo siempre les preparo las comidas de aquí, de San Blas, para que se motiven a aprender a cocinar lo típico, lo que sabe a San Blas (Na' Catalina, septiembre 2021).

Me gustaría señalar el reconocimiento de Na' Catalina hacia la cocina de San Blas Atempa, que de acuerdo con lo que ella expresa, esta cocina caracteriza y distingue al pueblo y le provee de una identidad culinaria particular, así mismo da un sentido de pertenencia socioterritorial. La cual como se puede ver, se transmite desde la enseñanza materna.

En este punto, me gustaría retomar algunos postulados de la antropología de la alimentación, que señala que hay una relación directa entre los sistemas culturales y las prácticas alimentarias, ya que estas establecen regularidad y especificidad. Estas pautas y regularidades son consecuencia de un “orden normativo” durante la socialización, es decir, determinan las conductas más, o menos aceptadas dentro de contextos sociales particulares. Esto mismo ocurre con la comida: lo comestible y lo no comestible se construye a través de normas aprendidas dentro del grupo social, clase, origen étnico y pueblo al que pertenece (Contreras y Gracia, 2005: 27).

La cocina y la comida tienen connotaciones importantes para la identidad y la pertenencia socioterritorial de sus habitantes. Dice mucho acerca de las identidades culturales y pertenencia a determinados grupos sociales (llámese, clase social, edad y/o género). Como señalan Luis Alberto Vargas e Igor de Garine (2006) “La cocina es un reflejo de la cultura del grupo y uno de los pasos más complejos e interesantes de la cadena alimentaria debido a su fuerte arraigo dentro de la cultura.” (p. 108). Los autores expresan que cada cultura produce una gastronomía y estilos organolépticos característicos que se aprenden desde el inicio de la vida.

Garine (1995) expone que las personas suelen adoptar los patrones alimentarios de su grupo social. La familia es especialmente importante en la formación de estos. Pues la influencia cultural en los seres humanos se hace evidente desde temprana edad, y en este sentido, se podría argumentar que las normas culturales que rigen el comportamiento y la alimentación de la madre influyen en el desarrollo del feto. Normas que son producto de la cultura y que podrían generar un impacto duradero en la dieta y los hábitos alimentarios de la persona en el futuro. (p. 131)

Continuando con esta línea, “cultura alimentaria” se define como “El conjunto de representaciones, de creencias, conocimientos y de prácticas heredadas y/o aprendidas que están asociadas a la alimentación y que son compartidas por los individuos de una cultura dada o de un grupo social determinado dentro de una cultura. Al compartir una cultura, tendemos a actuar de forma similar, a gobernarnos por orientaciones, preferencias y sanciones autorizadas por esta” (Contreras y Gracia, 2005: 96). De la cultura alimentaria devienen las reglas sobre lo comestible y no comestible, gramáticas culinarias y otros comportamientos alimentarios.

De esta forma, la orientación que da Na’ Catalina a sus hijos acerca de lo que hay que comer, cómo hay que guisarlo, en qué ocasiones o temporadas, en qué condiciones de comensalidad, son aprendizajes que se socializan y que a su vez construyen aquellos imaginarios sobre lo comestible -o no- en el pueblo. Sobre la comida que les identifica como sanblaseños o la comida que no los identifica, así como los rasgos más específicos de su gramática culinaria familiar.



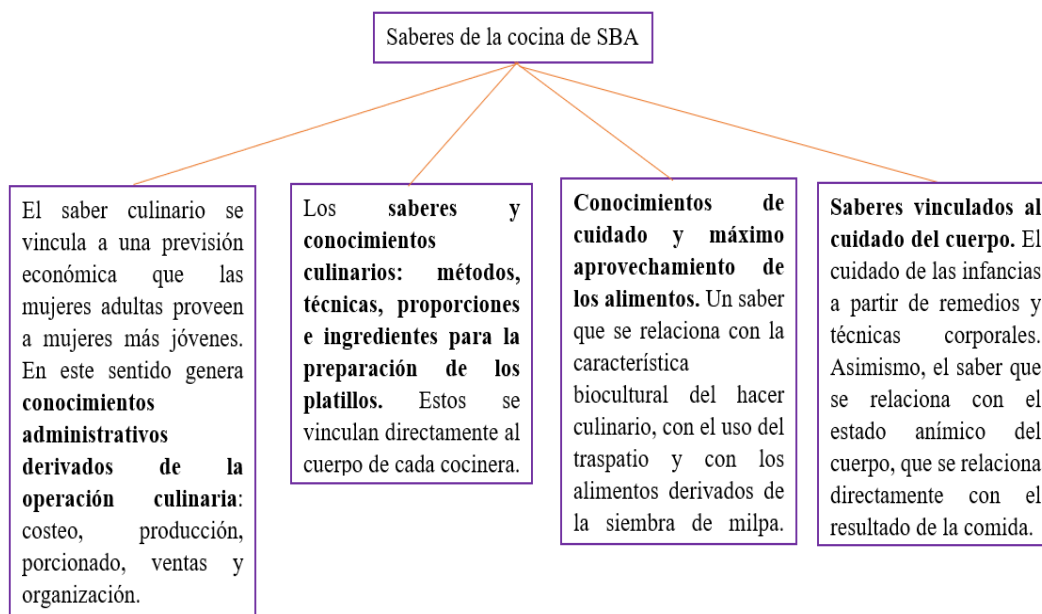
Na' Catalina al ser la encargada de la labor alimentaria dentro de su familia, es al mismo tiempo quien tiene el papel de generar estos comportamientos e imaginarios alimentarios en sus hijos. Es decir, mediante la elección de los guisos con que les alimenta, así como el énfasis o la atención que destina a determinadas preparaciones, también les enseña una noción, idea o valor de su pueblo que formarán parte de sus hábitos alimentarios.

Desde esta perspectiva, Na' Catalina y las mujeres que se dedican a la cocina, reproducen social, económica y culturalmente las condiciones adecuadas para que la alimentación en el pueblo mantenga pautas y las normas establecidas a lo que se consideraría “la cultura alimentaria” de San Blas Atempa.

#### 4.1.1 Saberes de la cocina en San Blas Atempa

En este apartado presento diversos saberes que circulan en las cocinas de San Blas Atempa. Estos saberes los divido en cuatro: 1) conocimientos administrativos derivados de la operación culinaria comercial; 2) saberes y conocimientos relacionados con lo culinario (ingredientes, métodos y técnicas); 3) conocimientos de cuidado y máximo aprovechamiento de los alimentos (relacionado con el carácter biocultural de la cocina); y 4) saberes vinculados al cuidado del cuerpo y el cuidado de las infancias a partir de remedios y técnicas corporales.

Con la finalidad de presentar resumidamente estos saberes y conocimientos, presento un cuadro que los clasifica y expone:



Esquema 3. Saberes de la cocina de SBA, autoría propia.

Los saberes que abordaré durante este apartado serán desarrollos breves, mediante ejemplos. No es mi intención profundizar en cada uno, sino presentar algunos que salieron a circulación durante el trabajo de campo en las cocinas de San Blas Atempa. Para este desarrollo, llevaré el mismo orden del cuadro anterior. Primeramente, retomo previsión económica como una de las formas en las que se presenta la cocina y el desarrollo de estos conocimientos administrativos.

Las mujeres adultas comparten estos saberes relacionados con una previsión económica, pues la cocina se presenta como una manera en la que más adelante, en caso de necesitarlo, las mujeres jóvenes podrán sortear los gastos de vida a partir del emprendimiento de su propia cocina.

Como expresa Na' Catalina a continuación:

Mi trabajo es todos los días, mi niña ya sabe que es lo que voy a ocupar, a su corta edad, pero ya sabe qué tanto se necesita para lo que voy a hacer. Eso es lo que a uno lo motiva, porque le dicen, mira, aprende porque algún día de esto vas a vivir. Me decía mi mamá, ¿te estás fijando? Porque yo algún día me tengo que morir, y tu de esto vas a vivir. Y yo me ponía a pensar, pues sí es cierto, porque a mí no me gustó la escuela, a mí no me gustó y entonces pensaba yo, pues si me llegara a casar, de qué voy a vivir, si yo no tengo mucho estudio. Pues de los tamales, pues de la comida (Na' Catalina, septiembre 2021).

La enseñanza de la cocina se transmite a partir de una necesidad de garantía económica que las mujeres adultas propician en las mujeres más jóvenes. De esta manera otorgan una posibilidad de determinado auto sustento económico, en caso de que en algún momento lo requieran. En este sentido, la cocina se vuelve una alternativa de autoempleo y da pautas para transmitir otros conocimientos.

En esta misma conversación, Na' Catalina contaba que la forma en la que ella aprendió fue precisamente ayudando a su mamá a cocinar y a vender la comida que preparaban juntas, pues ellas iban a vender a Salina Cruz.

¿Van a querer comida?”, les preguntaba mi mamá, “mi hija lo va a traer”, decía ella. Ya la gente le decía qué comida se les antojaba, que si caldo de res con comixcalito, o caldo de pollo, todo con su comixcalito. Mi mamá tenía una cocina grande y ahí en la cocina tenía ese horno de comixcal y su comal, y ahí hacía su comixcal ella. Estaba a lado cocinando la comida y alado el comixcal<sup>59</sup> quemándose para meter a hornear el totopo o el comixcalito. Luego termina de cocerse la comida y ya estaba el comixcalito, ya llenábamos una bandeja, poníamos la olla en una canasta y llevaba yo todo, los platos, mis cucharas, llegaba yo a vender a los talleres, ya sabía yo con quienes, ya nada más llegaba y entregaba.

“Qué bueno que ya llegaste muchacha, sírveme luego” me decían. Ya les servía yo, Me decía mi mamá cuánto servir, como estaba yo de unos catorce y ella no iba, ella se quedaba haciendo más comixcalito y ya sólo iba a entregar con la gente que le pedía. “Vas a servir esto, esta pieza con esta pieza, eso es una orden, y dales tortilla, si te llegan a pedir más eso ya es aparte, se les cobra más por otra orden de tortillas”, me decía ella. Al principio me daba miedo ir yo solita, pero mi mamá me veía que sí podía vender y ya más grandecita ya iba yo sola sin miedo. Una tía que también iba a vender a Salina Cruz me decía que cuando iba conmigo ella acababa todo lo que llevaba, que yo era su estrella de la suerte, porque vendía yo bien (Na' Catalina, septiembre, 2021).

La narrativa anterior, expone la forma en la que Na' Catalina aprende a cocinar y a su vez, a vender. Pues cuenta que su situación familiar le requería ayudar a su mamá, ya que su madre estaba con una situación de salud que le impedía realizar esfuerzos grandes, y que así fue como ella comenzó a inmiscuirse a este trabajo. Se volvió muy hábil en la cocina y su madre le pedía que se dedicara a las labores con más responsabilidad, por ejemplo, llevar la comida para venta hasta Salina Cruz, un centro urbano que se encuentra a treinta minutos de Tehuantepec.

Na' Catalina aprende en la práctica, ella comenta que al principio le daba pena ir a vender, pero después le gustó porque vendía mucho y que esto era porque ya conocían a su

---

<sup>59</sup> “Comixcal” se le llama al horno de barro que está instalado en la mayoría de las cocinas de traspatio de SBA. La expresión “alado el comixcal quemándose” se refiere a que el horno está con la leña quemándose para llegar después al punto de braza que permita poner a cocer los totopos o los comixcalitos que se pegan en la pared de este.

mamá y la comida que ella llevaba. Otro aspecto que resalto es uno de los aprendizajes fuertes de su madre respecto a la forma de vender: preguntar qué guisados les apetecían a sus clientes para el día siguiente. De esta forma ellas iban armando una lista para ir satisfaciendo la demanda que tenían sobre guisados específicos.

La gente me decía lo que quería, “mañana traigan *guiña du 'xhuba*” me decían. Ya yo llegaba con mi mamá y le contaba lo que me habían pedido, así es que luego ya íbamos haciendo lo que nos pedían. En un taller que arreglaban carros, eran muchos mecánicos que trabajaban ahí, y todos nada más esperaban hasta que yo llegaba para comprarme la comida, porque me decían que no había nada como nuestra comida, que, aunque pasaban las señoras de alado, porque había un lugar donde vendían, que a ellos les gustaban los guisados de mi mamá (Na' Catalina, septiembre 2021).

Na' Catalina cuenta que ella después de eso decidió continuar con el negocio de la cocina, aún después de que su mamá ya no podía realizar comida. Cuando se casó, continuó con el negocio, pero se especializó en tamales y atoles, porque le parecía más práctico realizar tamales de varios guisados. Sin embargo, actualmente lo hace desde su domicilio, por ahí de las seis de la tarde, ella saca una mesita y comienza a vender en la entrada de su casa.

Hasta aquí, podemos observar cómo la cocina, especialmente aquella que está orientada a la comercialización, genera conocimientos administrativos que tienen que ver con:

1) Logística para producción y comercialización. Administrar los tiempos, las tareas necesarias para cumplir con la producción y el recorrido para comercializar, son actividades que implican una organización eficaz. Na' Catalina y su madre adecuaron todo un sistema para producir, empaclar y llevar comida para vender a Salina Cruz, mientras que su madre, que se quedaba en casa, continuaba con la venta del comixcalito y la tortilla sobre pedido.

2) Sondeo de la oferta de alimentos. Preguntar por los guisados que apetecían a los clientes podría figurar como un “estudio de mercado”, pues a partir de los gustos y preferencias, ellas guisaban platillos que tenían certeza de que serían bien recibidos. 3) El costeo de los alimentos que se comercializaban. Aunque en la descripción narrativa Na' Catalina no expone con claridad “costear”, sí hay indicaciones de la madre sobre las porciones que ella considera una orden, así mismo le explica que el excedente de esta orden es un costo mayor, esto es de suma importancia para reeditar el trabajo de la cocina, saber cobrar lo que se hace.

Continuando con la secuencia del cuadro presentado al inicio de este apartado, ahondaré brevemente en los saberes y conocimientos que se vinculan con lo culinario. Estos saberes tienen que ver con las formas de preparar, los procedimientos, cantidades y técnicas que se aprenden en la preparación de los alimentos. Pues, aunque no se trata de una enseñanza estandarizada de la cocina, sí se pueden aprender formas para preparar determinados alimentos. Sobre todo, de acuerdo con las posibilidades que hay en las cocinas con condiciones muy particulares.

Por ejemplo, en una ocasión durante el trabajo en la cocina con Na' Rosalinda, ella me enseñó a licuar un jitomate sin la necesidad de utilizar licuadora o energía eléctrica, pues en su rancho no se cuenta con ninguna de las dos. Entonces lo que hice fue seguir sus indicaciones: me lavé las manos, partí tres jitomates maduros por la mitad y en un recipiente cilíndrico de plástico agregué los jitomates. Después metí mi mano y aplasté los jitomates, haciendo un movimiento similar a tomar una pelota y apretar fuerte hasta destriparla. De esta forma, los jitomates se volvieron un jugo aplastado de tomate. Después de hacer eso me pidió que partiera cebolla en cuadrito, y a la par el ajo.

Freí la cebolla, el ajo y después, cuando ya estaban sofritos, agregué el jugo de tomate, dos tallos de epazote, posteriormente me pidió que agregara sal y unas rodajas de chile paradito, cuando la salsa ya tenía una cocción realizada, agregué seis huevos batidos y sazoné. El resultado fueron unos huevos en salsa que acompañados de frijoles, comixcalito y queso, fueron parte de una comida en el intermedio del trabajo para hacer totopo.

Este y otros aprendizajes se dieron durante mis estancias en la cocina, aprendí a amasar el maíz, a nixtamalizar y saber en qué punto se debe llevar al molino, a tortear la masa para hacer comixcalitos, a hacer el totopo, a limpiar una gallina con limón para tener un caldo más limpio durante la cocción.

Las formas de hacer, métodos, ingredientes y cantidades, las aprendí durante la observación y trabajo con las mujeres con quienes estuve compartiendo la cocina. Sus formas y sus indicaciones dieron pautas para aprender diversidad de conocimientos culinarios que yo desconocía, y al mismo tiempo me dieron la posibilidad de apreciar formas alternas para la elaboración de diferentes platillos. Es decir, los saberes culinarios “en sí”, también circulan

y se aprenden en la cocina. Aunque durante esta enseñanza, la participación y el cuerpo de cada mujer influye en su propio proceso de aprendizaje.

Para continuar con los saberes de San Blas Atempa, retomo aquellos que tienen que ver con el carácter biocultural de la cocina. Para ello refiero algunas nociones de lo biocultural. Machuca Ramírez (2018) expone que la noción de patrimonio biocultural tiene una incidencia sociopolítica, ya que se recupera desde los ámbitos comunitarios por los actores sociales que defienden los recursos y los derechos humanos de los pueblos.

Señala que lo biocultural mantiene, por un lado, aquellos saberes prácticos que incluyen conocimientos científicos y técnicos, o tradicionales relacionados con el medio, por ejemplo, el clima o las propiedades de las plantas. Por otro lado, están aquellos valores y representaciones simbólicas que se derivan de estos conocimientos y se construyen como sistemas de interpretación:

Las sociedades indígenas albergan un repertorio de conocimientos ecológicos que generalmente es local, colectivo, diacrónico y holístico. De hecho, estas sociedades poseen una muy larga historia de práctica en el uso de los recursos, han generado sistemas cognitivos sobre sus propios recursos naturales circundantes que son transmitidos de generación en generación de manera oral, por lo cual la memoria es el recurso intelectual más importante para las culturas indígenas o tradicionales (Toledo y Barrera Bassols; Boege, 2008) (Machuca, 2018: 27).

El autor señala que la materialización de esta memoria biocultural es lo que se ha denominado como “patrimonio biocultural”. Retoma a Boege (2014) para exponer tres elementos de este patrimonio biocultural. “a) los recursos naturales bióticos intervenidos en distintos grados, b) el uso de estos recursos naturales de acuerdo con patrones culturales y c) agroecosistemas tradicionales, como la expresión de la diversidad biológica domesticada, que además se traduce en el empleo de una estrategia de uso múltiple del territorio con la que se buscan altos grados de autosuficiencia y la soberanía alimentaria.” (Machuca, 2018:27)

El autor explica que el ámbito biocultural surge de la interacción con lo que nos rodea. En este, la comunidad utiliza su capacidad técnica, cognitiva e interpretativa para aprovechar y transformar las condiciones existentes y las producidas por sus actividades.

Un espacio para transmitir, expresar y utilizar estos saberes bioculturales es la cocina, pues como se señaló en el capítulo tres, las cocinas de San Blas Atempa no están aisladas de otros espacios, especialmente de aquellos que producen los alimentos. Por ejemplo, la milpa, el patio de las casas donde están las cocinas acompañadas de árboles frutales, el traspatio,

donde se cultivan una diversidad de hierbas de aroma que son utilizadas para condimentar los platillos. Es decir, las prácticas alimentarias son producto de esos saberes bioculturales que cada pueblo alberga.

En una ocasión, durante la elaboración de totopo, Na' Rosalinda comenzó a preparar un caldo de gallina. Este caldo lo condimentó con una rama de epazote que ella tenía en la parte trasera de su cocina. Este traspatio está destinado a la siembra de diversas hierbas de aroma, así como árboles frutales de mango, limón, naranjalana<sup>60</sup> y chicozapote. Cuando ella mencionó que le hacía falta el epazote para condimentar su caldo, me ofrecí a cortarle un pedazo para llevarle y condimentarlo, sin embargo, en ese momento, ella también se ofreció a llevarme al traspatio y enseñarme cuál era la matita de epazote de la que estaba cortando, así como mostrarme cómo cortar cada ramita para no lastimar el brote posterior.

Pérame, vamos porque sino no vas a saber dónde está el epazote, como está chiquito, vas a confundirte. Vas a decir ¿dónde hay epazote que no lo veo? Luego te voy a enseñar cómo cortarlo (Na' Rosalía, noviembre, 2021).

En el momento en el que estábamos cortando el epazote en el traspatio, su hijo menor, nos acompañaba y nos señalaba dónde estaba naciendo nuevo epazote para cortar. En ese momento, se dio el siguiente diálogo.

- Tanto que como gallina se acaba mi epazote xha', ay nana, salió luego -dijo al jalar una ramita de epazote que se desprendió con rapidez-, no regaste tú Manuel -dijo con tono fuerte a su hijo, quien contestó-
- Si lo regué, mira acá hay epazote chiquito má, ¡mira! -dijo Manuel-

Este breve fragmento expone con claridad como Na' Rosa le enseña a Manuel a cuidar de sus matitas de aroma, regarlas y a saber cortarlas, esperar y permitir que las matas crezcan para después cortar el primer encuentro entre el cruce de las ramitas nuevas que van creciendo y el tallo, para no lastimar toda la plantita. Ella se refería a cortar la rama de epazote con las uñas, tirando brevemente hacia afuera, y no en dirección al tallo, porque de esta forma se corre el riesgo de rasgar una capa del tallo y con ello los nuevos brotes que van creciendo.

Le pareció importante que yo estuviera enterada de esta forma porque el epazote que tiene sembrado lo ocupa con mucha frecuencia, por lo tanto, había que cuidar el aprovechamiento de este para que continuara en buen estado creciendo. Me comentó que

---

<sup>60</sup> Es una variante de la naranja que se cultiva de forma natural en los árboles frutales del Istmo de Tehuantepec. Estas suelen ser un poco más amargas y ácidas.

cuando mandaba a Manuel, él desconocía la forma de cortar la rama y descuidadamente jalaba mal el tallo, por lo tanto, le rasgaba toda la matita y ésta ya no continuaba creciendo, por esa razón no quería correr el riesgo y prefería enseñarme como cortar las ramitas del epazote.

En otra ocasión, mientras cocinábamos Na' Rosalía necesitaba limones y le pidió a Manuel que fuera a cortar limones al árbol trasero, cuando Manuel volvió, trajo limones pequeñitos y Na' Rosalinda le dijo que esos limones no, que esos todavía están “tiernitos, como tú, todavía van a crecer”, le dijo a Manuel. Le pidió que fuera por más y que trajera los grandes y me preguntó si podía acompañarlo, fui con él y trajimos limones más grandes a la cocina. Esta fue otra situación en la que la enseñanza de estos saberes y conocimientos se vieron presentes.

Los saberes relacionados con la tierra y con el cuidado de los recursos que se convierten en ingredientes valorados es de suma importancia para la cocina. Pues hacer de comer genera puentes entre la naturaleza y la cultura. Las formas de utilizar los alimentos y los significados que adquieren en las culturas son de gran relevancia para las mismas preparaciones culinarias y por lo tanto para la cultura alimentaria de determinado lugar.

Para finalizar, retomo los saberes relacionados con la corporalidad, el cuidado del bienestar a través de la alimentación (remedios o medicinas elaboradas en la cocina para las infancias), así como aquellos que tienen que ver con la sensibilidad emotiva-corporal frente a determinadas preparaciones.

Uno de los saberes primordiales es el cuidado propio, pues esta es una práctica que se puede llevar a cabo desde la cocina. Por ejemplo, para el caso de Na' Heladia, una mujer de 84 años, ella platicaba que tiene diabetes desde hacía 11 años, y que uno de los cuidados más importantes que se ha dado a sí misma ha sido en torno a su cocina y a cocinarse ella misma todo lo que consume.

Ahorita ya tengo 84 años, 32 años con azúcar. Gracias a Dios me cuido, todavía tengo todo mi cuerpo, no que hay gente que ya está cortado este, que ya está cortado el otro. Yo me cuido de no comer cualquier cosa que estén anunciando por ahí, hoy me hice lenteja, por eso no compro comida hecha, cualquier cosita pero lo hago yo, voy a durar aunque sea otro año (Na' Heladia, noviembre 2021).

Cocinar no siempre implica una dedicación a los otros, pues en determinadas ocasiones también permite un cuidado propio del cuerpo. Como Na' Heladia expone en la cita anterior,



dedicarse a su alimentación a partir de sus conocimientos culinarios, le ha permitido mantener control y cuidado respecto al padecimiento de diabetes.

Na' Catalina me contó que ella además de saber hacer tamales y cocinar los platillos típicos de San Blas Atempa, también es reconocida por ser buena para curar a lxs niñxs con una técnica que se dice “echar dedo”. Esta fue una técnica que aprendió de su mamá y que le ayudó mucho cuando ella fue madre y tuvo que cuidar a sus hijos.

Me platicó que cuando los niños nacen con “alferezia” o “*charabé*” en *diidxazáa* se deben curar bien porque es una enfermedad que puede hacerles mucho daño. Esta se identifica con los siguientes signos: hay que fijarse en si el recién nacido tiene hundida alguna parte de su cabeza, o la mollera. Si tiene manchas blancas en su boca, o si cuando el bebé duerme alguno de sus piecitos tiembla de la nada. Otra forma de notarlo es desde el berrinche que realizan, si hacen un berrinche exagerado o lloran por cualquier cosa es porque tienen “*charabé*”.

La enfermedad debe tratarse desde los veinte días de nacidx con remedios caseros. Cuando no se termina el tratamiento es cuando les da “*Charabé*” o “alferezia” más fuerte y es ahí cuando es necesario que los lleven con alguien que sepa echar dedo para que los cure. Echarles dedo es realizar un remedio con muchas hierbas, con éste se unta el dedo para que así no lastime la garganta. Entonces se les pasa por toda la garganta del niñx con la finalidad de que se le quite esa baba que les enferma. Baba en *diidxazáa* se dice *ronde*’.

Na' Catalina aprendió este conocimiento en los mismos espacios de la cocina, pues platica que su madre se dedicaba también a curar niñxs cuando le llevaban alguno enfermo. Desde ahí, viendo cómo hacer los remedios y cómo frotar el dedo por la garganta aprendió. Asimismo, ella cuenta que conoce muchos otros remedios que también se realizan en la cocina y que los aprendió en gran medida de su mamá. En este sentido, la cocina nuevamente se vincula al espacio del saber, conocimiento y experimentación, donde no sólo cabe lo culinario, sino lo curativo. Pues desde la cocina se tiene acceso al cuidado de lo más íntimo, el cuerpo.

Y hablando del cuerpo, las sensibilidades corporales también influyen en las preparaciones culinarias. En otra ocasión, acudí a casa de Na' Maribel<sup>61</sup>, dedicada a la elaboración de *Nicuatole*<sup>62</sup>, ella me contó que no era muy creyente de la vista pesada, pero aún así en algunas ocasiones le había pasado que cuando su hija le ayudaba a menear el nicuatole, este no se espesaba y por esa razón era mejor que yo no viera mucho la cazuela ni le meneara.

Ahí fue cuando Gladis me explicó que *Naduxholulo* es cuando una persona tiene la vista pesada y por lo tanto no puede acercarse mucho a las preparaciones culinarias.

*Naduxholulo* es cuando el cansancio está en los ojos, a mí me pasa que cuando yo quiero servirme mole, el mole se me aguada, pero cuando mi mamá se sirve, sigue normalito no se aguada, es que es por la vista yo ni en cuenta, pero dice mi mamá que yo tengo la vista pesada, me pasa con el mole, con la carlota, la lechesilla, el atole, todo se me aguada, no me espesa. Por eso también mi tía cuando va a hacer su nicuatole, lo prepara ella sola, porque también mi prima tiene sus ojos pesados. O a mi tía Catalina le pasa con el tamal, a veces no se cosen los de abajo y los de arriba sí. Dicen que cuando estás enojado haciendo algo también pasa. Y lo que se puede hacer en ese caso es regañar al perol de tamal para que se cueza. Lo mismo pasa con los bebés acá en San Blas se tiene la creencia de que cuando están chiquititos no hay que sacarlos mucho porque cualquiera puede verlos y algunos tienen la vista pesada, entonces eso les causa fiebre, incomodidad, en la noche no pueden dormir (Gladis López, noviembre 2021).

La vista cansada es otro de los conocimientos que evidencian la relación del cuerpo en la cocina. En este caso se trata de la emocionalidad en las preparaciones culinarias y, desde mi perspectiva nos habla de una cocina que siente. De alimentos que sienten la pesadez en la mirada o reaccionan a la forma de menearle a la cazuela, y que esto en sí mismo es algo que altera las preparaciones, por una cuestión de sentires que se gestan entre el alimento y la persona que los prepara. Es decir, se concibe que los alimentos tienen la capacidad de percibir determinada sensibilidad, y que la pesadez de una vista cansada puede caerles mal.

En este sentido, permite interpretar que la forma de vincularnos con los alimentos dice mucho acerca de nuestras ideologías culturales. De aquellas expresiones simbólicas que atribuyen a los alimentos determinada concepción sobre el cuerpo y la emocionalidad que podríamos transmitirles, así como aquello que los mismos alimentos pueden influir en los cuerpos. Desde esta perspectiva, los cuerpos y los alimentos están íntimamente ligados, pues

---

<sup>61</sup> Mujer de 48 años, viuda, con tres hijos independizados económicamente.

<sup>62</sup> El *nicuatole* es una gelatina a base de maíz. Se realiza una natilla con leche, masa de maíz, canela y azúcar. Se lleva a cocción prolongada hasta conseguir que la textura sea lo suficientemente espesa. Posteriormente se coloca en recipientes para dejarse enfriar y cuajar en recipientes de plástico. Cuando ya cuajaron se desmoldan y terminan con un poco de canela en la superficie.

tanto pueden ellos formar parte de nuestra sustancia, como nosotros incidir en los alimentos a partir de la emocionalidad de una mirada.

#### 4.2 EL CUERPO COMO CENTRO DEL SABER CULINARIO

Para este apartado tocaré el tema de la *expertise* culinaria, y cómo esos saberes se vinculan directamente a la sensibilidad corporal de la cocinera que realiza las preparaciones. En este punto reitero que la cocina, la comida y el cuerpo de quienes comen, están íntimamente ligados.

Meredith E. Abarca, en su libro “*Voices in the Kitchen, Views of Food and the World from Working-Class Mexican and Mexican American Women*”, retoma “la sazón” para reflexionar la cocina como un espacio donde se gestan saberes íntimos relacionados con los sentires del cuerpo. La autora expresa que la *sazón* de las mujeres es un lenguaje que se expresa en la cocina, se convierte en un discurso culinario para conceptualizar y articular aspectos del entorno cultural, personal y social.

Abarca expone:

La cocina y la sazón representa una forma de “sitio y lengua” en palabras de Emma Pérez, que ofrece un lugar de poder (la cocina) y un discurso de empoderamiento (la sazón) a aquellos que han sido silenciados por mecanismos sociales colonialistas, imperialistas y patriarcales (Abarca, 2006, 51)<sup>63</sup>.

La sazón se refiere a esta habilidad para preparar una comida rica a partir de los ingredientes más simples. Este conocimiento de la cocina se da a partir de una experiencia amplia en la misma. Como se expuso anteriormente, el aprendizaje de la cocina se vincula directamente con un panorama sensitivo corporal.

La autora comparte que la sazón se refiere a un “saber hacer” más profundo, mientras que conocer se relaciona con la habilidad técnica para cocinar, conocer métodos, ingredientes y proporciones. Señala que estos dos conceptos no son excluyentes, sin embargo, la sazón alude a los detalles, matices y estilo de hacer que implica una relación química particular entre la comida, su preparación y la persona que cocina, una relación que involucra aspectos filosóficos cotidianos. (Abarca, 2006: 54)

---

<sup>63</sup> Las citas originales de Abarca (2006) están en inglés, para efectos de este trabajo presentaré traducciones propias.

Abarca (2006) nos dice que las prácticas culinarias ofrecen una riqueza profunda de conocimientos. No sólo en lo que respecta a la elaboración de los platillos, sino en el cuerpo mismo como generador de saberes. Pues la sazón implica el uso de todos los sentidos. Es importante resaltar este punto porque la cocina ha sido despojada de esta característica, ha sido tomada como aquella tarea banal desprovista de saberes y conocimientos, de ingenio, astucia e inteligencia.

La autora explica que, desde el principio de la filosofía occidental, los sentidos se jerarquizaron, separando la vista y el oído como aquellos que contribuyen al conocimiento, la moral y el arte. Para Aristóteles la vista era el sentido más privilegiado, aquel que nos hacía conocer la razón. Los otros sentidos, aquellos relacionados con el cuerpo, reconocidos como “inferiores” fueron descartados para proporcionar formas experienciales de conocimiento. Este argumento mantenía que los sentidos inferiores (olfato, tacto y gusto) no eran válidos para las formas corpóreas de generar conocimiento para las personas. (Abarca, 2006: 59)

La sazón subraya la dificultad conceptual de la aparente necesidad de separar mente y cuerpo en la búsqueda del conocimiento. En el ámbito de la comida y la cocina, la epistemología sensorial de la sazón muestra la interconexión de todos los sentidos como dispositivos cognitivos. Dado que la comida se experimenta a través de todos los sentidos y se introduce en el cuerpo, pone en tela de juicio la separación entre mente y cuerpo. El desarrollo de espacios para una lógica sensorial, para la lógica de la sazón, alivia la “crisis de la razón” y muestra cómo los “sentidos inferiores” no son “la desgracia de la razón” porque el cuerpo es una fuente de conocimiento cognitivo e intuitivo. Stoller sugiere que esos espacios, dentro del campo de la etnografía, se encuentran cuando los investigadores no cometen el error eurocéntrico de creer que la vista es la única orientación para conceptualizar el mundo (Abarca, 2006: 60).

Es decir, el saber de la sazón resalta que el cuerpo y la mente no están separados, que el sentido del tacto, olfato, gusto, oído y vista se ven inmersos en el proceso de aprendizaje de la cocina, y que desde ahí el cuerpo es una fuente de saber y conocimiento, una epistemología sensorial que conecta con todos los sentidos para generar saber. Posiciona al cuerpo, como una fuente de conocimiento cognitivo e intuitivo. Un saber que vincula la comida, la cocina y el cuerpo de las mujeres que la realizan.

Claude Fischler (1995) coincide al señalar la estrecha relación entre la comida y el cuerpo. Expone que comer es una necesidad vital y un acto muy íntimo, del latín “*intimus*”, que significa lo más profundo del interior. El autor sostiene que cuando comemos, los alimentos entran en nuestro interior y se convierten en parte de nosotros mismos. Los alimentos atraviesan la barrera de la boca y se convierten en nuestra sustancia íntima. (p. 11)

Continuando con esta línea, el cuerpo de las personas que cocinan es sumamente importante en el proceso de aprendizaje y preparación de los alimentos. A partir de los sentires del cuerpo se generan saberes para condimentar, sazonar y realizar los platillos. Es decir, una fuente de saber dentro del campo culinario. Para profundizar en este tema me parece importante retomar una conversación con Na' Rosalinda.

Conversando con ella acerca del aprendizaje de la cocina para venta, particularmente la barbacoa de borrego, ella me comentaba sobre un conocimiento que se relacionaba directamente con la vista y tacto para calcular el tiempo de cocción de la barbacoa.

llega un borrego, “¡ay no este ya está grande!”, lo ves, hay que echarle más leña porque está grande, está maciza su carne. Y llega otro, este está cachorrito todavía, no le pongas tanta leña. Porque yo me acostumbro a dejarlo toda la noche en el horno, no lo saco, pero me fijo bien, si está duro pues le meto más leña, pero si ya está blandito pues le quito la leña. Ahí tiene que amanecer, no me levanto a las dos o tres de la mañana para ver si ya se coció, yo me espero hasta la mañana del otro día. Nada más le calculo la leña que le voy a poner (Na' Rosalinda, septiembre 2021).

Este fragmento expone de forma muy explícita cómo el conocimiento basado en su experiencia respecto a la cocción de la barbacoa recae fuertemente en sus sentidos. Pues Na' Rosalinda observa el tamaño del chivo para conocer cuánto tiempo requerirá en la cocción. Mientras, ella siente el aspecto y las texturas, es decir, huele y palpa si necesita meterle más leña o no, esto notando el estado de cocción de la carne.

Ella expresa que tiene seguridad en su tiempo de cocción, pues garantiza que el término será hasta la mañana siguiente, y no hay la necesidad de pararse a revisar entre el medio de la madrugada. Aquí me gustaría señalar que algunas mujeres expresan tener un conocimiento específico, inclusive en el tipo de leña que se utiliza para el fogón. Pues como expresa Na' Catalina con la siguiente cita:

Esa leña es de fuego fuerte pues, porque hay uno que se acabó ahorita, solito se acabó ahí, hasta la punta se quemó, ya nomás había un pedazo, pero hasta la punta se quemó (Na' Catalina, noviembre 2021).

Aquí, como expone Na' Catalina, hay un conocimiento sobre el tipo de leña y sus características a partir de los sentires del cuerpo, pues se sabe si la leña es de fuego fuerte o no cuando la prenden, la escucha y la ve arder. En este sentido, así como Na' Rosalinda también nos dice, su seguridad en la preparación se basa en la *expertise* de su conocimiento, que está vinculado fuertemente a su cuerpo, y a su capacidad sensitiva, para ver, oler, e intuir la cocción final de su preparación.

Como expone Abarca (2006), la sazón es un conocimiento que se basa en la experiencia corporal y sensorial. Para entender cómo se adquiere este conocimiento, es necesario volver a considerar al cuerpo como el centro del proceso de conocimiento. La habilidad sensorial necesaria para cocinar y saborear la comida es inseparable del cuerpo, al recuperar este sentido de la corporalidad, podemos entender mejor cómo adquirimos conocimiento a través de nuestros cuerpos y sentidos. (Abarca, 2006: 62)

Bajo esta misma línea, Na' Carmen es una cocinera que confía en sus preparaciones y en su cocina.

Yo sí puedo, a mí me va a salir bien, así, con seguridad y siempre son entrenamientos que va pasando uno. Porque hay un dicho que dice, mientras más cocinas, más gozas y sale todo bien, y yo así lo he visto pues, Mientras más hago la comida más me sale sabrosa, y a veces lo que me pasa es que yo ya ni pruebo, mi tanteo es lo que necesita nada más. Le pongo sal, le pongo azúcar y a menearle y ya. Y cuando lo bajo a mí no me falta sal ni le sobra, porque estoy al diario con la comida, con los guisos, y me dicen mis hijos, la niña pues, que es la que más me acompaña me dice:

—Yo lo voy a probar para ver si está bien, ¿tú ya lo probaste?, me pregunta.

— No, le digo yo,

—Está bien mami, no le falta sal, está muy bien, ¿mamá porque tú no pruebas?, me pregunta mi hija cuando prueba la masa.

— Porque yo ya sé lo que necesita, yo sé mi cálculo, le digo.

—Agarra una cuchara para ponerle sal. Me dice, pero no, yo no puedo hacer eso, con la cuchara me paso a veces lo salo, ya me ha pasado eso por eso puro con mi mano (Na' Catalina, noviembre 2021).

Del argumento anterior de Na' Catalina me gustaría resaltar tres aspectos con la finalidad de puntualizar la importancia del cuerpo en la elaboración de los alimentos. Por un lado, Na' Catalina expone que la rutina le confiere determinada experiencia que cada vez resulta en mejor sabor de su comida, es decir, ella al realizar la cocina todos los días (tanto para su familia como para la venta), le genera una *expertise* en el campo de lo culinario. En este sentido mantiene un dominio amplio del área y un constante desarrollo de sus habilidades y aptitudes en la cocina.

Por otro lado, este reconocimiento de sus habilidades, saberes y conocimientos en el área de la cocina genera seguridad respecto a sus métodos de preparación. Pues ella afirma que su tanteo es lo que su comida necesita para que salga sabrosa, además nos dice que ella ya conoce cuál es su cálculo. Bajo este mismo argumento, expone que se le haría muy difícil

cocinar sin su medida, su cuerpo. Es así como muestra la importancia de su cuerpo como instrumento de su saber.

Demuestra un autorreconocimiento y confianza, pues ella dice que su forma de hacer sus preparaciones es muy particular. De esta manera, las preparaciones están vinculadas al cuerpo de cada mujer que las realiza. Siendo así, surge un reconocimiento externo por la mujer que realiza la preparación. Como expone Na' Rosalinda esto sucedía con su abuela Delfina, que vendía barbacoa de borrego.

Mi abuelita siempre hacía su barbacoa de borrego y toda la gente lo reconocía, todo el pueblo sabía que ella era la mejor en la barbacoa de borrego y lo reconocen hasta ahorita, toda la gente lo dice. Las personas que todavía viven de su generación me dicen 'Ayy no, Na' Delfina bien rico que hacía su comida', me dicen (Na' Rosalinda, septiembre 2021).

Otro aspecto que me parece importante señalar es que, durante la conversación, ella me decía que después de su abuela, su mamá se dedicó a la barbacoa y que los clientes de su abuela continuaron comprándole a su mamá.

Ahora ella es quien realiza esta preparación y la vende en el mercado, y los clientes de su abuela y de su madre le compran y le hacen los pedidos a ella. En este sentido, se trata de un reconocimiento que se transmite, por ser hija y después por ser nieta de Na' Delfina. Bajo este planteamiento, podríamos pensar que el saber de la abuela y de la madre sí tiene determinada garantía en el negocio de la barbacoa de chivo porque también hereda un reconocimiento por parte de los clientes.

Otro ejemplo claro de este reconocimiento hacia las preparaciones en relación con la cocinera es el caso de Na' Catalina. Durante una elaboración de tamales, ella me dijo que debía ponerle más relleno a los tamales de cambray, porque si no lo hacía así, no iban a reconocer que era su tamal.

Tu ponle sin miedo porque por eso es que me buscan, van a decir, se despertó enojada Catalina hoy, no le puso relleno al tamal. La gente aquí lo que busca es que les guste como está el sabor y que además tenga buen relleno, hay gente que no se esmera en sus tamales, luego me dicen "ay ya probé de fulana y no me gustó". El otro día, el lunes que hice me sobró bastante de cambray, pero llegando al mercadito "¿qué trajiste?" me dijeron, llevé tamales y avena. "Ah me das uno, me das uno, me das uno", me decían todas las locatarias, siempre compran conmigo (Na' Catalina septiembre 2021).

En este sentido, Na' Catalina está segura de que las personas le buscan específicamente por el sabor y el relleno de sus tamales. De esta forma, el reconocimiento de la cocina de cada mujer es singular. Asimismo, se puede decir que es un saber que se va

llevando con la práctica y la astucia de las mujeres. Incluyendo sus destrezas sensitivas para generar sus propios conocimientos alrededor de sus preparaciones.

Hasta aquí se ha expuesto la relación que hay entre el cuerpo como fuente de saberes y conocimientos. A continuación, presento un apartado que no sólo mira el cuerpo como centro de saberes, sino que problematiza el sacrificio corporal en el trabajo de la cocina.

#### 4.2.1 El desgaste corporal de la cocina

El cuerpo como instrumento en la cocina, es un arma de doble filo, pues, aunque la sensibilidad corporal forma parte del saber *experto*, al mismo tiempo genera heridas en el cuerpo de las mujeres que se dedican al trabajo diario de la cocina. Sobre todo en las cocinas de humo se tiene que estar en constante exposición a este y los calores del fuego.

En este punto vale la pena mencionar que, la cocina en sí misma es una actividad de riesgo porque constantemente se está expuesta a altas temperaturas: ollas de metales calientes, caldos hirviendo, filos de cuchillos, trastos pesados, entre otras situaciones que se dan en el ambiente culinario y que implican un cuidado del cuerpo para no llevarse accidentes graves.

A pesar del cuidado o prevención, en ocasiones es muy difícil no vivir accidentes de escala un poco menor. Las cortadas, quemadas, machucadas, dolores de piernas, espalda por cargar ollas pesadas o preparaciones abundantes, están presentes en el trabajo de la cocina.

Presento una cita de Na' Rosalía, quien expresa que, a causa del constante calor de la leña, siente que su vista se ha afectado.

Desde que soy niña estoy haciendo este y lo otro, creo que mi ojo ya se coció porque ya casi no veo a veces. Y a veces alguien me hace seña en la calle “¡Rosalía!”, me gritan, ¿quién es?, ¿quién es?, digo yo, ya no conozco a veces a la gente. Así te digo *xha* Estefanía, de tanto que hago totopo mira, eso es lo que me ha pasado. Por el calor. Desde chiquita estoy haciendo totopo, pues ya se coció mis ojos (Na' Rosalía, noviembre 2021).

La cita anterior expresa la dificultad de cocinar con fogones de leña y hornos de *comixcal*, pues el calor de estos tiene repercusiones en partes sensibles del cuerpo, por ejemplo, en los ojos, que, con el paso del tiempo y la exposición constante a estos espacios, ha generado que su vista se deteriore.



En otra ocasión, cocinando con Na' Catalina, ella me platicaba que cuando aprendió a hacer totopos, una de las heridas más frecuentes con las que tenía que lidiar era con las quemadas en sus manos y en sus antebrazos, pues la elaboración de totopos implica meter casi todo el antebrazo al horno de comixcal y pegar el totopo en la pared del horno para que desde ahí se cueza.

A continuación, presento fotografías, una de un horno de comixcal con la brasa encendida y otra de Na' Rosalía metiendo un totopo a cocer, con la finalidad de que se pueda apreciar la profundidad del horno.



Fotografía 6. Horno de comixcal encendido, autoría propia



Fotografía 7. Na' Rosalía horneando totopo, autoría propia

Como se muestra en las imágenes, para meter a hornear el totopo es necesario hacerlo con la mano sobre las paredes del horno de comixcal, mientras que para sacar el totopo cocido ya se puede utilizar una tenaza, de metal. Aunque aún con el uso de esta tenaza, todavía requiere meter todo el antebrazo por dentro del horno, sobre todo para alcanzar los totopos que están en la parte más baja del horno.

Algunas mujeres totoperas para meter el antebrazo y soportar el calor del horno con la braza encendida mientras pegan la tortilla, recurren a mojarse sus manos con agua antes y eso les permite protegerse del calor. Sin embargo, el hecho de someter las manos a cambios de temperatura les genera dolor articular después de realizar el trabajo. Como expone Na' Catalina en la cita a continuación.

A mí me gustó, me gustó, aunque a veces pues me quemaba yo, pero ahí yo le echaba muchas ganas, cuando comenzaba a meter mi mano al horno, me decía mi mamá, “empieza desde arriba, luego vas abajo del horno y así”. Pues cuando hacía yo los guisados me salían como a ella le salían, me salía rico y a la gente que yo le vendía pues no se imaginaban que yo lo hacía, pensaban que mi mamá era la que hacía la comida (Na' Catalina, septiembre 2021).

El fragmento antes presentado expone que el sacrificio de la salud y/o el bienestar corporal forma parte natural de aprender a cocinar. En este sentido, una de las recompensas del sacrificio es obtener un sabor similar y reconocido a los guisados de su madre, ya que esto habla de un trabajo bien hecho.

Sin embargo, considero que es importante prestar atención al sacrificio del cuerpo cuando se trata de aprender a cocinar. Pues en la cita anterior Na' Catalina expresa el aprendizaje de la cocina por encima del dolor corporal. Aunque está consciente de las heridas de su cuerpo, es decir, las quemaduras. También dice que le gustó aprender a hacer los totopos.

No pretendo decir que la satisfacción del aprender no es gratificante, como expresa Na' Catalina, sin embargo, creo que no perder de vista las implicaciones de la cocina en el cuerpo de las mujeres es importante para comprender ¿qué otros valores se transmiten con el aprender a cocinar y llevar a cabo la cocina como un trabajo diario? Pues, aunque en este caso se trató de una herida corporal leve, en otros casos, llevar a cabo este trabajo y exponerse constantemente al calor, las humaredas y las situaciones de riesgo de la cocina, conlleva la conformación de enfermedades crónicas.

Por ejemplo, para el caso de la mamá de Na' Catalina, ella me comentaba que a su madre no le gustaba cocinar en estufa de gas, porque decía que la cocina no sabía igual, pues la cocción con leña daba un sabor diferente a la comida y esto a largo plazo le ocasionó problemas respiratorios.

Le hicieron todo a su medida, ahí era ella feliz, sin estufa, tenía su leña y yo le decía, “no mamá, todo el humo que sale de ahí te estás aspirando tú”. “No, yo no voy a cocinar con estufa, no me gusta la comida de la estufa, sí, para el agua caliente para tu papá, sí, porque yo ya no puedo levantarme temprano para hacerle su café, ahí sí, para que se fría él sus huevitos en el desayuno, ahí está bien. Pero mi comida se va a hacer aquí”, me decía ella. Y ahí se sentaba y hacía su comida. Total que se enfermó ella, porque sus pulmones se llenaron de humo, sus pulmones fue la causa de su muerte pues, eso fue lo que le hizo daño a ella. De sus pulmones se vio como humo, un tumor, no dio ni tiempo de ver qué era pues, se murió muy rápido, estuvo nada más como quince días con la enfermedad (Na' Catalina, septiembre 2021).

Na' Catalina, conversaba que su madre nunca quiso dejar de utilizar el fogón de leña para la elaboración de su cocina, pues afirmaba que el sabor que le daba a sus preparaciones tenía algo adicional en la cocina de humo. En este sentido, el resultado y gusto de la comida tiene más peso que el cuidado de la salud corporal en el trabajo de la cocina.

Esto se reafirma con el hecho de que Na' Catalina también expresa determinado temor por enfermarse de lo mismo que su madre, pero reconoce que para elaborar sus tamales ella usa la estufa de leña porque la cocción es distinta, y el cálculo de la preparación es más preciso con la cocina de humo que con la estufa de gas.

Asimismo, expresa que su madre cuando le enseñó a cocinar también le decía que para aprender había que lastimarse, pues cuando recientemente comenzaba a hacer totopos, le daba miedo meter su mano al horno por las quemaduras.

Así me decía ella, mete tu mano, te tienes que quemar, si tú no te quemas es que ya eres experta, ya sabes, ya conoces, pero para aprender tienes que quemarte, me decía ella. “Ay nana” decía yo, yo no voy a poder pensaba, me daba miedo (Na’ Catalina, septiembre 2021).

Después de platicarme sobre cómo su mamá le enseñó a hacer totopos, ella me contaba que también le decía a sus hijos que debían aprender a valorar el trabajo y que las cosas no son fáciles de conseguir, sino que tienen que saber lo que cuesta ganarse las cosas, no sólo a pedir las.

Así le digo yo a mis hijos, si a ustedes se les da todo, no van a aprender a trabajar, hay que aprender les digo yo, hay que aprender a hacer las cosas, no sólo a pedir las. Vender comida fue una forma de aprender y una pues desde chiquita ya tiene que aprender. Así le hago yo a ella, le digo, ven vas a ver cómo se hace el arroz, tiene que dorarse, tiene que estar de este color, tiene que estar así cómo se ve. Y yo a ella veo que sí le gusta porque pregunta ¿qué le vas a hacer después? ¿qué le vas a poner? Y así es como era yo, inquieta, curiosa, y así es como se aprende una pues, preguntando, pero si estás acostada esperando pues no vas a aprender. Le digo yo a ella, tienes que estar aquí, tienes que quemarte, tienes que cortarte porque así se aprende. Si no te cortas no vas a aprender a utilizar el cuchillo, nunca aprende uno, si no te cortas no vas a aprender (Na’ Catalina, 2021).

De la cita presentada me gustaría puntualizar algunos aspectos que considero relevantes para el análisis de lo que se transmite y recrea en las cocinas. Por un lado, Na’ Catalina expresa que la práctica de vender comida fue una manera de aprender, además aclara que el aprendizaje lo llevó a cabo desde muy temprana edad, lo cual también podría interpretarse como una enseñanza que se naturaliza en las mujeres desde que son unas niñas.

Reafirma que el enseñar y aprender en la cocina es un diálogo que requiere que la niña-mujer aprendiz mantenga una posición activa en el aprendizaje de este saber, que implica una relación directa con su capacidad sensitiva de oler, ver, saborear, escuchar cada proceso de la cocina, habilidades específicas que se tienen que desarrollar para el ejercicio de esta.

Finalmente, expresa que el aprender a cocinar está íntimamente relacionado con el cuerpo, no sólo en cuestiones de las habilidades sensitivas, sino también en la naturalidad de sacrificar el cuerpo por el aprender a cocinar, es decir, el “saber hacer” de la cocina implica una cortada, quemada, machucada, porque es así como se aprende a hacer.

Entonces, el aprendizaje de la cocina es paradójico, pues aunque genera espacios creativos, ingeniosos, donde mujeres pueden expresar, aprender y desarrollar distintas habilidades. También es un espacio donde se dan diversos saberes relacionados con la previsión económica, el cuidado y aprovechamiento de los alimentos, y cuidados corporales. Sin embargo, puede volverse un lugar donde se genera una transferencia de valores e ideologías relacionadas con el trabajo de cocinar, entre ellos el sacrificio de la salud y bienestar corporal por los demás. Así como valores que se relacionan con el ser mujer en el contexto sociocultural de San Blas Atempa.

Estos valores e ideologías no sólo se transmiten con un enseñar-aprender, tiene que ver con la escucha y la narración de experiencias de vida que se gesta en los espacios íntimos de la cocina, donde además de conversar sobre diversos temas, también se habla sobre situaciones de violencia que atraviesan las mujeres en el ejercicio del trabajo de la cocina.

#### **4.3 LA HERIDA DEL CUERPO VIVIDO EN LA COCINA**

Este apartado tiene el propósito de indagar en la transferencia de valores e ideologías que se transmiten, recrean y reflexionan desde la cocina. Particularmente aquellos que tienen relación con el *ser mujer* en el pueblo de San Blas Atempa. Estos no sólo se transmiten con la enseñanza-aprendizaje de la cocina, sino que tienen que ver con la escucha y la narración de experiencias de vida que se comparten en estos espacios. Aquí, además de hablar de una diversidad de saberes, también se cuentan historias de violencia que han atravesado las mujeres a lo largo de sus vidas.

Para comenzar, presento un aparato teórico que comprende el cuerpo como una categoría importante de análisis. Lo desarrollo desde dos corrientes, por un lado, el feminismo comunitario permite mirarle como categoría política para, desde ahí reconocerlo como territorio propio de lucha. Por otro lado, retomo la categoría de cuerpo vivido desde Lagarde (2016) y López (2012), quienes a su vez incluyen las reflexiones de Simone de Beauvoir y la fenomenología de Merleau-Ponty, que consideran el cuerpo desde la experiencia vivida y encarnada.

El feminismo comunitario aporta al estudio de la cocina dos aspectos importantes, por un lado, Cabnal (2012) señala el cuestionamiento a lo milenario y la sacralidad que se le

asume a las estructuras de la tradición como lo que “siempre ha sido así”, inamovible. En este punto, entra a mención el “patriarcado originario ancestral”, definido como “un sistema milenario estructural de opresión contra las mujeres originarias. Este sistema establece su base de opresión desde su filosofía que norma la heterorrealidad” (Cabnal, 2012:14). Desde ahí, señala la categoría de “territorio cuerpo-tierra” la cual en palabras de la autora:

Implica la recuperación consciente de nuestro primer territorio, como acto político emancipatorio y en coherencia feminista con *lo personal es político, lo que no se nombra no existe*. Asumir la corporalidad individual como territorio propio e irreplicable permite ir fortaleciendo el sentido de afirmación de su existencia de ser y estar en el mundo. Por lo tanto, emerge la autoconsciencia, que va dando cuenta de cómo ha vivido este cuerpo en su historia personal, particular y temporal, las diferentes manifestaciones y expresiones de los patriarcados y todas las opresiones derivadas de ellos (Cabnal, 2012: 19).

Esta categoría es importante para el análisis de la cocina y su relación con las mujeres, desde una postura política. Pues la relevancia del cuerpo y de las experiencias que se vivencian, forman parte esencial del trabajo de la cocina. Además, durante las cocinadas, las mujeres hablan de forma muy consciente sobre las implicaciones del cuerpo en este hacer: las dificultades que sobrellevan para enfrentar las humaredas del fogón, o el calor que desprende el horno de comixcal y lo riesgoso que es meter y sacar totopos. Todas las marcas de las quemadas que tuvieron que soportar para aprender.

No sólo se trata de una consciencia corporal respecto a las implicaciones “físicas” del cocinar, sino sobre las historias que sus cuerpos han vivido. En la cocina se habla sobre las historias de vida de cada mujer, cómo aprendió a cocinar, qué condiciones determinaron su trayectoria de vida y el dedicarse a la cocina como trabajo, así como las opresiones y violencias a las que se han enfrentado dentro de sus relaciones familiares y maritales. Por esta razón, contar las historias y experiencias que se narran en la cocina es importante para este apartado, y desde ahí analizar cuáles son estos valores que se relacionan con el *ser mujer* en el pueblo.

Para ello, retomaré la categoría de “cuerpo vivido” de Simone de Beauvoir (1931), esta categoría “explica la unidad del ser humano basado en la materialidad de su cuerpo que incluye subjetividad (la consciencia y el inconsciente, el mundo psíquico), y concibe al ser humano y a su cuerpo como síntesis indisoluble de la historia colectiva y particular” (Beauvoir, 1931 en Lagarde, 2016:64).

María Carmen López Sáenz (2012) realiza un análisis acerca de la influencia de M. Merleu-Ponty y S. de Beauvoir respecto al cuerpo fenoménico. Y desde ahí reflexiona las aportaciones entre el feminismo y la fenomenología. La autora sostiene que la fenomenología de la existencia permite entender la vivencia de las mujeres como una experiencia situada y encarnada, como una forma de acceder directamente a “las cosas mismas” (López, 2012: 182).

De acuerdo con la autora, la fenomenología ha aportado al cuerpo vivido un papel importante, que ha impactado en el movimiento feminista corporal de los 90. Este movimiento considera la corporalidad como un elemento esencial para la experiencia, y demanda su reconsideración como sujeto-objeto de comportamiento, en contraposición a la perspectiva dualista que sólo lo ve como obstáculo para la razón. De esta forma el feminismo corporal cuestiona la dicotomía cuerpo-espíritu, la cual subordina al cuerpo en favor del espíritu y asocia el cuerpo con las mujeres y el espíritu con los hombres (López, 2012: 183).

La autora señala que la fenomenología ha aportado a comprender el cuerpo como “nuestra situación y como aquello por lo que se nos presentan todas las situaciones, nuestro medio de tener mundo.” (López, 2012: 183). Este enfoque hacia el cuerpo ha tenido impacto en la investigación feminista actual, pues ha llevado a un pensamiento sobre “encarnación”, “embodiment thinking”, que no sólo señala que las mujeres continúan siendo reducidas a su cuerpo visto objetivamente, sino que también realza la importancia de la conexión entre el pensamiento, el sentimiento y la acción en el cuerpo y la vida. Desde esta perspectiva, es posible abordar de forma integral el espectro de relaciones que esto implica, y posibilita encarar las necesidades específicas para el cambio personal y social en la vida de las mujeres (López, 2012:183).

Es decir, las experiencias vividas por las mujeres están vinculadas con sus cuerpos y con los valores ligados a él. Estas experiencias vividas por las mujeres recuperan su importancia, no sólo por el aporte material a la reproducción social, sino porque reaniman aquello que se reducía a un objeto de dominio. Es decir, estas experiencias vividas contribuyen a una sabiduría corporal y un conocimiento práctico, que se orientan a tareas comunes, sin perder de vista las particularidades (López, 2012: 184).

Desde esta perspectiva, los cuerpos de las mujeres que se dedican a la cocina no sólo son fuente de saberes en lo que respecta a la interacción con los alimentos, sino también en cuanto a las experiencias que sus cuerpos han vivido. Estas experiencias se vinculan al ser mujer, hija, madre y esposa en el contexto sociocultural del pueblo de San Blas Atempa.

Con la intención de explicitar estas historias, tomaré como referencia fragmentos de la historia de vida de Na' Rosalía, que con su permiso y durante los momentos en la cocina, se dieron momentos para platicar estas experiencias vividas, que implican temas delicados que ha enfrentado a lo largo de su vida.

Na' Rosalía nació en una familia dedicada al campo, su padre trabajó en la siembra de maíz, mientras su madre llevaba las labores relacionadas con el hogar, el cuidado de sus hijos, la cocina y la crianza de animales para autoconsumo (pollos, gallinas y cerdos). Cuenta que durante su infancia la situación entre sus padres fue violenta, pues su papá agredía físicamente a su mamá cuando llegaba borracho. Inclusive, en ocasiones no era necesario estar borracho, cualquier situación que molestara a su padre era suficiente para hacerlo reaccionar de forma violenta contra su madre.

Durante los primeros años de su adolescencia su padre por las noches se acercaba a la hamaca en la que ella dormía y comenzaba a tocarla por lugares de su cuerpo con los que ella no se sentía cómoda. Na' Rosalinda para protegerse de este abuso, se dormía con cobijas y amarraba su hamaca durante las noches en las que sabía que su padre podía llegar particularmente borracho. Esta fue una de las razones por las que ella decidió casarse a la edad de quince años, pues de esta forma iba a poder dejar la casa de sus padres y comenzar una vida diferente con su esposo.

Sin embargo, antes de casarse por la iglesia, Na' Rosalía ya se había casado por lo civil, cuando estaba embarazada de su primer hijo. Cuando su papá se enteró de esto, se molestó mucho y le dijo que no quería que apareciera con los ojos dormidos en la fotografía de su boda, pues en el pueblo se mantiene la creencia de que, la forma de percibir cuando una mujer está embarazada es observando su mirada, y cuando las novias salen con ojos “dormidos” en las fotos de su boda, es porque están embarazadas.



A continuación, expongo en una cita el resto de esta historia desde la voz de Na' Rosalía.

Dicen que las novias, cuando ya están embarazadas luego les da sueño y salen con los ojos cerrados en las fotos, y eso es lo que mi papá no quería. Aunque yo le dije que ya me había casado por lo civil, que yo sí me iba a casar con el papá de mi hijo pues. “Sí me voy a casar, porqué te vas a enojar si sí me voy a casar con mi esposo”, le dije. Pero no, mi papá se enojó y me dijo, “ese niño no va a nacer”. En ese momento estaba yo ahí parada de sonsa enfrente de él, y mira me golpeó, una patada en mi vientre me dio con toda su fuerza, hasta el otro lado me fui yo a sentar. Ah que me dolió, mira, me quedé nomás llore y llore y le dije: ¡¿Por qué me pegas papá?! Si yo no te estoy haciendo nada, y que agarra mi papá y me da de golpes. Mi mamá estaba llorando a un lado y ni que fuera a meterse ella porque mi papá le iba a pegar. Así mi papá me estuvo pegue y pegue para que se cayera mi hijo, pero gracias a dios mi hijo no se cayó. Ya de ahí que me pegó me levanté, y me dijo mi mamá

—¿Te duele?, me preguntó

—Sí, me duele, me duele mucho

—Híjole, tu papá no va a dejar que nazca el niño, porque mira falta todavía ocho meses para que te cases por la iglesia, y tu papá no va a querer que nazca ese niño

—Pero yo si quiero que mi bebé nazca

—No, ese bebé no va a nacer, yo ya hablé con tu papá, me dijo mi mamá

Entonces cuando llegó mi esposo, yo le dije lo que estaba pasando, y él también tenía miedo de que mi papá me lastimara, mejor me dijo “vamos con el doctor para que el niño salga”, pero yo no quise, la verdad es que me duele mucho contar esto, nunca se lo había yo dicho a nadie, pero ya alguien lo sabe y si un día me pasa algo a mí, tú cuéntale esta historia a mi hijo. Me dijo Na' Rosalía mientras me agarraba de la mano.

Fui con la enfermera, me llevó mi mamá, mi esposo le dio el dinero para que me llevara.

—No mami, por favor, no quiero que salga mi bebé por favor, le decía yo, llorando, llorando estaba.

—No, ese bebé va a salir porque va a salir, me decía mi mamá.

Entonces cuando yo llegué arriba, le dije a la enfermera

—No quiero que mi bebé salga, agarra el dinero, cobra ese dinero a mi mamá y dile que tú ya me sacaste a mi bebé, pero no quiero que salga, por favor, le dije.

—Bueno pues, tú vas a caminar despacio y cuando estés en tu casa, te vas a acostar, no vas a caminar y yo voy a decir que yo ya lo quité, pero tú tienes que estar en reposo, me dijo la enfermera.

Así le hice, cuando bajamos la enfermera dijo que ya me lo había sacado y cuando llegamos al rancho con mi papá también, lo mismo le decía mi mamá, que ya me lo habían sacado. Hasta aquí ponía yo mi faldita larga<sup>64</sup>, y ahí iba creciendo mi panza, nunca le enseñé a nadie y cuidaba yo cómo caminaba para que no se diera cuenta. “¡Ponte bien tu falda!” me decía mi papá, pero yo le decía que no. Después cuando mi panza ya se estaba haciendo más grande, hablé con mi esposo y le dije que no podía quedarme ahí con mi papá porque si yo me quedaba mi papá me iba a pegar. Dile a tu mamá que venga por mí para llevarme a tu casa, le decía yo. Y ya cuando fue mi suegra por mí, mi papá me dejó ir pues, pero antes, me llevó al cuarto y me pegó.

Así fue como nació mi bebé, pero cuando él nació, mi bebé tenía una bola acá (señalando su cabeza), como de sangre. Lo llevamos al doctor y siempre le sacaban sangre de esa bola, pero feo, como que fuera sangre negra que ya tiene rato que estuvo ahí en la cabeza de mi bebé. Me preguntaba el doctor que si me había caído, que ese era un golpe fuerte que había tenido. Yo por eso, cuando mi papá murió yo no pude llorar, todo lo que mi papá me hizo, ¡ay nana! Y mi mamá nunca quiso alejarse de él, hasta que se lo llevó Dios a mi papá (Na' Rosalía, noviembre 2021).

---

<sup>64</sup> En el pueblo es común que las mujeres vayan con una falda circular que se coloca desde la parte alta del busto, esta falda llega hasta la media pantorrilla. Esta forma de colocarse la falda es precisamente para cuando se sale a la calle, o bien en casa. Desconozco cuál sea el motivo por el que se coloca la falda de esta forma, pero he visto en muchas ocasiones a las mujeres salir vestidas de esta manera. Para el caso de Na' Rosalía, esta falda le ayudó a ocultar los signos de su embarazo a su padre.

Después de que Na' Rosalía se casó, tuvo seis hijos, y cuenta que su esposo no se responsabilizaba con los gastos correspondientes a sus obligaciones familiares. Entonces ella lidiaba con gran parte y, aunado a esto, con el alcoholismo de su esposo. Esa fue de las razones más importantes para que ella decidiera continuar con el oficio del totopo, el comixcal y la tortilla.

El alcoholismo de su marido le provocaba dificultades para satisfacer las necesidades de su familia, pues en lugar de que colaborara, él gastaba su dinero bebiendo con sus compañeros del trabajo. Por esta razón Na' Rosalía platica que, dentro de sus primeras ideas, fue ir con su madre y con su suegra a contarles la situación con el propósito de que ellas hablaran con él para que cambiara su actitud respecto a su rol de padre y esposo.

Yo iba con mi suegra a decirle: mira lo que está haciendo tu hijo, mira que no me trae nada para comprar comida, le estoy diciendo que no tengo, pero primero con el cantinero va a regalar su dinero, y yo y sus hijos bien gracias, no tenemos nada para comer. Le dije (Na' Rosalía, noviembre 2021).

Fui con mi mamá y le conté cómo me hacía él. “Pero tan así lo viste luego, ¿por qué te casaste?, te esperaras hasta los veinte, pero no, tú te casaste luego”, me decía mi mamá, ella me regañaba a mí en vez de a mi marido. “Vete para allá con tu marido, ya no me digas nada si vienes acá sin tu marido” me decía ella (Na' Rosalía noviembre 2021).

Na' Rosalía platica que además de que su esposo no se corresponsabilizaba, ella tenía que lidiar con agresiones verbales y físicas que ejercía cuando estaba borracho. Así como con infidelidades que ella reconocía. Me platicó sobre un día en particular, que recuerda cómo su esposo llegó borracho con ganas de agredirla mientras ella hacía totopo para el sostén de su familia.

Un día llego, yo estaba haciendo totopo y él quería pegarme, porque venía de la calle borracho, por eso. Llegó gritando: ¡Hija de tu puta madre! ¿dónde estás?

Ya casi cuando escuché que llegaba a la casa, yo pensé “Híjole, ahí viene este hombre, ¿qué voy a hacer?”, veía yo a mis tres hijos nada más. Ya cuando llegó me gritó:

—¿Qué estás haciendo?!

— Estoy haciendo totopo, tú que ya fuiste a tomar y vienes aquí a gritar, ¿qué piensas pues, que todo el tiempo te voy a tener miedo?, ya no te tengo miedo, aunque estés borracho, le dije

—¿Cómo de qué no?, me dijo

Y ahí venía el hombre, encima de mí, nomás me di cuenta de que ya venía a pegarme, y que me daba la vuelta, me correteaba así alrededor, él, por un lado, yo por el otro, después me encabronó. Y nada más vi una sartén con comida de marrano que estaba ahí, agarré mientras un molinillo y se lo aventé en la cabeza. Él agarró una se esas cosas que en zapoteco decimos *biziña'a*, que le dicen “teja” en español y empezó a aventarme pedazos de esas cosas. Ya yo me agachaba cada que aventaba él. Pues que no agarré ese sartén de comida de marrano, aunque me vaya a pegar uno pensé, yo también le voy a dar. Venía él corriendo y mira, paaau en su cabeza le pegué con ese sartén. Después ¡ja'! nada más hice eso y salí corriendo, agarré a mis hijos y entré donde estaba una señora. Le dije

Na' Rosalía — Señora, mire, mi esposo me quiere pegar

Señora — Escóndete, escóndete mijita, -y me dejó entrar a su casa, ya cuando llegó mi marido empezó a preguntarle a la señora si yo estaba ahí-

Esposo — ¡¿Está Rosa acá?! Está saliendo sangre de mi cabeza de que me quebró mi cabeza  
Señora — Aquí no está nadie, sal de mi casa, no puedes estar acá, salte de mi casa  
Salió la señora y lo corrió y se fue luego donde está su mamá, y cuando fue con su mamá, pues él tenía sangre su cabeza, y ya después fue su mamá hasta el rancho a quejarse con mi mamá. Mi mamá me regañó a mí, y me dijo que cuando viera que él venía así de borracho, que dejara yo todo, agarrara a mis hijos y que me fuera a dormir con la vecina para que él no me hiciera nada. Pero no, “¡no!” le dije, yo no voy a tenerle más miedo. Si uno va a dar lugar, el hombre te va a subir *xha'* Estefanía, te va a pisotear, pero no uno va a dejar pues. Por eso yo le digo a mi marido de ahora, una vez que intentó pegarme, yo le dije. “Yo no me voy a dejar, aquí me van a venir a traer mis hijos, ya no tengo mamá ni papá, ya no tengo a nadie que me vaya a defender, pero, aunque yo no tenga, yo no me voy a dejar, el día que tú me vayas a pegar, lo que yo tenga en mi mano te voy a aventar. Y si tú me vas a pegar y me vas a matar de golpes aquí me van a venir a levantar mis hijos, le dije (Na' Rosalía, noviembre 2021).

Cabe mencionar que estas historias me las platicó Na' Rosalía mientras estábamos nosotras dos solas en su cocina, un sábado realizando un pedido de 600 totopos para entregar. En algunas ocasiones la emoción de Na' Rosalía le sobrepasaba hasta las lágrimas, en otras era evidente que se expresaba enojo cuando las contaba, y en alguna ocasión expresó haber sentido alivio de ya no estar en esas situaciones.

Las historias de Na' Rosalía dejan varios puntos a reflexionar. Por un lado, y de forma general me gustaría señalar la naturalización de las opresiones que vivió a lo largo de su vida, no sólo en su vida marital, sino en la relación con su familia nuclear. Pues ella, desde pequeña estuvo cercana a la relación de sus padres. En una ocasión conversaba que las razones por las que su madre no se alejaba de su padre era precisamente por el temor de las represalias que pudiera generar, estas implicaban el miedo de que la matara si ella se atrevía a dejarlo.

Además, su padre siempre mostró indicios de acoso sexual con ella, pues la hacía sentir incómoda mientras dormía. Estas señales fueron de alerta para Na' Rosalinda, y su forma de salir de esta situación fue a partir de comprometerse con su pareja y casarse. Sin embargo, previamente a su matrimonio, su padre hizo de todo para no permitirle tener a su hijo, dado que esto iba a hablar mal de él.

En todo momento, dentro de estas situaciones, el cuerpo de Na' Rosalinda es percibido como objeto de los otros, que debe silenciarse, y mostrarse bajo los estándares sociales apropiados. Tan es así que su voz no se escucha en las decisiones que ella quiere tomar respecto a su primer embarazo. Sin embargo, ella se hace escuchar, y decide tener a su bebé con ayuda y complicidad de la enfermera, que sí la escucha, y no le realiza el aborto.

Más adelante, en su vida marital se enfrenta a otro tipo de violencias. Por una parte, no hay corresponsabilidad en las tareas y gastos del núcleo familiar, lo cual implica para ella una sobrecarga en las responsabilidades familiares. Además de que su esposo tenía problemas de alcoholismo y llegaba regularmente borracho a casa. Esto a Na' Rosalinda le generaba problemas porque no se trataba de una persona tranquila, sino agresiva cuando estaba tomado, particularmente cuando se enojaba por alguna situación con la que no estuviera de acuerdo.

Na' Rosalinda, además de lidiar con todas las responsabilidades de su núcleo doméstico, tenía que cuidarse de los momentos en los que su esposo llegaba alterado a casa. Otro aspecto que Na' Rosalinda platica que no toleró más, fueron repetidas infidelidades. Pues en muchas ocasiones cuando ella iba a vender el totopo, comixcal o la tortilla, las mujeres con quienes vendía, se acercaban a decirle que habían visto a su esposo con otras mujeres en los campos de beisbol, donde él iba a jugar con sus amigos.

Durante estas vivencias, Na' Rosalinda acudió con mujeres mayores a ella (su madre y suegra), a quienes consideraba figuras de autoridad. Pensando que, al conversar sus problemas con ellas, podría convencerlas de que se acercaran a su esposo para hablar con él sobre sus obligaciones como padre y esposo. Sin embargo, la respuesta que recibió de estas conversaciones con mujeres mayores iba en torno al aguante que debía tener por estar casada. Haciéndole saber que su deber como mujer era estar alado de su marido sin importar la situación.

Incluso, por parte de su madre y su suegra, hubo más respuesta cuando su esposo llegó a quejarse sobre el golpe en la cabeza que le había dado Na' Rosalinda durante la agresión que él mismo comenzó. En esta ocasión, su madre le aconsejó que debía cuidarse cuando intuyera que su esposo llegaría tomado a casa. Le dijo que no importara la cantidad de masa que tuviera para hacer totopo, que sólo tapara todo y se fuera con sus hijos a refugiar a casa de su vecina, así al día siguiente, cuando él estuviera en mejores condiciones, ya podría volver a su casa.

Aunque, estas historias no están relacionadas directamente con la “enseñanza” de la cocina, sí es un hecho que surgen en momentos como este y que se relacionan con aquellos valores que marcan el *ser mujer* dentro del pueblo de SBA. La cocina transmite sacrificio,

no sólo en el sentido del cuerpo (por exposición a los humos, calores o filos de cuchillos), sino porque al llevar a cabo este trabajo en muchas ocasiones implica dejar de lado otros aspectos de la vida de las mujeres que les son importantes para ellas mismas.

Na' Rosalinda se dedicó gran parte de su vida al oficio del totopo para darle de comer a sus hijos, y durante este trabajo, platica que para mandarles algo a la escuela, debía salir a vender primero y después, cuando sus hijos se iban con la panza llena y con algo para comer, ella se preparaba tacos de sal con chile para calmarse el hambre, y que esto era algo que nadie sabía.

En suma, podríamos puntualizar tres reflexiones que nos dicen mucho acerca de los valores e ideologías que permean con el *ser mujer* en el pueblo de SBA y que, indirectamente se reproducen en el trabajo de la cocina.

1) Cuerpo como objeto de los otros. Durante la historia presentada es notable que el cuerpo de Na' Rosalinda se percibe como objeto de los otros, no se contemplan los deseos, pensamientos, sentimientos o aspiraciones de Na' Rosalinda durante el transcurso de las decisiones de su vida, sino lo que los demás deciden sobre este cuerpo. Cabe mencionar que son decisiones que se llevan a cabo desde los varones, en principio por su padre, y después por lo que su marido dispone sobre ella.

2) No existe autonomía sobre las decisiones de vida. Se percibe que las decisiones de los otros predominan sobre las de ella misma. Hasta que en un momento, ella fragmenta esta autoridad de los otros hacia ella, y se hace a sí misma una forma para decidir sobre su embarazo, a partir del vínculo con una enfermera que si la escuchó a ella. 3) Aguantar el matrimonio. De acuerdo con las respuestas que obtuvo por parte de las mujeres mayores, lo ideal es que ella aguante los tratos violentos y las asimetrías en su vida marital. Pues el matrimonio en esta historia podría interpretarse como aguantante mismo.

La cocina en este escenario se puede presentar como un espacio precisamente para “aguantar” las posiciones opresivas del *ser mujer* en SBA. Pues desde ella se cumplen las demandas del trabajo de casa, del ser madre, esposa e hija y a su vez sostener los requerimientos económicos básicos. Sin embargo, prestar atención sólo a esta perspectiva, deja de lado el mismo valor de la cocina como espacio “propio” de las mujeres, que aunque

no siempre quiere decir un goce o disfrute de la misma, si toma formas diversas de acuerdo a lo que cada mujer decide y puede hacer con ella.

La cocina en SBA continúa siendo un espacio sobre el que las opresiones se reproducen, en otros casos es uno donde ellas tienen total autonomía sobre el uso y manejo de los recursos. Un espacio donde hablar las historias, escucharse, acompañarse, y valorar sus saberes, conocimientos y experiencias es posible. Un ejemplo es Na' Rosalinda, que, aunque ella cuenta su historia con todas las asimetrías y opresiones que ha vivido, desde este espacio expresa que “no hay que dejarse”<sup>65</sup>, que una mujer no debe ser pisoteada por un hombre, e incluso me aconseja a mí, no dudar más de una vez, cuando yo no me sienta segura en una relación con un varón.

---

<sup>65</sup> En Anexos presento un escrito que proviene de un video que Na' Rosalinda me pidió grabar para decir algo que ella piensa precisamente sobre las responsabilidades familiares de crianza. Y sobre el papel activo que los varones debieran tomar en este trabajo. Además invita a las mujeres a no permitir que sus maridos les golpeen y expresa que el apoyo entre la mujer y el varón debe ser igual, porque ambos son iguales.

## 5. REFLEXIONES FINALES

El presente capítulo tiene el propósito de retomar las reflexiones más importantes desarrolladas a lo largo de esta tesis y desde ahí, abrir paso a las líneas de investigación que podrían continuarse trabajando para futuras investigaciones. Para comenzar volveré a la pregunta que direccionó el presente trabajo de investigación: ¿cómo las mujeres que se dedican a la cocina para venta en San Blas Atempa hacen del espacio de la cocina un *laboratorio activo del ser mujer*, y un territorio dinámico de saberes, conocimientos y estrategias útiles y prácticas para sus vidas?

Partiendo de esta pregunta, desarrollaré las reflexiones en orden de los capítulos presentados, dando un breve contexto sobre el contenido de cada uno, para dar paso a los puntos más relevantes y finalmente a las preguntas que surgen de estas reflexiones.

En el segundo capítulo, contextualicé la historia del pueblo de SBA, con la finalidad de comprender su reconocimiento como un lugar para el comercio de los alimentos, fijando especial atención en el trabajo que las mujeres realizan en las cocinas. Desde ahí situé el pueblo en su relación con Tehuantepec, dado que son dos lugares con constante interacción comercial. Durante el desarrollo retomé la historia de Na' Rosalinda, que refiere al pueblo como un antiguo barrio de cocineras, el cuál todavía sigue manteniendo prestigio y reconocimiento histórico por su buena cocina, un lugar al que se acude a comer y comprar comida. En este punto, el trabajo de las mujeres, con su fuerte participación en la cocina de giro comercial es indispensable para sostener y construir el sistema económico local de alimentos que continúa dando esta reputación al pueblo.

En este sentido, la presencia de las mujeres en los mercados del Istmo se ha convertido en un emblema regional de representación (Campbell y Green 1999). Frente a este estereotipo folklorizado, considero que es importante no perder de vista que los espacios en el contexto sociocultural de la región no están abruptamente separados, pues lo que sucede al interior de los espacios privados se relaciona dialógicamente con lo que puede suceder en los espacios públicos. Es decir, la preminencia de las mujeres en estos espacios no les adjudica automáticamente un poderío y control en la sociedad.

Esta tiene que ver con el comercio, sin embargo, dedicarse al trabajo de la cocina para venta no refleja una liberación y/o total autonomía económica, sino una estrategia que en ocasiones realizan por la falta de corresponsabilidad por parte de los otros miembros del grupo doméstico. Son ellas quienes, mediante la preparación y comercialización de su cocina, buscan formas para sostener económicamente a su familia, sumado al trabajo de reproducción que ya realizan.

Tomar en cuenta estas condiciones es importante para, desde ahí comprender que la cocina como actividad productiva no es un trabajo que sólo provee beneficios, sino uno al que se recurre por diversas variables. Esta es la mirada desde dónde me sitúo para destacar la participación de las mujeres que realizan cocina de giro comercial, la importancia de su trabajo para la construcción de redes socioeconómicas, y el uso estratégico que ellas le dan a su trabajo para enfrentar situaciones desventajosas en sus vidas.

Tres reflexiones importantes de este capítulo son, 1) procesos de resistencia: las mujeres a través de su trabajo en la cocina generan procesos de resistencia, mediante los que enfrentan y trasgreden los discursos de discriminación de los Tehuanos hacia los blaseños. Aunque en Tehuantepec se expresa que los blaseños son conflictivos y dificultan el comercio en Tehuantepec, ellas acuden al mercado a vender sus alimentos y cuando lo ven necesario se defienden de estas actitudes de discriminación. Además, se reconoce que la diversidad comercial se debe a la oferta de las mujeres de SBA en el mercado de Tehuantepec.

En este mismo sentido, los blaseños mantienen prácticas de resistencia frente a dos aspectos. Por un lado, el cuidado al trabajo y a las economías locales que se gestan en los negocios familiares y en las redes socioeconómicas de la localidad, frente a la inversión extranjera. Por otro lado, el discurso de orgullo permite preservar el uso de la lengua y de sus prácticas culturales, entre estas, el cuidado de sus platillos de fiesta, el uso de su vestimenta y sus formas de organización comunal.

2) Las mujeres a través de la cocina construyen una demarcación socioterritorial e histórica del pueblo de SBA, caracterizándolo como un lugar reconocido por su buena cocina. En este punto es importante retomar la presencia de las mujeres en las calles del pueblo, haciendo de cada banqueta un espacio para comercializar sus productos. Asimismo, hay que



señalar que la cocina del pueblo mantiene tiempos, ritmos y interrupciones que se vinculan con las temporalidades agrícolas y socioculturales.

3) La relación de las categorías privado reproductivo, público-productivo no son universales y deben situarse en contextos socioculturales concretos. Las cocinas en SBA expresan de forma muy clara que sus espacios no se reducen al interior de un domicilio, ni a lo privado, o reproductivo. Pues los límites espaciales se desdibujan y las cocinas dejan de estar encerradas. Se presentan en espacios abiertos, desde lógicas comerciales o en colectividad.

Para el tercer capítulo abordé la discusión conceptual de la división sexual del trabajo en San Blas Atempa, con especial atención en el trabajo de la cocina para venta que las mujeres desempeñan en la red comercial de alimentos. Retomé la categoría de reproducción social para mirar la cocina como un trabajo que, aunque genera remuneración económica, no deja de estar incorporado a las labores asociadas al trabajo invisible de las mujeres. Finalmente destacué algunas estrategias que las mujeres ejercen hacia su propio bienestar y cuidado. Por un lado, estrategias económicas que tienen que ver con la sostenibilidad generada a partir de la venta de comida. Y estrategias de apoyo mutuo entre quienes forman parte de esta red socioeconómica.

La cocina como trabajo en el pueblo de SBA funge como una estrategia en que las mujeres tienen la posibilidad de auto reconocer el valor de su *expertise*, saberes y habilidades culinarias para así capitalizarlas a su favor. Sin embargo, no hay que perder de vista que se suma a los trabajos que ya de por sí las mujeres realizan sin reconocimiento o remuneración económica. Además, es necesario considerar las condiciones que orientan dedicarse al trabajo de la cocina. Ya que, aunque desde este, se gestan espacios de autonomía para construir estrategias de economía y apoyo mutuo, la precariedad económica es una variable que orienta y en algunos casos, determina en gran medida la dedicación a este oficio.

Podríamos reflexionar el ser mujer y dedicarse a la cocina como una imbricación de variables, que, por un lado, se relaciona con el mandato femenino de la cocina ya que en el pueblo desde pequeñas se les enseña a cocinar y a llevar a cabo las labores de reproducción. Y por el otro, con una necesidad económica de sustento familiar. No obstante, en diversas situaciones la cocina también se presenta como un espacio desde el que las mujeres pueden

administrar sus tiempos, organizar sus actividades, generar ingresos para sí mismas, y tener más posibilidades de autonomía económica.

Otro aspecto para resaltar del trabajo de la cocina en el pueblo de SBA va en torno a que este no se incorpora en su totalidad a una lógica productiva capitalista, ya que en su hacer se gestan saberes, conocimientos y prácticas que no están necesariamente orientadas a la acumulación de capital. Asimismo, se construyen redes socioeconómicas que se basan en valores relacionados con la reciprocidad, solidaridad y el apoyo mutuo. Es decir, no tienen una ideología individualista, sino una que apela las redes sociales de interdependencia.

Desde el trabajo de la cocina las mujeres generan estrategias de economía y apoyo mutuo. Pues en su ejercicio demuestran una gran habilidad para la administración, desde ahí generan alternativas para hacer rendir los recursos con los que se cuenta, dentro de estas habilidades está la organización de los tiempos y procedimientos para satisfacer las necesidades del grupo familiar y a su vez el trabajo de la cocina para venta. Así mismo salen a flote las redes de apoyo que contribuyen a las estrategias económicas, y el conocimiento culinario se presenta como soporte hacia otras mujeres que quieren aprender para dedicarse a la cocina de giro comercial.

Otra forma de visualizar las estrategias de apoyo mutuo a partir de la cocina son las ayudadas (organización colectiva de la cocina), que se sostiene en la red de mujeres que mantiene algún tipo de relación en común, para la cooperación del trabajo o la realización de un banquete variado. Y a su vez, construyen espacios de confianza entre mujeres, dónde no sólo se trabaja, sino que se da un lugar para comer, platicar y compartir.

Sin embargo, no hay que perder de vista que asistir a una ayudada también implica una dedicación de tiempo, energía y esfuerzo que se suma a la lista de los trabajos para las mujeres, y que en ocasiones la elección de asistir no es completamente voluntaria, sino que tiene que ver con el cumplimiento de las normas sociales y culturales que marca la costumbre, así como con un sentido de compromiso por devolver la ayuda.

En este punto, cabe decir que al referirme a la cocina como trabajo y reconocer que conlleva una dedicación importante de tiempo, fuerza y energía, cuestiono la naturalización de la cocina como un “quehacer” femenino, plano, como si no implicara el más mínimo

esfuerzo para las mujeres que la llevan a cabo. Esta visibilidad de la cocina como trabajo permite repensar su división sexual y a su vez, el sistema capitalista que depende de esta división del trabajo y que no reconoce las labores indispensables para la reproducción de la vida.

No se trata entonces de continuar perpetuando la cocina como femenina, sino todo lo contrario, no asignarle sexo-género a este trabajo permite tener la posibilidad de reconocerla como necesaria para todos y por lo tanto, repartir el trabajo que implica. Y a su vez, que las mujeres tengamos la posibilidad de elegir y decidir dedicarnos a la cocina o no, con los deseos y aspiraciones personales que cada mujer albergue.

En este sentido, las mujeres de San Blas Atempa, al realizar la cocina como un trabajo que les permite asegurar la alimentación y sostener económicamente a sus familias, también se posicionan políticamente. Dan visibilidad a la cocina como trabajo, reconociendo sus saberes y destrezas culinarias, su inversión de tiempo, energía y esfuerzo. No sólo “reproducen” un sistema económico local, sino que lo acuerpan y recrean en su día a día con nuevas formas de construir economía, cultura alimentaria del pueblo y visibilidad de la cocina como un trabajo digno.

A manera de resumen, las reflexiones del capítulo tres son: 1) imbricación mujeres-cocina, la elección del trabajo de la cocina se condiciona por diversas variables, ente ellas el mandato femenino de la cocina y la necesidad por precariedad económica. 2) Estrategias de economía, aunque puede ser un trabajo no elegido plenamente las mujeres despliegan una serie de estrategias para facilitarse la reproducción de sus vidas.

3) Las ayudadas son una expresión de las redes de solidaridad y a través del trabajo de la cocina construyen espacios para la recreación, convivencia y esparcimiento, sin perder de vista que son actividades que se suman al trabajo de las mujeres, y que en ocasiones la voluntad de asistir se vincula a un “deber” por compromiso a las reglas sociales y culturales de la comunidad. 4) Posición política de la cocina como un trabajo, las mujeres de SBA han posicionado el oficio de la cocina como uno digno para subsistir económicamente.

Para el capítulo cuarto retomé planteamientos de la pedagogía crítica de Paulo Freire<sup>66</sup> para abordar la cocina como un espacio de interaprendizaje, un *laboratorio activo* donde circulan saberes y conocimientos administrativos, culinarios, curativos y de aprovechamiento de los alimentos. Desde ahí, analizo la *expertise* culinaria, vinculada directamente a la sensibilidad corporal de la cocinera, y por lo tanto, al sacrificio del cuerpo respecto de las heridas del desgaste físico que el trabajo de la cocina genera. Asimismo, postulo que la transferencia de valores e ideologías que se reproducen, recrean y reflexionan desde la cocina, tienen que ver con la escucha y narración de experiencias de vida que se comparten en estos espacios.

La cocina es una forma crítica de la enseñanza, una educación dialéctica que no se trata de una transmisión “plana” de recetas, proporciones, ingredientes y métodos de preparación, sino de un diálogo de interaprendizaje en el que, la maestra y la aprendiz, constantemente ponen en tensión lo que saben y conocen. Articula un espacio para “la capacidad de asumirse”, como mujeres, pensantes, realizadoras de un trabajo, creativas, hábiles, ingeniosas, frente a las condiciones en las que se encuentran.

En este sentido, el aprendizaje de la cocina en el pueblo de SBA propicia el desarrollo de habilidades útiles para la vida. La cocina se vuelve un espacio donde las mujeres se asumen, como poseedoras de saberes y conocimientos, capaces de continuar aprendiendo y de enseñar. Habilidades como: la astucia, ingenio, creatividad, proactividad, secuencia de actividades, administración, negociación, habilidades de venta, entre otras, se pueden generar durante la práctica culinaria, un *laboratorio activo* de saberes donde entre mujeres se comparten enseñanzas que acompañan en el desarrollo de la vida, no sólo en situaciones relacionadas con lo culinario.

En este punto me gustaría traer a mención una reflexión relacionada con mi proceso de aprendizaje en la cocina de San Blas Atempa. Soy licenciada en gastronomía y la formación de la cocina profesional es distinta de la enseñanza que se vive en estos espacios. En determinadas ocasiones me fue difícil no sacar a flote ciertas huellas de la escuela de

---

<sup>66</sup> Cabe señalar que observo esta perspectiva crítica de la educación de un ámbito que no es “formalmente” educativo, sino desde lo cotidiano. Desde ahí propongo comprender qué valores, saberes, aprendizajes y maneras de enseñar existen fuera de los espacios en lo que formalmente pensamos el proceso de conocimiento, aprendizaje y enseñanza.

cocina, es decir, naturalmente la cocina se volvía un espacio de exigencia en el que buscaba hacer las cosas con cierta perfección y estética. Veía a mis maestras con una connotación vertical y buscando siempre su aprobación sobre cómo hacer las cosas.

Sin embargo, comprendí que aprender con las cocineras en SBA es a partir de un diálogo que permite participar y construir el proceso de aprendizaje. Aunque por su puesto, en algunas ocasiones hay que reconocer el prestigio o rango del “saber hacer”, por ejemplo, cuando se trata de la cocina colectiva en la que algunas mujeres dirigen el hacer la cocina desde un lugar de cargo y de liderazgo con las demás.

Es decir, el espacio de las cocinas en el pueblo es uno donde se da un ambiente de seguridad y confianza. La forma de aprender es sumamente importante para construir una relación con el trabajo de la cocina, pues como mencioné, la enseñanza en la escuela culinaria tiene una formación instrumentada, donde el que sabe es el maestro y quien aprende es únicamente receptor. Y connotaciones de incorporación a las tendencias mercantiles. Por otro lado, aprender con las mujeres genera otro tipo de conocimientos. Aquellos que se relacionan con las temporalidades, con el cuidado de los ingredientes y su máximo aprovechamiento, el desarrollo de una consciencia sensitiva corporal y de la astucia, así como de abrazar las historias que en estos espacios salen a flote.

Continuando con estas reflexiones, los testimonios de las mujeres dedicadas a la cocina para venta en SBA permiten observar que el cuerpo de las mujeres que cocinan es sumamente importante en el proceso de aprendizaje y preparación de los alimentos. Tan es así que desde los sentidos del cuerpo se generan saberes para condimentar, sazonar, intuir tiempos de cocción, y realizar los platillos. Es decir, el cuerpo es una fuente de saber dentro del campo de lo culinario, por lo tanto, el reconocimiento de la cocina de cada mujer es singular. Se vincula con la práctica y astucia de las mujeres, incluyendo en estas sus destrezas sensitivas para generar conocimientos propios alrededor de sus preparaciones culinarias.

Los saberes corporales, la emocionalidad y la capacidad sensitiva de percibir los procesos culinarios están estrechamente relacionados con cocinar y comer. *Naducholulo* traducido al español como “vista cansada”, es un claro ejemplo de cómo la comida nos incide, tanto como el cuerpo de quien cocina podría incidir en ella a partir de los sentimientos que este albergue. En este sentido, la cocina articula un campo de saberes que se ramifica y se

relaciona de forma significativa en la sanación y cuidado de los cuerpos, desde el mismo alimento como medicina que se consume todos los días, hasta las técnicas que se desarrollan en estos espacios y que tienen que ver con la curación de enfermedades particulares.

Por otro lado, la incidencia del cuerpo como generador de conocimiento en la cocina es un arma de doble filo, pues, aunque la sensibilidad corporal forma parte del saber experto, al mismo tiempo genera heridas en el cuerpo de las mujeres que se dedican al trabajo diario de la cocina. El sacrificio de la salud y/o bienestar corporal forma parte “natural” de aprender a cocinar, en este sentido, el aprendizaje de la cocina en el pueblo de San Blas Atempa es paradójico, aunque genera espacios creativos, ingeniosos, donde mujeres pueden expresar, aprender y desarrollar distintas habilidades, también puede volverse un lugar donde se genera una transferencia de valores e ideologías relacionadas con el *ser mujer* y el trabajo de cocinar.

En este sentido, los cuerpos de las mujeres que se dedican a la cocina no sólo son fuente de saberes en lo que respecta a la interacción con las prácticas culinarias, sino también en cuanto a las experiencias que han vivido, en diversas ocasiones estas historias se relacionan con valores e ideologías de la posición sociocultural del *ser mujer* en el pueblo. Tres de estos valores e ideologías identificados durante la narración de experiencias son los siguientes:

**Aguante en el matrimonio**, las mujeres mayores como figuras de autoridad responden a estas historias de mujeres jóvenes diciéndoles que el deber de la mujer casada es estar a lado de su marido sin importar la situación, incluyendo aquellas donde la violencia física, patrimonial, verbal y psicológica pueden estar presentes.

**Sacrificio**, no sólo en el sentido del cuerpo por el desgaste del trabajo de la cocina, sino porque al llevar a cabo este, en ocasiones implica dejar de lado otros aspectos de la vida de las mujeres, como sus propias necesidades de satisfacer el hambre. En cambio de satisfacer las necesidades de los otros miembros de su grupo familiar, en particular cuando se trata de poner el bienestar de los hijos antes que el de la madre.

**El cuerpo como objeto de los otros**. En la narración de la historia de Na' Rosalía no se contemplan los deseos, pensamientos, sentimientos o aspiraciones de ella en las decisiones

de su vida, sino lo que los demás deciden sobre su cuerpo, es decir, no hay una autonomía corporal de las mujeres hacia sí mismas.

En este punto, la *cocina como laboratorio activo del ser mujer* es una categoría que permite ver el espacio de la cocina como uno en el que es posible reflexionar la posición de las mujeres en relación con los valores e ideologías que se contemplan en la feminidad, tomando esta como una construcción sociocultural situada territorialmente.

En el pueblo de SBA se contempla que las mujeres deben asumir trabajos relacionados con la reproducción social, entre ellos la cocina. Esta designación viene acompañada de hacerse cargo de situaciones que implican la responsabilidad de garantizar sustento para el grupo familiar, así como el desarrollo de habilidades administrativas, curativas y corporales. El rango de edad en el que comienza a designarse “formalmente” el trabajo de la cocina a las mujeres del pueblo gira en torno a los 10 a 12 años, es decir, las niñas comienzan a asumir responsabilidades grandes desde temprana edad.

Otro aspecto que marca la posición del *ser mujer* en el pueblo es el estado civil, es decir si es una mujer joven, sola, casada, juntada, divorciada, dejada, viuda. Y desde estas posiciones hay códigos socioculturales permitidos y otros que no están bien vistos. En este punto, *ser mujer* en el pueblo se vincula con otras formas de identificación, e interpelación de los roles de las mujeres en el pueblo. Para el desarrollo de este trabajo de investigación sólo se abordó la construcción de feminidad desde el *ser mujer* y dedicarse a la cocina para la venta. Valdría la pena plantear esta línea de investigación, para explorar con mayor profundidad otras formas de *ser mujer* desde la asunción de distintos roles dentro del pueblo.

En este sentido, es importante reflexionar la cocina como espacio y/o trabajo que precisamente permite “aguantar” las posiciones desventajosas y en algunos casos opresivas del *ser mujer* en SBA, pues desde esta se cumplen las demandas del trabajo de casa, de ser madre, esposa e hija y a su vez cargar con la mayor parte de las responsabilidades que sostienen los requerimientos económicos básicos.

Sin embargo, situarnos en esta perspectiva, deja de lado el mismo valor de la cocina como un espacio “apropiado”, que, aunque no siempre quiere decir un goce o disfrute de la misma, si toma formas diversas de acuerdo con lo que cada mujer decide y puede hacer desde

estos espacios. Asimismo, es un espacio donde hablar las historias, escucharse, acompañarse, reflexionar y valorar sus saberes, conocimientos y experiencias es posible. Pues al contar estas historias desde la narrativa de la mujer que las vive, se pueden expresar los procesos personales de autonomía.

El caso de Na' Rosalía permite observar la fragmentación que ejerce ella misma frente a la disposición de los otros sobre su cuerpo. Así como aquellas reflexiones que ha formulado a lo largo de su vida, frente al discurso constante de aguantar en matrimonio, decide repensar este tema y expresa su inconformidad con los varones que, en sus palabras “pisotean a las mujeres”. Es decir, transgrede y recrea esta transmisión de valores al decirme a mí, como otra mujer joven, que una mujer no debe permitir que un hombre la maltrate, ni aguantar ninguna clase de abusos, sino todo lo contrario, defender el derecho que se tiene de protegerse a sí misma.

En este mismo punto, es relevante reflexionar la cocina como un espacio de escucha significativa. Pues tratándose de estas historias, que cotidianamente se viven en silencio, construir un espacio seguro para hablar y escucharse a sí mismas permite no sólo sentir compañía y contención. Sino vivir el cuerpo desde la experiencia, con consciencia de lo que se ha vivido y desde ahí, es probable que surjan no sólo reflexiones, sino acciones que lleven a sus vidas partiendo de sus propias historias.

Cuando me refiero a la cocina como un *laboratorio activo del ser mujer* quiero decir que, como en los laboratorios científicos: la curiosidad, duda, intuición y experimentación se ven presentes y quienes ahí investigan, hacen pruebas, aciertan y en ocasiones no tienen los resultados esperados. Lo mismo sucede en la cocina, no hay un camino único trazado que dicte la fórmula secreta sobre lo que es *ser mujer*, y aunque lo hubiera, las mujeres en la cocina están constantemente experimentando y probando, de las formas en las que han vivido sus vidas, realizan sus labores diarias, o en los mensajes que deciden compartir a generaciones más jóvenes, el *ser mujer* está cambiando constantemente y la cocina permite generar un espacio para ello, donde quienes hacen estas experimentaciones, trasgreden, reproducen, o recrean, son las mujeres que se dedican a su elaboración.

Desde aquí se pueden desprender otras líneas de investigación que ahonden de forma más directa en ¿cuáles son los temas de reflexión que se tocan en estos espacios? Y ¿cómo



las mujeres dedicadas a la cocina para venta en SBA hacen uso de la cocina apropiándola como laboratorio?

Así mismo, vale la pena preguntarse si la cocina en el pueblo podría pensarse como un trabajo y espacio que construye formas de resistencia, y si es así, ¿de qué otras formas las mujeres del pueblo de San Blas Atempa a través del trabajo de la cocina generan estrategias de resistencia frente a los discursos de discriminación de otras localidades?

La cocina no es sólo un trabajo, sino un espacio que posibilita moverse, generar redes socioeconómicas, y desde ahí se gestan estrategias para enfrentar la precariedad económica. En el Istmo de Tehuantepec no hay una sola forma de ser mujer, y la cocina no es siempre un trabajo elegido con plenitud, sino uno al que las mujeres recurren por diversas variables, en este sentido, ¿cómo las mujeres del pueblo de San Blas Atempa dedicadas al trabajo de la cocina trasgreden el discurso de representación folklorizado de la mujer zapoteca del Istmo de Tehuantepec? y ¿cuáles son las narrativas que las mujeres de San Blas Atempa generan a partir de su(s) práctica(s) en el ejercicio del trabajo de la cocina?

Finalmente, si pensamos en no asignarle un sexo-género a la cocina para exigir formas más corresponsables de llevar a cabo las necesidades para reproducir la vida, procurando no sólo repartir el trabajo de formas equitativas, sino considerando la importancia de la vida, ¿cómo podríamos pensar la reproducción de la vida cuidando no sólo la responsabilidad igualitaria en estas tareas, sino la vida natural que nos rodea?

## ANEXO 1. EXPOSICIÓN FOTOGRÁFICA REESCRIBIÉNDO[NOS]

Rescribiéndo[nos] fue una exposición fotográfica realizada por mujeres fotógrafas del Istmo de Tehuantepec, esta semilla comenzó a sembrarse a partir de la inquietud de las miradas de mujeres que habitamos el territorio. La maestra Claudia Daowz con el apoyo de Claudia Mendoza y la regiduría de cultura de Tehuantepec, formaron el taller “Tejiendo Redes, mujeres en movimiento Istmo”, este tuvo una duración de tres meses de octubre a diciembre del 2021, y se dirigió a mujeres interesadas en aprender fotografía, el proyecto que se trabajó fue una narrativa fotográfica.

Cada una de las participantes nos acercamos a una mujer de confianza, y preguntamos si era de su interés contar su historia desde la fotografía. Contrarrestando aquellas imágenes estáticas y folklorizadas de “la mujer zapoteca del Istmo de Tehuantepec”, siempre con el mismo atuendo y la misma sonrisa. Nuestra intención fue diversificar y construir “miradas”, honestas, reales, llenas de amor, resistencia, fuerza, resiliencia y voluntad. De lo que nuestras madres, abuelas, tías, amigas, maestras, hermanas, nos transmiten con su ser, su pensar, hacer y sentir del día a día.

Este taller lanzó convocatoria en el mes de octubre del 2021, fue durante el trabajo de campo que noté la convocatoria y consulté con Na’ Rosalinda si a ella le parecía buena idea trabajar una narrativa fotográfica a la par de las conversaciones que ya estábamos gestando. Dado que su recibimiento a esta propuesta fue positivo, me animé a formar parte del taller y trabajar el proyecto final (la narrativa fotográfica).

En este proceso, Na’ Rosalinda a la par de sus conversaciones, me compartía cortos en *diidxazáa* que le gustaron, y expresaba su inconformidad con prácticas habituales dentro de la sociedad de SBA, por ejemplo, aquellas que naturalizaban que las mujeres se hicieran cargo de todas las responsabilidades del núcleo familiar. Fue ahí que surgió por parte de ella, la idea de grabar un corto expresando su punto de vista (detallado en el anexo número 3).

Consideré importante presentar el resultado de este taller porque, aunque no es una exposición que se vincula directamente con la cocina, expone que las mujeres que habitan el territorio, albergan dentro de sus cuerpos, historias diversas, sobre quienes son, las formas en las que construyen economía, sostienen redes familiares, repiensen su posicionamiento político, desafían el estereotipo que se les ha asignado, y muestran sus vulnerabilidades. A

partir de estos cuerpos es posible comprender un territorio lleno de mujeres con condiciones e historias distintas, que contribuye a visibilizar el vasto repertorio de estrategias sociales, económicas, culturales y afectivas que forman parte del *ser mujer* en el territorio del Istmo de Tehuantepec. Es por esto por lo que consideré relevante traer el presente anexo, porque estas reflexiones sobre el *ser mujer* no sólo se gestan en los escritos académicos, y me pareció necesario mostrar otra forma de expresión de estas subjetividades.

A continuación, presento el texto de sala de exposición, y enseguida, cada una de las narrativas que participaron en la exposición. Me gustaría aclarar que la narrativa fotográfica que trabajé en colaboración con Na' Rosalinda no está presente, con la intención de mantener cuidado con su imagen, dado lo delicado de las historias que presenté en la tesis.

## A1.1 Texto de sala

A lo largo de la vida aparecen muchos deberes: deber ser, deber hacer, deber tener... Casi todos son impuestos o aprendidos de nuestros ancestros. Un día nos agolpan las preguntas que nos hacen cuestionar nuestro devenir ¿Quién soy y para qué estoy? Aparecen siempre, a veces nos detenemos y tratamos de contestarlas, en ocasiones no encontramos el cómo responderlas. Es por ello que generar espacios para dar lugar a estas reflexiones, son logros que permiten el crecimiento de las personas.

Claudia Daowz generó este espacio, un refugio emocional para hacer comunidad, para compartir los afectos que significan el ser mujer en el territorio oaxaqueño que, a la vista del extranjero está colmado de misticismo y “magia”. Daowz por medio de la fotografía, estimuló que la narrativa personal, la más íntima y oculta, tomara lugar en el plano visual. Convocó a las mujeres de la región con bagajes diferentes a que contaran esa microhistoria que las define, las lastima o las enorgullece. Historias que atraviesan sus afectos y que pertenecen a Tejiendo Redes.

Las consignas eran claras: evitar narrativas flocloricistas o que pertenúen imágenes idealizadas de un pasado fantástico y de un sistema político utópico. En su lugar, se sugirió que, por medio de la observación de sus campos iconográficos, detuvieran su mirada en el detalle, en el gesto que las construye como mujeres, madres, hijas, nietas o abuelas. La historia que cada una contaría podría dirigir su interés a los temas más oscuros o luminosos. Las temáticas se comprenden en cuatro núcleos: Alianzas y redes en comunidad; Cuerpos y memoria; Voces ancestrales finalizando con Rupturas y confrontación.

Alianzas y redes, refieren al trabajo de Astrid, Brenda, Daniela, y Veydha. Astrid detiene su lente en sus vecinas, por medio de retratos emocionales, nos lleva a un paseo por su vida y su andar cotidiano, nos incorpora emocionalmente con su comunidad; Brenda dirige su interés a la jornada laboral vinculada a la pesca, en sus imágenes se reconoce el poder y la fuerza de esas mujeres que han sido sostén de sus familias; Daniela presenta la historia que hay “detrás de la Diosa” refiriendo al momento en que acaban las fiestas y el agotamiento en donde las marcas en la piel se dejan asomar, es una elocuente historia de la tradición desde la realidad y Veydha presenta retratos de mujeres mayores en el mercado de Tehuantepec, mujeres en sus contextos laborales y que a pesar de su edad continúan trabajando.

Cuerpos y memoria integra la propuesta de Reyna, Elizabeth y Juana. Reyna reflexiona en torno al vitíligo, consecuencia del dolor que la pérdida puede producir, en palabras de la fotógrafa “hablar de la piel, es hablar del mapa que habitamos partiendo de que el cuerpo es nuestro primer territorio”. El cuerpo en goce, expandido y en movimiento es el que interesa a Elizabeth, quien por medio de las líneas de sus figuras devela las multiplicidades de sus formas y la urgencia de presentarlos; Juana y el vientre que registra el parto doloroso, la violencia obstétrica y la mano médica, dispone de la piel como registro y denuncia de las marcas que se quedarán.

Voces Ancestrales contiene las obras de Mara, Fátima, Bety y Fanny. Mara reproduce el gesto del amor filial colmado de emotividad, retratos de su nana Julieta, una mujer que representa a las ancestras de todas y todos, imagen sabia, imagen amorosa y con ello perpetúa su memoria; Los trabajos de cuidado, los que sostienen la vida, es el tema de Fátima, quien desde pequeña ha observado la dedicación de la señora Emilia hacia su hermano que requiere de las manos de alguien más para poder vivir; Bety revela la importancia de una abuela, con ese amor que trasciende generaciones y se descubre en la caricia, en el rostro reposando en el regazo de la sabia de la casa, una historia íntima y amorosa; Fanny observa siliente cómo descansa en la hamaca Na’ Rosalinda, imagina aquella mujer totopera construye, derriba y reconstruye sus pensamientos en esos momentos, el fin de la jornada que les permite a las mujeres trabajadoras repensar su día a día.

Rupturas y confrontaciones inscribe las propuestas de Klaus, Marisa y Claudia. Klaus retoma un tema fundamental en la vida de la región y que ha sido motivo de libros, historias y fantasías: los muxes, no obstante, la fotógrafa prefiere evadir las obviedades y referir a la discriminación y violencia que viven día con día; Marissa hace referencia a la realidad de muchas mujeres en México y en su región, la maternidad impuesta y en solitario con la incertidumbre y miedo por asumirla o no, una decisión que las mujeres toman en compañía de nadie, asumiendo las consecuencias emocionales y físicas Y Claudia, quien a través de dos retratos de piezas simbólicas de la cultura, destaca las contradicciones y la violencia que se ejerce sobre los cuerpos de las mujeres istmeñas, las que en la narrativa se dicen como las fuertes y poderosas.

Lo que se revela en esta muestra fotográfica son las visualidades que acompañan la vida de un grupo de mujeres, quienes poco a poco se desplazan a un espacio más libre en el

cual han descubierto que pueden narrarse desde muchos lugares. Descubrirse en su día a día como cuerpo con poder y con incidencia en la vida de sus comunidades. El trabajo que aquí se presenta hace eco a la máxima literaria que sostiene que todo gesto personal es político, que toda incidencia creativa en la vida de las históricamente precarizadas devolverá algo de justicia a la narrativa que les fue negada. Lo que se nos descubre aquí es la semilla enterrada de un árbol que desde siempre ha querido florecer.

Minerva Anguiano

Historiadora del Arte y Escritora

## A1.2 Juana Pola, Cesáreas

Fotografía digital blanco y negro 81x122  
cm

2021

“¿Te rajaron?”: Es la primera pregunta que se nos hace después de una cesárea. Actualmente somos muchas las mujeres que tenemos una cicatriz en el vientre; considero que a lo largo de la vida estas heridas están latentes ya que fueron producto de algún suceso feliz o triste. Este proceso fotográfico surge a partir de mi persona, del conocimiento y autoexploración de mi cuerpo; en el cuestionamiento de si realmente es necesaria la herida que traigo, me pregunto también si las otras mujeres que tienen esta marca en su vientre fueron intervenidas necesariamente o fue más fácil tener un parto por cesárea. Las ditas viven en mí, la aceptación de mi herida y del dolor que guardo de mi epidural es como una espina clavada.



### A1.3 Fátima Sosa, Un acto de amor

Fotografía digital blanco y negro 81x122  
cm

2021

Señora Emilia es una mujer amorosa y fuerte, perteneciente a la cultura tehuana. Desde joven ha demostrado su amor y ternura incondicional al cuidado de su hermano menor.

Las siguientes fotografías son un homenaje y reconocimiento a ella, al trabajo arduo que desempeña día a día para solventar su hogar y al acto de amor que ha procurado durante toda su vida. Señora Emilia es un ejemplo de entrega absoluta reflejada en su cotidianidad, en la felicidad que emana junto a su hermano y en la complicidad mutua de sus miradas.





A.14 Brenda Rivero, *Gunná Benda*

Fotografía digital blanco y negro 81x122  
cm

2021

El objetivo de este proyecto es sensibilizar sobre la importancia que tiene el consumo de los productos locales procedentes del mar, es por ello que se realizaron fotografías que retratan la vida cotidiana de las personas que se dedican a la venta de pescado, un oficio que es el sustento de muchas familias y con ello contribuye al desarrollo económico de la región del Istmo.



### A1.5 Claudia Daowz, Confrontaciones

Fotografía digital cromógena 81x122 cm  
2021

Es un díptico que muestra el atuendo ritual de la mujer y hombre zapotecos. La mujer porta el tradicional huipil grande que se usa en las festividades patronales y el hombre lleva el sombrero charro 24 elaborado de manera artesanal y forrado cuidadosamente con tela de terciopelo rojo, ambos significan un gran respeto a su cultura y tradiciones y lo portan con orgullo. En un acto de reflexión e investigación sobre el tema de la violencia hacia las mujeres en el Istmo de Tehuantepec, he notado que el índice de feminicidios ha aumentado por esta zona y nada se hace por resolverlo. Visibilizar de alguna manera este tema me ha llevado a realizar esta obra con la siguiente reflexión: así como existe el firme respeto por los atuendos simbólicos del traje regional, así mismo deberíamos de respetar la vida, nuestras vidas, la de todas y todos.



(En las etiquetas están escritos los nombres de las víctimas y sus victimarios, relación con ella, tipo de muerte, edad y lugar donde ocurrió).

## A1.6 Marissa García, Decisión

Fotografía digital blanco y negro 81x122  
cm

2021

Hablar del aborto sigue siendo un tabú que habita las mentes de nuestras comunidades y nuestro país. Sin embargo, es importante generar empatía hacia quienes tienen que enfrentarse a una decisión así y entender, que cada mujer atraviesa por circunstancias particulares, contextos personales que desconocemos y, nuestra moral no debe anteponerse a ellas ni a su cuerpo.

Visibilizar el aborto y eliminar el estigma hacia quienes toman esta opción, es el motivo de este trabajo fotográfico. El acto de elegir la maternidad debe ser parte de la libertad, autonomía y ninguna debe ser obligada a ello. Tener un hijo debe ser tomado con conciencia, desde la piel, la razón y el corazón.



### A1.7 Mara Matus, Vida, tiempo y espera

Fotografía digital blanco y negro 81x122  
cm

2021

Julieta Sosa Chiñas mejor conocida en mi familia como “Nana”, es mi bisabuela. El amor a ella y el tiempo que compartimos con los que amamos, es una de las cosas más importantes. De niña me decían que a esta vida llegamos, vivimos y morimos, pero ¿saben? Ella siempre estará conmigo. Estas fotografías son una forma de inmortalizarla y eternizar su fuerza, sus memorias, sus añoranzas e incluso la nostalgia por su amado, su difunto marido Félix. Vivir sin él por más de quince años habla de su entereza, del consuelo que encuentre entre la hamaca entretejida por su esposo ausente, teniendo siempre la esperanza de volverse a encontrar con él.

A sus 102 años de edad, Julieta es una mujer tehuana en toda su profundidad: guerrera, inteligente, fuerte, de corazón por sus raíces al vestir diariamente con su huipil y enagua corta. Hoy y siempre la amaré, admiraré su fuerza por la vida y recordaré su vos diciendo: Para cheu’.

Hoy y siempre: Te amo, Nana



## A1.8 Beti Cortés

Levadura de vida

Fotografía digital blanco y negro

81x122 cm

2021

Puedo comparar a Beatriz Espinoza Rodríguez con la levadura del pan (oficio que realizó en su adultez en su tierra natal Tehuantepec, Oaxaca). Durante su trayectoria de vida sufrió diversos problemas, sin embargo, el amor y la esperanza que ella tuvo y tiene, pudo ayudarla a sobrellevar las cosas, logró sacar adelante a sus dos hijos siendo una madre soltera, se dividió y lo sigue haciendo, continúa realizando sus actividades que tanto le gustan; como hacer chocolate para que después lo pueda compartir con su familia.

Para Beatriz sus nietos son un gran pilar, hay días de convivencia en los que simplemente juntos se quedan conversando por la tarde y con su voz arrulla al más pequeño, en otras ocasiones comparte sus anécdotas mientras les da consejos de vida.



A1.9 Astrid Chicatti, A través de los ojos de las vecinas de mi barrio

Fotografía digital en blanco y negro  
81x122 cm

2021

A través de los ojos de las vecinas de mi barrio tiene como objetivo principal dar a conocer el verdadero valor e importancia que día a día las mujeres aportan a la sociedad ya que, ellas son el primer pilar de la humanidad. Quiero plasmar a través de retratos, el duro trabajo que realizan las mujeres del barrio de Guichivere en Tehuantepec, Oaxaca, lograr a través de sus miradas una conexión que nos permita conocerlas y valorarlas. Ya que muchas de ellas son madres de familia, amas de casa además de tener su negocio propio como vendedoras para sostenerse. La mujer tiene menos control sobre su ritmo de trabajo, ya que atiende varias labores a la vez. De igual manera la posibilidad de lograr un descanso y desconexión es prácticamente nula. Se ven obligadas a cumplir con muchas exigencias que acompañan a estos trabajos; al paso de los años se sienten desgastadas y aminoradas sus fuentes de satisfacción, agudizando así su estado de ánimo y su salud general. Mi admiración y respeto hacia cada una de ellas. Mujeres poderosas, mujeres mágicas.



A1.10 Elizabeth Ignacio, Cuerpo de istmeña

Fotografía digital en blanco y negro  
81x122 cm

2021

Me miro al espejo sin ropa y veo un cuerpo lleno de poemas, cada poema tiene su nombre, una estrofa que me describe tal y como soy. Mamá dice que son bonita, papá dice lo mismo, pero al salir de casa observo una sociedad llena de prejuicios, en donde ser delgada, es mucho más importante que la personalidad. Las exigencias estéticas culturales influidas por la educación y la publicidad nos hacen querer desear un cuerpo “perfecto”, nos sometemos a dietas que ponen en riesgo nuestra salud física y emocional. Las siguientes fotografías son una reflexión y un poema de amor para recordarte que no naciste odiando tu cuerpo de istmeña, alguien te enseñó que, así como eres no era suficiente y lo creíste. Hoy te invito a hablarte a ti, a decirte que no tienes por qué compararte, no existe la belleza medible, ningún cuerpo tiene por qué someterse al prejuicio y al estigma. ¡Acétate, ámate y cuídate siempre!



A1.11 Daniela Sibaja, Detrás de la Diosa

Fotografía digital en blanco y negro  
81x122 cm

2021

Siempre pensamos en un Istmo bellísimo, rodeado de encaje, de seda y sol. Lo perfectas que lucen las mujeres al regalarles a nuestros ojos, un gran destello de belleza increíble. Sin embargo, Detrás de la Diosa refleja lo que nunca es visto. Este lado íntimo de la mujer tehuana, cuando se encuentra en un estado vulnerable al término del compromiso social donde tiene que portar la vestimenta tradicional.

Este proyecto deja al descubierto aquellas marcas causadas por el uso de la enagua en doble y apretado amarre, el uso del tacón alto y las huellas de la prenda interior. Hundimiento de la piel que conlleva portar este maravilloso atuendo.

Haciendo una pausa de reflexión, descubrimos que debajo de tanto terciopelo, flores, bordados, colores y alhajas doradas, se encuentra un ser humano con un cuerpo que siente, percibe, aguanta y resiste todo aquello que cualquier mortal experimenta. Ella, suele dejar a un lado cuando se trata de hacerse una con su traje de mujer tehuana.





A1.12 Reyna Naxhieli Bomar,  
Cartografías del dolor

Fotografía digital en blanco y negro  
81x122 cm

2021

Cartografías del dolor es una serie de retratos a Sonia, mi madre y amiga, en donde desde su valentía y resiliencia nos muestra la historia de ausencia trazada en su piel a raíz de la pérdida de sus padres. Hablar de la piel, es hablar del mapa que habitamos partiendo de que el cuerpo es nuestro primer territorio y que nuestras experiencias trazan cartografías en nuestro ser.

Este proyecto es una manera de sanación mutua que me permite acercarme a mi madre, conocer su dolor que también es el mío y a partir de ahí, erradicar prejuicios, nombrar la resistencia que vive una mujer como Sonia, frente a una enfermedad psicósomática autoinmune como el vitíligo y que asume el mundo con dignidad y amor. Reconociéndola y aún más, reconociendo la diversidad de mujeres en tan profundo como es Tehuantepec, Oaxaca.



A1.13 Claus Mendoza, El falso paraíso  
Fotografía digital en blanco y negro  
81x122 cm  
2021

El Istmo de Tehuantepec, es una región reconocida mundialmente, entre otras cosas, por la existencia de los “muxes”; es decir, un tercer género que apela a lo no binario y que presume de su aceptación en la sociedad y en la familia convirtiéndose para los ojos externos un “paraíso”. Sin embargo, lo que realidad significa es vivir en discriminación, violencia y soledad.

Joseline es una mujer trans, activista, miembro de la comunidad LGBTQ+ pero sobre todo un ser humano que desmitifica esa aceptación y goce de ser “muxe” en este contexto istmeñizado. Ha padecido el rechazo sin embargo siempre ha sido y será esa extensión de amor y solidaridad hacia sus compañeras de la comunidad y hacia todo aquel o aquella que la necesite. Ver sus ojos duros y su sonrisa particular te hacen sentir que le debes una disculpa por como de la ha tratado. Platicar con ella te motiva a hacer mucho más por cambiar o al menos exteriorizar la realidad con el único deseo de que esa tolerancia social de convierta en verdadera aceptación y respeto. En algún momento podrán vivir y no sobrevivir.



A1.14 Veydha Michelle Hernández  
Villalobos, Colores y sabores de  
Tehuantepec

Fotografía digital en blanco y negro  
81x122 cm

2021

Na' Carmen Salinas Gutiérrez desde los 12 años se ha dedicado al comercio, iniciando los primeros años con la venta de pescado y panes tradicionales de la región del Istmo (pan de queso, marquesote), actualmente con 88 años sigue en el comercio local con la venta de velas, sirios, mariposas, flores, floreros, etc.

En esta serie fotográfica se le hace un reconocimiento por su ardua labor de lucha y de trabajo en el mercado Jesús Carranza de Tehuantepec.



## ANEXO 2. CUADERNILLO “GUNAA’ GUETA” POR ANA XHOPA

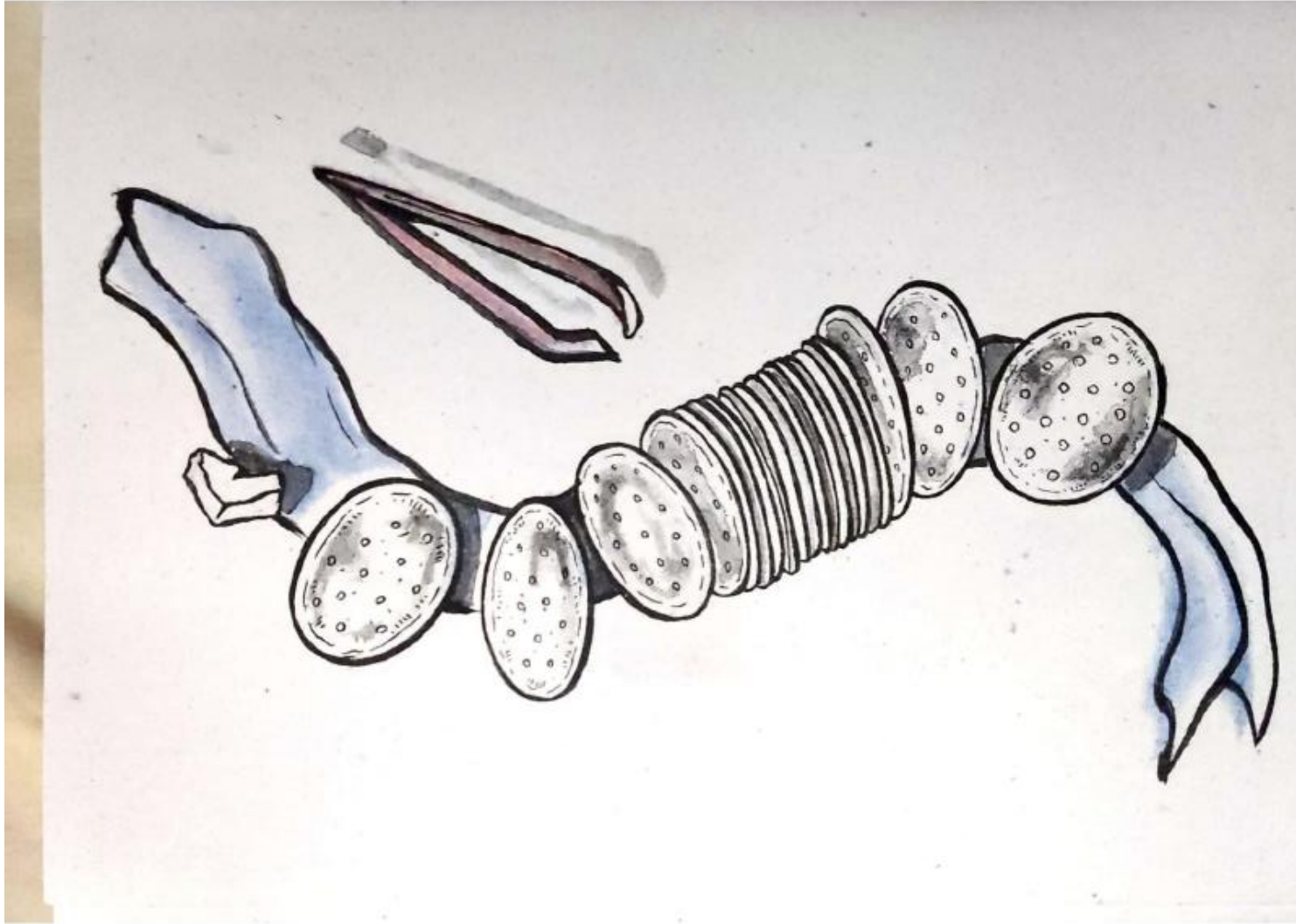
Este anexo muestra las imágenes del cuadernillo “Gunaa’ Gueta” (traducido al español como mujer tortilla), mencionado en el capítulo tres y realizado por la artista plástica Ana Xhopa.





En San Blas Atempa el oficio de las totoperas y tortilleras es una de las principales actividades económicas que fomenta la alimentación saludable, la conservación del maíz nativo y sostiene económicamente a las familias de estas mujeres.







Dedicado a las mujeres maestras del nixtamal del istmo y a mi madre, por el bello oficio de la elaboracion de la tortilla.

Publicación realizada por Ana Xhopa durante la Residencia de Producción Risográfica IAGO 2022 Oaxaca, Mexico





Escaneado con CamScanner

### ANEXO 3. FRAGMENTO DE UN MENSAJE DE NA ROSALINDA

Este fragmento se generó a partir de la iniciativa de Na' Rosalinda, durante la toma de fotografías que realicé para la narrativa fotográfica del taller “Tejiendo Redes”, ella me habló de un cortometraje titulado “Viuda María”<sup>67</sup> que le mostró su hijo mayor, este cortometraje está realizado en *diidxazáa* y muestra la historia de una mujer de SBA que queda viuda, así como múltiples violencias que atraviesa en su vida marital. El cortometraje está producido por Eduardo Ramírez Lobo, un joven fotógrafo de SBA.

Na' Rosalinda me dijo que le gustaría realizar algo similar, por esta razón grabamos un corto donde ella expresaba una reflexión personal, mientras desgranaba maíz en una bandeja. Este mensaje lo expresó en *diidxazáa* y Gladis López una amiga cercana de SBA tradujo el fragmento que a continuación presento:

Yo les pido a los padres de familia, como papá y mamá que apoyen a sus hijos cuando quieran estudiar, que ambos ayuden a sus hijos para que así pueda terminar sus estudios. Yo soy sanblaseña, cien por ciento de San Blas. A mí me gusta mi pueblo, no habrá día que yo niegue que yo soy de acá, no habrá día que yo niegue que yo soy de acá, aquí nací y aquí está enterrado mi ombligo. Veo a muchas gentes que niegan ser de acá y dicen ser de otro lado, debemos de amar y querer nuestro pueblo, debemos tener presente que de acá somos y no debemos olvidar hablar el zapoteco con nuestros hijos, debemos enseñarles el zapoteco, enseñárselos con mucho orgullo.

Cualquier persona que me pregunte, yo siempre digo que soy de San Blas y ahora les digo que cuando sus hijos quieran estudiar los apoyen, como mamá y papá deben apoyar a sus hijos para que así puedan finalizar sus estudios. Por lo que yo ya pasé no quisiera que ninguna otra mamá pasara por mi situación, porque la verdad, las personas hablan, pero no saben en sí, qué todos los problemas viví con mis hijos. Por lo que mi esposo no me apoyó para que mis hijos pudieran estudiar, mi primer hijo, el mayor sí quería estudiar y yo como madre sí lo apoyé, aunque discutía con su padre por lo mismo, porque él no lo apoyaba, pero por mi hijo yo discutí con él y lo apoyé para que estudiara y así terminó sus estudios como ingeniero.

Por eso les digo a los papás que apoyen a sus esposas y a sus hijos, que trabajen mucho para que así puedan sacar a sus hijos adelante, que no sean como mi esposo, que no hubo apoyo, al contrario, qué luchen y salgan adelante con su familia. Por eso yo me separé de él porque no había apoyo de su parte, él decía que la escuela no sirve para los hijos, que nada más es pérdida de tiempo, que ir a la escuela no servía de nada, que el día de mañana que ellos se casaran no les serviría haber sido estudiantes. Que no trabajarían de lo que estudiaron, pero al contrario es bonito estudiar y tener una profesión. Por eso les digo que le echen ganas, si sus hijos quieren estudiar, que los apoyen, que les echen porras, que no les digan que no. Que entre la mamá y el papá se apoyen para que así puedan sacar adelante a sus hijos.

Lo que a mí me pasó no se lo deseo a ninguna otra mujer, con el tiempo me separé de mi esposo y conocí a otro hombre como pareja, él sí me ayudaba, me ayudó con el gasto de mis otros hijos. Y, además, yo soy una mujer campesina, me gusta vivir en el rancho, en el campo. Porque estando en el campo el lugar es grande, están las tierras, los animalitos, las gallinas, los marranos, y la vida en el campo ayuda. Al momento que económicamente no contamos con dinero, podemos matar un pollito, y con eso mismo, alimentarnos. También se da el maíz, teniendo el maíz en mano con eso mismo podemos hacer tortilla, por eso me gusta el campo porque, aunque sea justos no nos falta para comer.

---

<sup>67</sup> Este se puede consultar en la siguiente liga: <https://www.youtube.com/watch?v=Y2bEWB84ix8&t=6s>

Ahorita estoy bien con la pareja que tengo hoy en día, porque pues estoy con él y estoy en el rancho viviendo, la vida de rancho me gusta, me hace feliz. (Na' Rosalinda, noviembre 2021)

**ANEXO 4. REPERTORIO FOTOGRÁFICO DE PLATILLOS LOCALES DE SAN  
BLAS ATEMPA**



**Gaznate**



**Curado**



**Comixcalito**



**Nicuatole**



**Mondongo/pancita**



**Lomito**



**Papa con chorizo**



**Totopo**



**Dulce de tejocote**

Fotografía 1. Repertorio de platillos 1, autoría propia



Horno de comixcal



Crema queso



Tamales



Natilla



Mango con chile



Molote de maíz



Camarón seco



Tortilla a mano



Molote de plátano

Fotografía 2. Repertorio de platillos 2, autoría propia



Empanada/molote de maíz/  
hígado encebollado



Guetabola



Ensalada de chicharrón



Tamal de chipilín cocido en horno de  
comixcal



Tamal de cambray



Sopa aguada



Atole blanco/ziaba



Atole de leche

Fotografía 3. Repertorio de platillo 3, autoría propia

# BIBLIOGRAFÍA

Abarca, Meredith E

2006 “Chapter 2 Sazón: The flavors of Culinary Epistemology” en Abarca, Meredith E., *Voices in the Kitchen Views of food and the World from Working-Class Mexican and Mexican American Women*, vol 9, Texas, The United States of America, Texas A&M University Press, pp. 19-50.

Arana López, Gladys Noemí

2012 “Los espacios de la cocina mexicana al albor del siglo II. La creación alquímica de olores, sabores y texturas”, *Apuntes*, Colombia, vol. 25, núm. 1, pp. 36-49.

Bastardas Boada, Albert

2016 “Ecología lingüística y lenguas minorizadas: algunas notas sobre el desarrollo en campo”, en Fernández Planas, A. Ma. (ed.), *53 reflexiones sobre aspectos de la fonética y otros temas de lingüística*, España: Universitat de Barcelona, pp. 449-458.

Cabnal, Lorena

2012 “Acercamiento a la construcción de la propuesta del pensamiento epistémico de las mujeres indígenas feministas comunitarias de Abya Yala”, en *Feminista Siempre. Feminismos diversos: el feminismo comunitario*. España: ACSUR las Segovias, pp. 11-25

Cabrera Rodríguez, Verónica y Quintana, Diego Roberto

2020 “Cuerpos, saberes y sabores de Maíz en el Istmo de Tehuantepec” en Vizcarra Bordi, Ivonne (Cord.), *Volteando la tortilla, género y maíz en la alimentación actual de México*, Ciudad de México, México, UAEM, pp. 181-201.

Campbell, Howard y Green, Susanne

1999 “Historia de las representaciones de la mujer zapoteca del Istmo de Tehuantepec”, *Estudios sobre las Culturas Contemporáneas*, México, vol. 5, núm. 9, pp. 89-112.

Castañeda Salgado, Martha Patricia

2020 “Antropología Feminista y Epistemología” en Berrio Palomo, L. R, Goldsmith Connelly Mary R., Ruiz-Trejo Marisa G., Salas Valenzuela Monserrat, Valladares de la Cruz, Laura R (coords), *Antropologías feministas en México: epistemologías, éticas, prácticas y miradas diversas*, México, UAM, pp. 60-77.

Christie, María Elisa

2002 “Naturaleza y sociedad desde la perspectiva de la cocina tradicional mexicana: género, adaptación y resistencia”, *Journal of Latin American Geography*, Estados Unidos de América, 1 (1), pp. 21-54

Claude Fischler

1995 “Cocina dietética o el gobierno del cuerpo” en Claude Fischler *El (h)omnívoro El gusto, la cocina y el cuerpo*, Barcelona, España, ANAGRAMA, pp. 219-235.

Contreras Hernández, Jesús y Gracia Arnáiz, Mabel

2005 *Alimentación y cultura: perspectivas antropológicas*, Barcelona, España, Editorial Ariel

Curiel Charlynne

2022 “Costumbre y relaciones de género: Las cocinas como espacios de expresión comunitaria en la mixteca de Oaxaca a finales del siglo XX” en Bailón Vásquez, Fabiola y Ruiz Cervantes, Francisco José, (Coords.) *Mujeres en Oaxaca. Expresión y vida pública, siglos XIX y XX*, Oaxaca, México, IIUABJO, INMUJERES, pp. 161-188.

2020 “El binomio mujeres-cocinas: experiencias de Oaxaca”, *Cuadernos del Sur*, México, 25 (49), pp. 3-18

2021 “Hacia una antropología feminista de la relación de las mujeres y las cocinas: una propuesta desde Oaxaca”, *Boletín Colegio de Etnólogos y Antropólogos sociales 2021, Antropologías feministas*, México, pp. 109-123

2007 “Mujeres en la cocina de la mayordomía. Prestigio y costumbre en la mixteca de Oaxaca”, *Entre Diversidades*, vol. 6, núm 1, pp. 163-194

Dalton Palomo, Margarita

2010 “Las mujeres zapotecas del Istmo y los poderes social, económico y político” en Dalton Palomo, Margarita, *Mujeres: género e identidad en el Istmo de Tehuantepec, Oaxaca*, México, Centro de Investigaciones Superiores en Antropología Social, pp. 107-129.

De Garine, Igor y Vargas Guadarrama, Luis Alberto

2006 “Introducción a las investigaciones antropológicas sobre alimentación y nutrición”, en Peña Saint Martin, Florencia y Alonzo Padilla, Arturo Luis (Coords.), *Cambio social, antropología y salud*, México, CONACULTA-INAH, pp. 103-120.



Díaz-Villalobos, Julissa Estefanía

2018 “Nosotras mandamos ahí, en el cazo de comida”. *Un análisis sobre la figura de las cocineras de Jalapa del Marqués, Oaxaca*, tesis de licenciatura, Universidad del Claustro de Sor Juana, Ciudad de México.

Dietz, Gunther

2011 “Hacia una etnografía doblemente reflexiva; una propuesta desde la antropología de la interculturalidad”, *Revista de Antropología Iberoamericana*, vol. 6, núm. 1, pp. 3-26.

Duhalde, Miguel Ángel

2008 “Pedagogía crítica y formación docente” en Moacir Godotti, Margarita Victoria Gomez, Jason Mafra, Anderson Fernandes de Alencar (Comp.), *Paulo Freire. Contribuciones para la pedagogía*, Argentina, CLACSO, pp. 201-2014

Espino Torres, Donna Melisa

2020 “Aquí, yo trabajo en casa”. Redes migratorias, inserción laboral y agencia de mujeres zapotecas del Istmo de Tehuantepec en el servicio doméstico de Baja California, México (1970-2018), *Revista Latinoamericana de Antropología del Trabajo*, vol. 4, núm. 9.

Expeitx, Elena y Gracia, Mabel

2012 “La alimentación humana como objeto de estudio para la antropología: posibilidades y limitaciones”, *Áreas. Revista Internacional de Ciencias Sociales*, núm. 19, pp. 137-152

Federici, Silvia y Nicole Cox

2012 “Contraatacando desde la cocina” en Federici, Silvia, *Revolución punto cero. Trabajo doméstico, reproducción y luchas feministas*. Madrid, España, Traficantes de sueños, pp. 51-66

Gaspar Domínguez Noemí

2020 “La participación de las mujeres a través de la cocina para la producción de agave y mezcal en Albarradas, Oaxaca”, *Cuadernos del sur*, vol. 25, núm. 49, pp. 107-126

Gayle, Rubin

1986 “El tráfico de mujeres: notas sobre la “economía política” del sexo”, *Nueva Antropología*, vol. 8, núm. 30, pp. 95-144.

Giard, Luce

2010 “Segunda parte. Hacer de comer. Capítulo x. Artes de alimentarse” en De Certeau Michel, Giard Luce y Mayol Pierre, *La invención de lo cotidiano 2 Habitar, cocinar*, Ciudad de México, México, UIA, pp. 151-168.

Giménez, Gilberto

1994 “Apuntes para una teoría de la región y de la identidad regional”, *Estudios sobre las culturas contemporáneas*, vol. 6, núm. 18, pp. 165-173.

Gracia-Arnaiz, Mabel

2015 “Segunda parte, Alimentación, trabajo y género”, en Gracia-Arnaiz Mabel, *Comemos lo que somos. Reflexiones sobre cuerpo, género y salud*, España, Icaria, pp. 107-143

Gutiérrez Lucio, Diana Vianey

2020 “Mi destino fue hacer tortillas y gracias a eso me siento bien”. Agencia y conocimientos femeninos alrededor de la producción de tortillas, *Cuadernos del sur*, vol. 25, núm. 49, pp. 19-39.

Godelier, Maurice

1998 *El enigma del don*, 1ª edición, traducción de Alberto López Bargados, Barcelona, España, Paidós.

Haraway, Donna J

1995 “Capítulo 7 Conocimientos situados: la cuestión científica en el feminismo y el privilegio de la perspectiva parcial” en Haraway, Donna J., *Ciencia, cyborgs y mujeres. La vención de la raleza*, Valencia, España, Ed. Cátedra, pp. 313-346.

Igor de Garine

1995 “Capítulo III Los aspectos socioculturales de la nutrición” en Contreras, Jesús (comp.), *Alimentación y cultura necesidades, gustos y costumbres*, Barcelona, España, Editorial Universitat de Barcelona, pp.

Juárez-Acevedo, Verónica Itandehui

2020 “Cocinas comunitarias en Juchitán de zaragoza: el trabajo de las mujeres en la base de la vida”, *Cuadernos del sur*, vol. 25, núm. 49, pp. 87-106.

Lagarde y de los Ríos, Marcela

2016 “El trabajo” en Lagarde y de los Ríos Marcela, *Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas*, México, Siglo XXI, pp. 59-75.

2016 “Una antropología de la mujer” en Lagarde y de los Ríos, Marcela, *Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas*, México, Siglo XXI, pp. 59-75.

2019 “Violencias contra las mujeres en las relaciones de pareja en México”, *Intersticios Sociales*, 18, pp. 269-302.

López Sáenz, María Carmen

2012 “M. Merleau-Ponty (1908-1961) y S. de Beauvoir (1908-1986). El cuerpo fenoménico desde el feminismo”, *Belo Horizonte*, vol. 3, núm. 6, pp. 182-199.

Lechat M. P. Noëlle

2013 “Economía moral” en Cattani Antonio David, Coraggio José Luis, Laville Jean-Louise, (coord.), *Diccionario de la otra economía*, Argentina, Universidad Nacional de General Sarmiento, pp. 144-150.

Machuca Ramírez, Jesús Antonio

2018 “El patrimonio biocultural y la alimentación” en Edith Yesenia Peña Sánchez y Lilia Hernández Albarrán (Coord.), *Biodiversidad, patrimonio y cocina. Procesos bioculturales sobre alimentación-nutrición*, México, Secretaría de Cultura, Instituto Nacional de Antropología e Historia, pp. 25-49

Magaña González, Claudia Rocío

2012 *Etnicidades en construcción: Procesos históricos en el siglo XX*, tesis de maestría, Colmich, Ciudad de México.

Martínez-Laguna Norma, Sánchez-Salazar María Teresa, Casado Izquierdo José María

2002 “Istmo de Tehuantepec: un espacio geoestratégico bajo la influencia de intereses nacionales y extranjeros. Éxitos y fracasos en la aplicación de políticas de desarrollo industrial (1820-2002), *Investigaciones Geográficas, Boletín del Instituto de Geografía, UNAM*, núm. 49, pp. 118-135.

Mohanty, Chandra Talpade

2008 “Bajo los ojos de Occidente: academia feminista y discursos coloniales”, en Suárez Navaz & Rosalva Aída Hernández Castillo (eds) *Descolonizando el feminismo. Teorías y prácticas desde los márgenes*. Madrid, España, Ediciones Cátedra, Universitat de València e Instituto de la Mujer, pp. 117-163

Nahón Abraham

2010 “Introducción” en Nahmad Sittón Salomón, Dalton Palomo Margarita y Nahón Abraham (coords.), *Aproximaciones a la región del Istmo: diversidad multiétnica y socioeconómica en una región estratégica para el país*, Oaxaca, México, Centro de Investigaciones y Estudios Superiores en Antropología Social, Secretaría de las Culturas y

Artes de Oaxaca del Gobierno del Estado de Oaxaca, Culturas Populares del Consejo Nacional para la Cultura y las Artes, pp. 9-20

Ortiz Rojas, Antonio

2008 *Reseña histórica de San Blas Atempa y vida y obra de Arcadio G. Molina*, Oaxaca, México, edición Ortiz Rojas, Antonio

Paredes, Julieta

2008 “Planteando el tablero”, en Paredes, Julieta, *Hilando fino desde el feminismo comunitario*, Bolivia, Asociación y Centro de Defensa de la Cultura (CEDEC), pp. 47-73.

2008 “Una ruptura epistemológica con el feminismo occidental” en Paredes, Julieta, *Hilando fino desde el feminismo comunitario*, Bolivia, Asociación y Centro de Defensa de la Cultura (CEDEC), pp. 75-92.

Pérez Orozco, Amaia

2014 “Introducción”, en Pérez Orozco, Amaia, *Subversión feminista de la economía: aportes para un debate sobre el conflicto capital-vida*, Madrid, España, Traficantes de sueños, pp. 35-69

2014 “La economía se resuelve más acá del mercado”, en Pérez Orozco, Amaia, *Subversión feminista de la economía: aportes para un debate sobre el conflicto capital-vida*, Madrid, España, Traficantes de sueños, pp. 153-196

Reina, Leticia

2013 “Historia del istmo de Tehuantepec. Dinámica del cambio sociocultural”, siglo XIX. México: Instituto Nacional de Antropología e Historia.

Torres Beltrán Karina Xóchitl, Tena Guerrero Olivia, Vizcarra Bordi Ivonne y Salguero Velázquez Alejandra

2020 “División sexo-genérica del trabajo y multipresencia en las prácticas de alimentación femeninas basadas en maíz en una comunidad mixteca del estado de Guerrero”, en *Volteando la tortilla, género y maíz en la alimentación actual de México*, México, Universidad Autónoma del Estado de México, pp. 34-61

Tuñón, Esperanza

2015 “De la sombra del fogón a la luz del actuar colectivo: la experiencia de las cocinas populares”, *Revista Mexicana de Ciencias Políticas y Sociales*, vol. 36, núm. 145, pp. 89-99.

Villagómez Velázquez, Yanga

2004 “Diversidad étnica e identidad en la llanura costera del Istmo oaxaqueño”, *Mundo Agrario. Revista de estudios rurales*, vol. 4, núm. 8, pp.1-21.

Vizcarra Bordi, Ivonne

2008 “Entre las desigualdades de género: un lugar para las mujeres pobres en la seguridad alimentaria y el combate al hambre”, *Argumentos*, 21 (57), pp. 141-173.

2020 “Introducción”, en Vizcarra Bordi, Ivonne (coord.), *Volteando la tortilla, género y maíz en la alimentación actual de México*, Estado de México, México, UAEM, pp. 13-31.

## REFERENCIAS ELECTRÓNICAS

Consortio Oaxaca

2020 *El Istmo alcanza el mayor índice de feminicidios y mujeres desaparecidas en Oaxaca*, recuperado el 15 de mayo del 2022 de: <https://consorciooaxaca.org/2020/03/el-istmo-alcanza-el-mayor-indice-de-feminicidios-y-mujeres-desaparecidas-en-oaxaca/>

Diana Manzo

2020 *Con murales, Ana Xhopa defiende la cultura y el territorio zapoteca*, recuperado el 28 de abril del 2022 de: <https://pagina3.mx/2020/02/con-murales-ana-xhopa-defiende-la-cultura-y-el-territorio-zapoteca/>

DIDGPO

2015 *San Blas Atempa*, recuperado el 23 de marzo del 2022 de: [www.digepo.oaxaca.gob.mx/recursos/info\\_pdf/San Blas Atempa.pdf](http://www.digepo.oaxaca.gob.mx/recursos/info_pdf/San_Blas_Atempa.pdf)

Eduardo Ramírez Lobo

2018 *Viuda María*, recuperado el 14 de noviembre del 2021 de: <https://www.youtube.com/watch?v=Y2bEWB84ix8&t=6s>

INEGI

2020 *Panorama sociodemográfico de México*, recuperado el 11 de julio del 2023 de: [https://www.inegi.org.mx/contenidos/productos/prod\\_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/nueva\\_estruc/702825197933.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/productos/prod_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/nueva_estruc/702825197933.pdf)

2010 *Compendio de información geográfica municipal 2010, San Blas Atempa*, recuperado el 23 de mayo del 2023 de: [https://www.inegi.org.mx/contenidos/app/mexicocifras/datos\\_geograficos/20/20124.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/app/mexicocifras/datos_geograficos/20/20124.pdf)

INEGI, INMUJERES

2019 Encuesta Nacional sobre el Uso del Tiempo (ENUT) 2019, recuperado el 11 de julio del 2023 de: [https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enut/2019/doc/enut\\_2019\\_presentacion\\_resultados.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enut/2019/doc/enut_2019_presentacion_resultados.pdf)