Universidad Autónoma del Estado de México
UAEM

Facultad de Turismo
y Gastronomía

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO

FACULTAD DE TURISMO Y GASTRONOMÍA

LICENCIATURA EN GASTRONOMÍA

TESIS

LA PRESERVACIÓN DE LOS ALIMENTOS TRADICIONALES COMO ELEMENTO FORMADOR DE LA IDENTIDAD GASTRONÓMICA DE LA COMUNIDAD OTOMÍ DE SAN PABLO AUTOPAN

PRESENTA

BIBIANA GONZÁLEZ ACOSTA

ASESORA:

DRA. EN E. T. ARLEN SANCHEZ VALDES

TOLUCA, ESTADO DE MÉXICO, SEPTIEMBRE DE 2019

ÍNDICE

1. TÍTULO……..
2. RESUMEN…….
3. INTRODUCCIÓN…….
4. ANTECEDENTES……..
5. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA……..
5.1 Identidad……..
5.2 Esferas de la Identidad…….
5.3 Identidad Gastronómica……...
5.4 Alimentos Tradicionales……
5.5 Elementos formadores de la preservación de los alimentos tradicionales
5.6 Hábitos Alimentarios……..
5.6 Determinantes del consumo ……
5.7 Comunidades Indígenas……
6. METODOLOGÍA…….
6.1 Objetivos…….
6.1.1Objetivo general……...
6.1.2 Objetivos particulares…….
6.2 Preguntas de investigación y supuesto orientador……
6.2.1 Supuesto orientador……
6.2.2 Pregunta general…….
6.2.3 Preguntas particulares……
6.3 Metodología……
7. ANÁLISIS Y RESULTADOS …….
7.1 Análisis Exploratorio de Datos……...
7.2 Codificación……
7.3 Redes Estructurales, Relaciones Semánticas……..
8. CONCLUSIONES …….
9. PROPUESTAS Y/O SUGERENCIAS
10. FUENTES CONSULTADAS……...
11. ANEXOS…….
Anexo I. Instrumento……
Anexo II. Fichas de identificación y transcripción de las entrevistas……..

1. TÍTULO

LA PRESERVACIÓN DE LOS ALIMENTOS TRADICIONALES COMO ELEMENTO FORMADOR DE LA IDENTIDAD GASTRONÓMICA DE LA COMUNIDAD OTOMÍ DE SAN PABLO AUTOPAN

2. RESUMEN

Este trabajo de tesis está cimentado en las teorías del estudio de la identidad comunitaria, así como en el modelo de consumo alimenticio que vincula el sistema de preferencias con el contexto identitario subrayando la relación entre disponibilidad-coste-accesibilidad de los alimentos ya que el problema de investigación plantea que la preservación de los alimentos tradicionales funciona como elemento formador de la identidad gastronómica de la Comunidad Otomí de San Pablo Autopan, y que en consecuencia; su pérdida repercute de manera negativa en dicha identidad, desde lo social y cultural. Es debido a este planteamiento que el objetivo general que se trazó fue analizar la preservación de los alimentos tradicionales como elemento formador de la identidad gastronómica de la Comunidad Otomí de San Pablo Autopan; para la elaboración de estrategias por parte de la comunidad académica destinadas a la preservación y difusión, de estos alimentos. El documento se construyó con una metodología de enfoque cualitativo basándose en el método inductivo, con un diseño metodológico etnográfico pues analiza una unidad social concreta (la Comunidad Otomí de San Pablo Autopan) a partir de un diseño flexible con interrogantes plateadas desde el inicio que sólo pueden responderse a través de la interpretación de los datos surgidos de los sujetos en estudio y sus contextos.

Algunos de los resultados obtenidos se presentan en forma de figuras y mapas conceptuales para su mejor visualización. Todos ellos giran en torno a los datos obtenidos con las entrevistas y se centran en el entendimiento de cómo es que la preservación de los alimentos tradicionales sirve de elemento generador de la identidad de la comunidad otomí de San Pablo Autopan.

A través del trabajo de campo, se pudo identificar que el patrimonio gastronómico de San Pablo Autopan se ve amenazado no por la inducción de nuevos alimentos debido a que existe un gran arraigo a la cocina y productos tradicionales, sino por el cambio de estilo de vida y la diversificación de actividades de las mujeres, quienes son las encargadas de preservar los alimentos tradicionales.

Finalmente se incluye un apartado de recomendaciones generales que a manera de breve disertación plantea las posibilidades de solución a la problemática que genera la pérdida de los alimentos tradicionales de la comunidad que fue objeto de esta investigación

3. INTRODUCCIÓN

Los alimentos y bebidas son vistos como significantes de cultura e identidad grupal. Los platillos e ingredientes ingeridos comunican algo significativo sobre las personas tanto al interior como al exterior del grupo en procesos, a menudo abiertos de identificación social.

Este tipo de visión, ha provocado un creciente interés entre los académicos por el pasado y presente de los alimentos, así como por las prácticas asociadas con su producción, consumo y preservación; situación debida a la universalidad del acto alimentario, puesto que los alimentos son el alma de la cohesión social, la integración y diferenciación, y son ingredientes activos en los lazos percibidos de los humanos con lo sagrado y lo sobrenatural; construyen y potencian el sentido de pertenencia y devenir de las personas, bases de la identidad social.

En este tenor se observa que la gastronomía indígena también está capturando la atención de los investigadores; los estudios en este campo se basan en los análisis de las expresiones culinarias tradicionales, la dinámica cultural que viven las comunidades y cómo ésta afecta directa o indirectamente a los platillos. Sin embargo; hacen falta estudios que conceptualicen a los alimentos tradicionales como elementos formadores de la identidad gastronómica así como el reconocimiento de su importancia social a partir del valor que asigna la propia comunidad en su rol de elementos constructores y reproductores de la identidad social.

Debido a esta situación, a partir de un estudio de corte etnográfico, se busca analizar la preservación de los alimentos tradicionales como elemento formador de las dimensiones de la identidad gastronómica (autenticidad, extensión, internalización y expresión) provocadas por la pérdida o conservación de estos alimentos, tratando de aportar más información a la discusión sobre la situación alimentaria, social y patrimonial de las comunidades indígenas fundamentada en los contextos actuales.

Hoy día, 50% de lo que consumen los mexicanos son productos procesados y de transnacionales que fabrican alimentos chatarra, con alto contenido en grasa, sal y azúcar, y

son un inadecuado producto para una población que de por si padece inseguridad alimentaria (Enciso, 2013). Enrique Jacoby, asesor regional sobre alimentación saludable y vida activa de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) advirtió que en México se comen demasiados "snacks" (Enciso, 2013) y que en tan solo 20 años se reemplazó todo el sistema alimentario basado en una variedad gastronómica característica del patrimonio cultural mexicano.

Se estima que debido a esta situación la comunidad indígena se ve afectada de manera negativa en formación de su identidad de manera directa e indirecta en sus aspectos tanto sociales como culturales, ya que como Del Castillo (2015), menciona; la herencia de los alimentos tradicionales aún continúa en los pueblos indígenas, aunque “también es cierto que se van perdiendo ante la llegada influencias como comida rápida como hamburguesas, pizza, sopas instantáneas, entre otras cuyo origen es extranjero y cuyos valores nutricionales distan del que tienen los de raíces prehispánicas” (Castillo, 2015, párr. 6).

Esta información permite plantear el hecho de que uno de los aspectos más olvidados entre este sector poblacional indígena es el gastronómico, en especial sus platillos tradicionales y la preservación de éstos. Se cree que la cocina de los pueblos originarios está perdiendo su esencia debido al desconocimiento de sus ingredientes, así como la incorporación de otros elementos no característicos de la región, como los productos importados.

Queda claro que existe un conflicto entre la preservación de los alimentos tradicionales como elemento formador de la identidad gastronómica pues como lo expresa María Joaquina Martínez Reyes, Secretaria General en Toluca del Frente de Campesinos, y quien es originaria de San Pablo Autopan; el momento por el que atraviesa la comunidad es muy complicado ya que por razones económicas y sociales gran parte de la población está dejando de un lado sus vestimentas típicas, su gastronomía y su idioma (García, 2018).

Este abandono trae como consecuencia una pérdida que repercute de manera negativa en dicha identidad, desde lo social y cultural. Si se toma en cuenta que identidad gastronómica define la capacidad de los grupos indígenas para la acción autónoma así como su

diferenciación de otros grupos y colectivos por medio de sus alimentos tradicionales vale la pena reflexionar si la pérdida de los alimentos tradicionales creará una generación de indígenas otomís carentes de ésta y cuáles serán las consecuencias de este proceso.

Por estas razones este trabajo tiene como objetivo analizar la preservación de los alimentos tradicionales como elemento formador de la identidad gastronómica de la Comunidad Otomí de San Pablo Autopan; para la elaboración de estrategias por parte de la comunidad académica destinadas a la preservación y difusión de estos alimentos.

Así, en orden de cumplir el objetivo y generar la información necesaria para que cualquier individuo o grupo involucrado en la difusión de la gastronomía indígena tradicional tome acciones que impacten de forma positiva en su permanencia y reconocimiento dentro de la comunidad y fuera de ella la investigación se compone de los siguientes apartados:

En un inicio se exploran los antecedentes que sirven como base para el trabajo de campo se realizó, brindando pautas de acción y sugiriendo líneas de investigación, así como aproximaciones académicas y empíricas que como directrices facilitaron el planteamiento del problema y la revelación del supuesto orientador.

El apartado de antecedentes da pie a la fundamentación teórica que parte de un análisis del concepto de la identidad para ir ahondando en cómo se puede construir ésta a partir de la gastronomía de una comunidad mediante sus prácticas culinarias arraigadas en el colectivo mediante un corpus de tradiciones y costumbres.

El siguiente apartado explica la metodología seguida para la recopilación de información introspectiva sobre la identidad gastronómica de la comunidad otomí de la comunidad de San Pablo Autopan; por ello se eligió un método de análisis cualitativo, que se utiliza para entender y explicar las prácticas alimentarias que en la actualidad y a través del tiempo se han ido construyendo como parte de ese microcosmo social.

La tercera parte fundamental de este documento se dedica a la explicación de los resultados obtenidos durante la recolección de información proveniente de la observación y las entrevistas a profundidad realizadas como parte de la aproximación al objeto de estudio, aquí se incluye un apartado de conclusiones donde se resumen los hallazgos más relevantes para complementar el objetivo de la investigación y poder dar respuesta a las preguntas que se plantearon inicialmente; también se ha añadido una sección de propuestas, breves aproximaciones a soluciones para que la comunidad pueda continuar la preservación de sus alimentos tradicionales.

Finalmente se han agregado un par de apartados extras; uno es el dedicado a las fuentes de información consultadas y el segundo se destinó a los anexos que incluye la guía de entrevista, las fichas técnicas y las transcripciones de éstas.

4. ANTECEDENTES

En países como México, la gastronomía es parte del patrimonio cultural, forjador de la identidad colectiva social y base de afectos, costumbres y reciprocidad.

La construcción de identidad como respuesta conductual y simbólica, siempre está expuesta a continuos cambios principalmente por nuevas manifestaciones y expresiones de la alimentación en comunidades indígenas, propiciando así una ola de estudios vinculados con la preservación de alimentos tradicionales (Wilson, 2006).

Claras y recurrentes son las posturas teóricas que presentan la cultura alimentaria como patrimonio y se contextualizan en el ámbito intangible afines a las expresiones que forman la identidad y su importancia desde la perspectiva antropológica estableciendo que los platillos (representaciones materiales), son los signos mientras que los símbolos son las ideologías alrededor de éstos. Así también, la cooperación social y la sociabilidad alimentaria son factores de cohesión con valor estructurante a través de los rituales alimenticios (López, Juárez y Medina, 2017)

Uno de sus principales pilares es el uso de productos endógenos siendo a través de la inclusión o exclusión de aquellos de carácter exógeno asumiendo, que si la localidad no puede crear puentes identitarios las estructuras funcionales que han existido hasta el momento se perderán y se propiciaría, un estado de pobreza cultural (Magaña & Padín, 2008).

A partir de los estudios de López et al. (2017) y Magaña y Padín (2008), se conceptualiza una visión integradora del patrimonio como elemento dador de identidad en las culturas, permitiendo la adherencia de los sujetos al entramado social con base en las representaciones de ciertos platillos en diferentes contextos y situaciones instituyendo una esfera intangible pero bien diferenciada.

Torres, Madrid de Zito Fontán, y Santoni, (2004) identifican que los rasgos de identidad de las comunidades en conjunto se unen involucrando aspectos ecológicos, sociales, económicos y simbólicos que revelan una ideación, y que es en este momento cuando los sistemas alimentarios se tornan patrimoniales, pues al ser valorizados, gracias a su paso a través de la historia y mediante el nivel de conocimiento empírico que les rodea, se pueden establecer jerarquías de riqueza que abarcan emociones y sensaciones.

De forma más específica, en cuanto a la perspectiva del alimento y el patrimonio, Torres et al. (2004) explican el rol de la globalización en la alimentación como producto cultural y plantean el dilema si esto será un obstáculo a la manutención del patrimonio, o será una vía para que las diferentes comunidades sean capaces de reconocerse desde la otredad tomando la decisión de conservar su identidad o reconfigurarla y avanzar a una nueva etapa.

Otra aproximación a la alimentación como una significación sociocultural que se ha constituido desde los albores de la civilización la construye; Entrena (2008) quien, considera que los procesos alimenticios de las comunidades se vinculan con la esfera natural y que esta relación se mira en los tejidos culturales de cada sociedad. El autor maneja a la par la idea de que incluso la genética se ha transformado en torno a las preferencias gastronómicas por medio del entendimiento de lo natural y la apropiación de éste.

Desde esta misma perspectiva, Entrena (2008) abarca los aspectos de la identidad colectiva y diferenciación social como productos de la alimentación, además se maneja la idea de que los grados de evolución de las economías determinan la fuerza del patrimonio cultural y los significados que cada grupo le brinda a su comida, los cuales pueden cambiar con el paso del tiempo sin perder su trasfondo identitario. Expresa que la realidad de los hábitos alimentarios cambia en el momento en que los escenarios de convivencia social se expanden.

De Suremain (2017), establece que no es posible lograr una estática y homogeneidad en los alimentos debido a los antecedentes de la configuración de cada una de las cocinas tradicionales compuestas por alimentos y platillos festivos en México. Aborda también las

paradojas que existen en el tratamiento del patrimonio como objeto con valor comercial que propicia los cambios de los procesos de elaboración de productos gastronómicos que finalmente impactan en la identidad de las poblaciones indígenas.

Un aspecto importante es que las perspectivas comerciales tienen influencia en la manutención del patrimonio gastronómico, es por esto que éstas tratan de introducir estándares diferentes a los tradicionales, provocando tensiones entre la identidad social de un grupo y su papel en el mundo globalizado (De Suremain, 2017).

De los estudios realizados por Entrena (2008) y De Suremain (2017) se entiende la noción de que cuando el patrimonio gastronómico se ve alterado en sus raíces como los hábitos alimentarios; la pérdida de unos elementos y la inclusión de otros pone en riesgo la permanencia del conjunto de significaciones, situación que impactará en la identidad del colectivo y eventualmente conducirá a su desgaste o reconfiguración.

Por otro lado, Chávez, Rodríguez, Thomé, y Miranda (2017) se encargan de desarrollar y especificar los escenarios en los que un alimento (la tortilla de maíz), tiene cabida en una comunidad del Estado de México; visualizando la producción, distribución y consumo de ésta como factores determinantes en la evolución del patrimonio alimentario y la herencia cultural que contiene acervo gastronómico y expresiones de la comunidad, así como los roles de los individuos en torno a este alimento para explicar la trascendencia de un producto más allá del uso primario de éste.

A la par, Chávez et al. (2017) conceden la idea de que los alimentos pueden tener un significado diferente dependiendo de la forma y contexto de su elaboración, reconfigurando sus usos y apropiaciones; ya que podría el mismo producto ser un símbolo de identidad y un recurso económico a la vez. Por otro lado, introducen la idea de los símbolos intrínsecos del patrimonio cultural de una población que se manifiestan en diferentes esferas de la vida en una comunidad por medio de ciertos productos alimenticios.

En este tenor, Ochoa (2013) muestra cómo es que incluso en pequeñas comunidades rurales existen diferenciadores sociales que marcan estratos, surgidos de las prácticas alimentarias que parten de la cultura alimentaria y el poder adquisitivo de los recursos gastronómicos familiares, situación claramente visible en las celebraciones, donde los alimentos han sido jerarquizados por costo y estatus del ingrediente, brindando prestigio a quien pueda compartir con sus invitados los platillos más costosos y abundantes.

Ochoa (2013) evidencia el papel de cada individuo en la comunidad enfatizando los roles de género adoptados para la preparación de alimentos. El autor explica que las tradiciones de la comunidad no se han librado de la influencia de productos alimentarios procesados, fusionando las más tradicionales comidas los alimentos y bebidas procesadas que oferta la industria alimentaria.

A partir de la investigación de Ochoa (2013), se visualiza la construcción de una matriz simbólica en torno a los alimentos que pasan a formar parte de la identidad grupal, la cual se manifiesta para establecer una diferenciación con respecto a otros colectivos sociales.

En este sentido, se encontró una investigación que explora la identidad de un grupo social andino a través de la elaboración de los alimentos ceremoniales en varios niveles, desde las representaciones de la identidad indígena colectiva, los roles de género, la vida religiosa y la convivencia con el mundo “moderno” Corr (2009). En ésta también se analizan las asignaciones significativas de los ingredientes que fortalecen los lazos de herencia y tradición cultural.

El trabajo de Corr (2009), pone de manifiesto el tratamiento de los alimentos como expresiones rituales de modos de vida que se mantienen desde tiempos ancestrales en una comunidad, la cual ha decidido hacer uso de elementos extrínsecos de maneras muy específicas para crear una reconfiguración de su identidad que parte del imaginario de los habitantes, permitiéndoles categorizar a través de la comida los aspectos más importantes de la vida social y sus significados autoconstruidos en los ciclos del ser, la vida, la muerte, el esparcimiento y lo sacro.

Para Hernández (2016), este conjunto de ideas se vislumbra igualmente en el patrimonio desde la perspectiva biocultural y reconoce que en las regiones indígenas las relaciones del medio ambiente están íntimamente ligadas a las actividades culturales y que una de sus principales manifestaciones se halla en los alimentos, en este sentido; el autor hace una vinculación del sistema simbólico patrimonial con el entorno del grupo social reflexionando en los conocimientos que las comunidades poseen de su entorno y la explotación que hacen de ellos.

De manera integradora Hernández (2016), analiza las interpretaciones de la comida desde la etapa de la producción de los ingredientes hasta el consumo, analizando la conservación de la armonía en todas las esferas de la vida donde la concepción de lo sagrado alcanza a los recursos alimentarios. Con respecto a esta cosmovisión, también profundiza en los lazos solidarios grupales que se estrechan gracias a los cambios que van más allá de las fronteras de la cultura culinaria nahua que mantienen su sentido adaptándose a la actualidad.

En estas investigaciones enfocadas en los alimentos, existen elementos en común como la diferenciación social, roles de género determinados y la búsqueda de la comunidad por mantener su patrimonio e identidad sin que esto signifique cerrarse al contacto y apropiación de elementos exógenos del mundo moderno y globalizado para reconfigurar sus pautas socioculturales establecidas, pero teniendo claro el significado de estos cambios.

Para Romero, Viesca y Hernández (2010), abordar el proceso de formación del patrimonio gastronómico debe partir de la situación geográfica-ambiental de cada región para que se pueda entender el acervo y la riqueza de éstas, el cual es sólo experimentable por medio de la cocina. Estos autores aseveran que muchos de los cambios que vive la identidad gastronómica de una población, surgen de una previa reconfiguración que dio origen a lo actual.

Facilitando así, una nueva configuración de la identidad con la pérdida casi segura de valiosos elementos simbólicos. altamente vulnerable y susceptible a la desnaturalización.

Romero et al. (2010) se enfocan particularmente en el valle de Toluca. Así, este escrito está formulado de acuerdo con las etapas de fusión que dieron origen a una gastronomía mestiza que caracteriza a la localidad en la que vincula el desarrollo de los factores sociales con los recursos vegetales y animales que pueden impulsar la evolución de la cocina patrimonial regional; y su importancia radica en que logra identificar una gran variedad de ingredientes y platillos tradicionales a partir de los recetarios de la cocina local, así como de las crónicas escritas al respecto.

Lograr esta identificación de recursos permite comprenderlos como componentes de un micro universo; así lo percibe García (2017), quien se acerca al contexto del patrimonio gastronómico como integrador de las tradiciones y la cultura de un municipio, por lo que analiza la gastronomía tradicional del lugar, así como los significados que el pueblo le brinda dentro de su identidad colectiva.

García (2017), enlista los principales platillos y determina que la mayoría participan activamente en la formación de la identidad de la comunidad. Este estudio sirve porque es fundamentado con el acercamiento a cocineras tradicionales del municipio que son las encargadas de perpetuar el conocimiento de la gastronomía con el paso de las generaciones, y son la fuente principal del saber alimenticio que posee la población. Finalmente, el estudio vincula exitosamente los platillos tradicionales a la identidad del municipio.

Siguiendo la línea del enfoque en comunidades específicas, la Food and Agriculture Organization (FAO, 2015) recolecta una explicación de la cosmovisión indígena, su memoria de la comida, siglos y siglos de costumbres, de tradición, de conocimientos, de abundancia y de escasez. Maneja una aproximación a los territorios para conocer sus cultivos, sus fogones, sus canastos, de tal forma que marca un punto de partida importante mostrando la manera en que un estudio de los pueblos indígenas debe llevarse a cabo.

El documento de la FAO (2015), formula y discute recomendaciones para mejorar los mecanismos de atención de los pueblos indígenas en seguridad alimentaria y nutricional que

los pueblos indígenas necesitan y merecen para que puedan recuperar y mantener sus cultivos y comidas, sus productos; hace particular hincapié en que no se deben olvidar los orígenes de los alimentos; es decir, se enfoca en la importancia de las raíces de la alimentación indígena, sus ingredientes y sus formas de producción como esenciales en la construcción de la identidad de estos pueblos.

Los autores Favila y Miranda (2012), estudian la comunidad otomí del norte del Estado de México en cuanto a los usos y costumbres en torno a la hora de comer, en su investigación expresan que la alimentación es una actividad de suma importancia para la cohesión social en esta comunidad. Este es un estudio etnográfico realizado (a través de una serie de entrevistas semi- estructuradas y abiertas) que se enfoca en explicar cómo se construye el protocolo de mesa en función de los horarios, comensales, e incluso festividades de acuerdo con la cosmovisión que ostenta esta comunidad indígena.

Favila y Miranda (2012), manejan diferentes ángulos para entender los procesos de abasto de los alimentos, la transformación de los mismos y los usos y costumbres que tienen las sociedades para desarrollar la ingesta de los platillos que se han obtenido como producto de las dos anteriores, explicando que así se crean distintas manifestaciones de la cultura, en este caso alimentaria, que va dando identidad a las sociedades humanas y un sentido de pertenencia hacia la comunidad en donde se desarrollan, constituyéndolo en parte de un patrimonio cultural inmaterial de la población que se va heredando de generación en generación y se va convirtiendo en un constructo de normas sociales que se deben cumplir como parte del grupo.

Barrientos (2004), se encarga de describir de forma detallada todas y cada una de las características del pueblo otomí, desde su localización geográfica, la descripción de su entorno, un breve recorrido por su historia y su forma de vida.

El escrito de Barrientos (2004) ,abarca también las principales actividades económicas de la comunidad otomí y como resultado, su tipo de alimentación, para proporcionar una idea general de la imagen que tiene este grupo indígena sobre su identidad a partir de la realidad

que experimentan y el mundo en el que viven; muestra las problemáticas a las que la comunidad se enfrenta. El documento sirve, de referente para entender y contextualizar a la comunidad, así como a sus productos alimenticios, los cuales evidencian la pérdida de las raíces a causa de múltiples factores.

Barrientos (2004), FAO (2015) y Favila y Miranda (2012), muestran la importancia de la alimentación para los pueblos indígenas, los cuales construyen una parte de su identidad a partir de ésta cargándola de significados compartidos y heredados de generación en generación.

Por su parte; Contreras (2013), Al hablar sobre las relaciones entre alimentación y la construcción y las manifestaciones de la identidad cultural se planea cuestiones sobre las múltiples interpretaciones que rondan sobre identidad alimentaria, sobre la estructura de las prácticas gastronómicas y las caracterizaciones de las cocinas pues sigue la tendencia que manifiesta que la cocina no es una cuestión de ingredientes, sino más bien; un asunto de clasificaciones y de reglas que ordenan el mundo y le dan sentido.

También, para Contreras (2023), la comida es un elemento importante que sirve a los grupos sociales para tomar conciencia de su diferencia y de su etnicidad. Explica que, una práctica cotidiana, como es la alimentación, se inscribe en un marco de representaciones y de significados con la finalidad de establecer categorías entre los territorios, los agentes y los grupos sociales. Para el autor cada grupo social posee un cuadro de referencias que guía la elección de sus alimentos, cuyo conjunto constituye un corpus más o menos estructurado de criterios que le corresponden y lo hacen único.

Por su parte, Vilamajó, Vales y Fernández (2013), privilegian el enfoque de las identidades en movimiento, abordan temas sobre deconstrucción/reconstrucción de las identidades a través de los contactos e intercambios, lo que invita a analizar los mestizajes en la formación de las identidades alimentarias para poder explicar a estas mismas en los contextos actuales y a través de las nuevas formas de consumo.

Teniendo este eje como guía, Vallés, Garnatje, Carrió, Parada y Rigat (2013) se aproximan a la situación de la Identidad propia y la identidad con medios adoptados en cuestiones gastronómicas. Para ellos las prácticas culinarias son importantes en la formación de la identidad cultural personal y colectiva de los miembros de la especie humana afirmando que los diferentes métodos y los diferentes ingredientes de cada cocina contribuyen poderosamente a definir una identidad cultural (Vallés et al 2013).

Para Vallés et al (2013), la revisión del concepto de identidad culinaria se puede llevar a cabo revisando directamente los ingredientes de las cocinas tradicionales y patrimoniales, de acuerdo con los autores; el origen de los ingredientes, su uso y formas de manipulación se van modificando con el tiempo y evolucionan a la par que los grupos sociales permitiendo que las identidades culinarias no sean estáticas, situación que incrementa el riesgo de pérdida de estas.

Los textos de Contreras (2013), Vilamajó, et al (2013) y de Vallès et al (2013) parecen conectarse en el aspecto de la evolución de las identidades gastronómicas, aportando acercamientos valiosos a la definición de este término mencionando claramente que es un término dinámico. De igual forma recalcan la importancia de los ingredientes en el estudio de la identidad gastronómica como factores de formación de ésta.

Ya en el terreno de la identidad gastronómica y su preservación en un grupo indígena, Gispert (2013) menciona que cada cultura genera una cocina específica, que va desde la recolección, técnicas de preparación, consumo, formas de servir y horarios de comer. Para la autora, el consumo de los alimentos tradicionales está condicionado por significado de éstos; menciona simbolismos que contribuyen a formar la identidad de los individuos y de sus grupos.

La misma autora establece un conjunto de parámetros sobre la identidad indígena y los vincula a la alimentación de forma que permite ver de qué manera las mujeres y la alimentación han ejercido su influencia sobre la configuración de las identidades de sus grupos de origen mediante la explicación de sus deberes y labores, así como de los ingredientes que utilizan y los platillos que crean con ellos.

Con la misma intención, Moncayo (2003) hace un análisis de la identidad gastronómica de Ecuador, el cual; arroja una dilucidación sobre la configuración de la identidad gastronómica de un país, su historia culinaria, sus escenarios de desarrollo, la importancia de sus ingredientes y de sus creaciones redondeando todo en un debate sobre preservación y pérdida haciendo hincapié en la importancia de la diversidad y el mestizaje sin olvidar el reconocimiento y valorización como eje sustantivo de la manutención de la identidad y de su evolución.

En ambos textos Gispert, (2013) y Moncayo (2003), se evidencia la importancia de los grupos sociales en la manutención de su propia identidad mientras que se explora a la par; un poco de la evolución histórica de este concepto aplicado a la realidad mediante diversos ingredientes y platillos.

Tomando en cuenta que los pueblos indígenas son colectividades humanas, descendientes de poblaciones que, al inicio de la colonización, habitaban en el territorio de la entidad, que han dado continuidad histórica a las instituciones políticas, económicas, sociales y culturales que poseían sus ancestros (Poder Ejecutivo del Estado, 2018); se visualiza la importancia de mantener sus tradiciones ya que son un acervo y patrimonio no sólo de la comunidad, sino de toda la región.

Una de las principales razones que conducen a realizar este estudio en la Población Otomí de San Pablo Autopan, es que en cifras oficiales del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2010) prueban que la comunidad otomí de Toluca se compone de aproximadamente 23,000 habitantes, lo que representa un 3% de la población total del municipio, por tanto, la coloca como la etnia más numerosa incrementando la relevancia del estudio de sus alimentos tradicionales sobre otras.

En San Pablo Autopan se calcula que cerca de 4,160 personas que viven en hogares indígenas donde hay 1,894 personas con más de 5 años que hablan una lengua indígena, 4 personas de más de 5 años que hablan una lengua indígena, pero no hablan español y 1,668 personas que

hablan tanto el español como una lengua indígena; esta situación ubica a la comunidad como una de las principales en el municipio de Toluca que aún preservan tradiciones orales y gastronómicas.

La cercanía de la comunidad con la zona metropolitana del municipio también fue un factor determinante para su selección ya que facilita el acceso a la comunidad, debido a esta cercanía entender cómo la preservación de los alimentos tradicionales es un elemento formador de la identidad gastronómica del pueblo indígena permitirá elaborar estrategias por parte de la comunidad académica destinadas a lograr esta preservación, así como la difusión de los alimentos tradicionales. Dichas estrategias podrán ser aplicadas por las autoridades municipales en conjunto con el grupo social de tal forma que generen un beneficio palpable para la manutención y desarrollo de los indígenas otomís de San Pablo Autopan sí como de su identidad gastronómica.

En el campo de la gastronomía se piensa que estas estrategias podrían involucrar iniciativas de proyectos productivos como desarrollo de productos basados en alimentos tradicionales, desarrollo de negocios locales con sustento gastronómico, creación y difusión de recetarios tradicionales de cocina otomí, implementación de una red de cocineras tradicionales de la comunidad para la impartición de talleres a instituciones educativas y público en general, así como para que estas cocineras puedan ser portavoces de la identidad gastronómica de la comunidad logrando el apoyo del sector público y privado en orden de preservar los alimentos tradicionales así como sus ingredientes, técnicas de elaboración, rituales de consumo, etc.

En cuestiones de ámbito ecológico, el impacto de la investigación reside en que al generar información confiable sobre la necesidad de preservar los alimentos tradicionales como formadores de la identidad gastronómica se pretende contribuir a que el grupo indígena investigado analice la viabilidad del regreso a las antiguas técnicas de cultivo como la milpa familiar, la cual causa muchos menos estragos que el sistema de monocultivo.

La preservación de los alimentos tradicionales funciona como elemento formador de la identidad gastronómica de la Comunidad Otomí de San Pablo Autopan, en consecuencia; su pérdida repercute de manera negativa en dicha identidad, desde lo social y cultural.

Conforme a lo planteado por López y Viesca (2012), la preservación de los alimentos tradicionales de la comunidad otomí de San Pablo Autopan es un determinante para la construcción de la identidad gastronómica no sólo de la comunidad, sino en gran medida también del municipio de Toluca, ya que son los pueblos indígenas quienes hacen posible la preservación de especies vegetales y animales comestibles, técnicas y utensilios, preparaciones culinarias, y sus costumbres y tradiciones con el esfuerzo realizado a lo largo de muchas generaciones.

Por otro lado, Contreras (2017) asevera que en las últimas décadas, múltiples factores afectan a los alimentos tradicionales de la cocina de los grupos indígenas, así como sus ingredientes típicos, y en consecuencia el legado cultural e identidad gastronómica que éstos brindan, tal es el caso del consumo de alimentos como los hongos y quelites que con cada nueva generación caen más en el desuso y desconocimiento.

5. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

5.1 Identidad

Es preciso iniciar abordando la identidad, un término que ha sido tratado desde diversas disciplinas, la mayoría de los acercamientos que se basan en los procesos de constitución de las identidades y, al hacerlo, reconocen el carácter plural, no saturable, precario, abierto y flexible, de este proceso y de la subjetividad que resulta.

Para Cornejo (2006), la identidad es la similitud, por lo tanto refiere a un otro. La autora explica que la identidad es unidad, habla de coherencia, de singularidad, de ser único. Y la identidad, por sobre todo, tiene que ver con el tiempo, la permanencia y un sentimiento de pertenencia de uno mismo, de continuidad, de similitud y de unidad.

Bourdieu (1988) y Dubet (1987) desde el terreno sociológico, consideran una diferenciación entre dos identidades del sujeto: la social y la personal. La primera se refiere a la forma en cómo el actor interioriza los roles y estatus que le son impuestos o que ha adquirido y a los cuales somete a su personalidad social, y la segunda es inseparable de las identificaciones colectivas que delinean los estereotipos sociales" (Dubet, 1987).

Por otra parte, Bourdieu (1982) plantea que la identidad se construye en la práctica social a partir de representaciones mentales (actos de percepción y apreciación, de conocimiento y reconocimiento) y de representaciones objétales (cosas o actos). Estas representaciones a su vez, están en constante lucha por el poder: luchas de hacer ver y de hacer creer, de hacer conocer y hacer reconocer, de imputar la definición legítima de las divisiones del mundo social (Bourdieu, 1982).

Así, el planteamiento bourdiano señala que en la construcción de la identidad (ser percibido que existe fundamentalmente en virtud del reconocimiento de los demás), se halla en juego la obligación de percepciones y de categorías de percepción (Bourdieu, 1982).

En el ámbito psicoanalítico, Bhabha (1996) plantea el tema de la identidad a partir de la multiculturalidad -lo desarrolla desde la identidad cultural-, la cual es una parte de la identidad del sujeto, pero a su vez, es donde el sujeto se constituye como tal. En este tenor,

Navarrete (2015) considera tratar la identidad desde la diferencia, como expresión de diversidad, esto es, el reconocimiento de las minorías, de los excluidos, que tienen posibilidad de visibilidad social sólo a partir de los otros, es una negociación desde la presencia del otro que, en el caso de la multiculturalidad, asegura al sujeto nacional auténtico, pero nunca podrá garantizar su visibilidad o verdad. La misma autora ve el tema de la temporalidad culturalmente definida como una de las mayores características a considerar en la identidad ya que el sujeto se constituye y, por tanto, construye identidad (es) a partir de diversos referentes sociales, culturales y temporales y siempre en relación con el otro, con los otros que son uno mismo y los otros.

Desde el estudio antropológico, es transcendental buscar las raíces, la "autenticidad" y la dinámica de la identidad que aparece como "esencia" en su inicio, como una condición inmanente del individuo; por lo tanto, formará la conciencia y a la vez construirá sobre diferentes bases. la identidad actúa simultáneamente en las estructuras, patrones sociales y culturales de las sociedades. Para Ferrúa (2003):

> "… la identidad es pues el fenómeno que está presente en la forma en que los miembros de un grupo se definen y son definidos por los otros. Estas definiciones y circunstancias concretas, se constituyen en función de necesidades e intereses estratégicos de sobrevivencia, (alianza, afinidades, relaciones de parentesco...) propios de cada cultura, se inventan y se recrean mediante recursos múltiples; y están, sobre todo, determinados por la relación entre "nosotros" (inclusivo/el "otro" exclusivo) con los "otros".. (Ferrúa 2003:11):

La identidad es ser reconocido y reconocerse por sus cualidades propias, estar bien con los de más, tiene que ver mucho entre "yo" y "nosotros", ésta relación asume una dinámica de unidad; si hablamos de identidad colectiva o sea de (nosotros) no podríamos dejar aislado la identidad individual (yo) estos hechos poseen una raíz en el proceso de socialización; puesto que obedece a la construcción social, cultural e ideológico, en ésta construcción interviene del pasado histórico y relaciones intersubjetivas, en la configuración participan la lengua como medio de socialización, bajo algunos elementos integradores como las organizaciones sociales, comunidad, la religión, entonces la identidad tiene una estructura subjetiva y, por tanto, es producto de la red de relaciones sociales e ideológicas.

Por su parte, Luckmann (1971), plantea que la identidad no es algo sustancial, interno al individuo, sino que se construye en interacción con el medio a través de procesos sucesivos de socialización, primero en interacción con grupos primarios y posteriormente con secundarios. A través de estos procesos la persona interioriza maneras de sentir, de pensar y de actuar características de la sociedad en la cual vive, y esencialmente del medio sociocultural más cercana a ella.

De manera que para el estudio de la identidad se deben considerar dos esferas: la social y la cultural (Figura 1). En cuanto a la primera, Charles Taylor enfoca su análisis, reflexión y discusión acerca de la identidad moderna en términos de una construcción social desde los vínculos con las otras personas y a partir de una narración que hacemos de lo que somos y de quiénes somos; por lo cual se podría decir que la identidad es una narración social. Además, la teoría de la identidad personal desde Taylor sustenta que el sujeto no decide o no elige las fuentes de su identidad, sino que la construye a partir de la relación social y política con los otros significantes (Zárate, 2015).

Mientras que la esfera cultura, observa a la identidad como el sello distintivo de un pueblo, su historia, tradición y costumbres, en el marco de una determinada geografía. Se gesta en el entramado de la nacionalidad, etnicidad, religión, clase social, generación y localidad. Es parte de la autoconcepción y autopercepción de un individuo, por tanto, la identidad cultural es característica del individuo como del grupo de miembros, culturalmente idénticos, que comparten la misma identidad. Asimismo, encierra un sentido de pertenencia a un grupo social con el cual se comparten rasgos culturales, como costumbres, valores y creencias, tal como lo plasma González (2000):

> "La identidad cultural de un pueblo viene definida históricamente a través de múltiples aspectos en los que se plasma su cultura, como la lengua, las relaciones sociales, ritos y ceremonias propias, o los comportamientos colectivos, esto es, los sistemas de valores y creencias (...) Un rasgo propio de estos elementos de identidad cultural es su carácter inmaterial y anónimo, pues son producto de la colectividad". (González, 2000:43):

5.2 Identidad gastronómica

Alimentarse es una necesidad humana, para sobrevivir el ser humano debe comer, pero no sólo para subsistir, sino también para mantener un buen estado de salud y alcanzar un desarrollo físico y mental óptimo. Pero los alimentos no tienen una función exclusivamente fisiológica o psíquica, sino también cultural y social (Espeitx & Gracia, 1999).

Los alimentos integran significados y funciones socioculturales que van más allá de lo estrictamente nutritivo (Contreras, 1993). En todas las sociedades, los seres humanos establecen clasificaciones que categorizan a los productos desde los "no alimentos", sobre los que recaen prohibiciones explícitas o implícitas a su consumo (tabúes), hasta aquellos preferenciales que gozan de una mayor estima. Entre estos últimos, se sitúa la gastronomía cuya aceptación obedece especialmente a su carácter de referente que integra comunidades simbólicas y marca diferencias con otros grupos.

Así, la identidad gastronómica surge como respuesta a las necesidades singulares de cada grupo social y que en cada caso estructurará un modo de vida individual y colectivo. Entonces, la identidad gastronómica es el conjunto de rasgos del hecho alimentario que caracterizan a un grupo social frente a otro, y que involucran todos los elementos de la producción gastronómica, formando una unidad entre la cultura e identidad (Navarrete, 2015).

En materia de las elecciones alimentarias, se sostiene que los principios de selección que guían al ser humano en la elección de sus recursos alimentarios no son, según todas las apariencias, de orden fisiológico, sino cultural. Asimismo, la alimentación como elemento identificador de un grupo social, es la característica que más difícilmente se pierde en el contacto con otros grupos y la perpetuación del estilo alimentario original en la vida cotidiana es una prueba de autenticidad y de cohesión social y una defensa contra las agresiones externas (Viola, 2008).

5.3 Alimentos tradicionales

Se considera como alimentos tradicionales aquellos que tienen historias asociadas con el pasado de quienes los comen, que poseen técnicas propias para encontrar, procesar, preparar,

servir y consumir esos alimentos y, cuyo consumo está condicionado por el significado, se consideran alimentos tradicionales (Melendez & Cáñez, 2009).

Para comprender a los alimentos tradicionales de una población es necesario (Viola, 2008):

1. Establecer los rasgos de la oferta de alimentos,

2. Comprender las prácticas de selección (desde las imágenes previas, positivas o negativas, del alimento hasta los modos de operar del consumidor),

3. Reconocer las técnicas disponibles de preparación y cocción (aplicaciones de los ingredientes),

4. Comprender las reglas de la comensalidad (donde las construcciones sociales de la ingesta ubican/reubican a los ingredientes) y,

5. Comprender las influencias de la oferta en los atributos de los ingredientes (formas de presentación, distribución, conservación y almacenamiento).

A lo largo de la historia se puede ver cómo cada pueblo o región va generando características alimentarias que se basan en componentes culturales que se encuentran asociados a los patrones de consumo de los individuos, y que de forma gradual conforman su cocina tradicional (Espejel, Camarena & Sandoval, 2014). Si bien es cierto que pueden existir elementos que son comunes entre cocinas de distintos pueblos (uso de ingredientes, épocas de consumo, entre otros), también lo es que los condimentos y las prácticas que se desarrollan en torno a su elaboración y pautas prefijadas sobre lo que se considera apropiado comer, así como la forma y el momento en el cual se deben de preparar y consumir ciertos alimentos, le otorgan a cada cocina ese carácter distintivo y original.

En esta línea, las cocinas tradicionales o típicas son aquéllas que forman parte de la costumbre y tradición de un pueblo y que conllevan o implican una forma específica de elaboración, condimentación y consumo (Camarena & Sanjuán, 2008). Aun cuando a simple vista la gastronomía tradicional mexicana converge en un único elemento, lo cierto es que consiste en una amalgama de sabores, combinaciones y formas de elaboración que son resultado de una amplia diversidad de platillos que, si bien tienen algunos componentes en

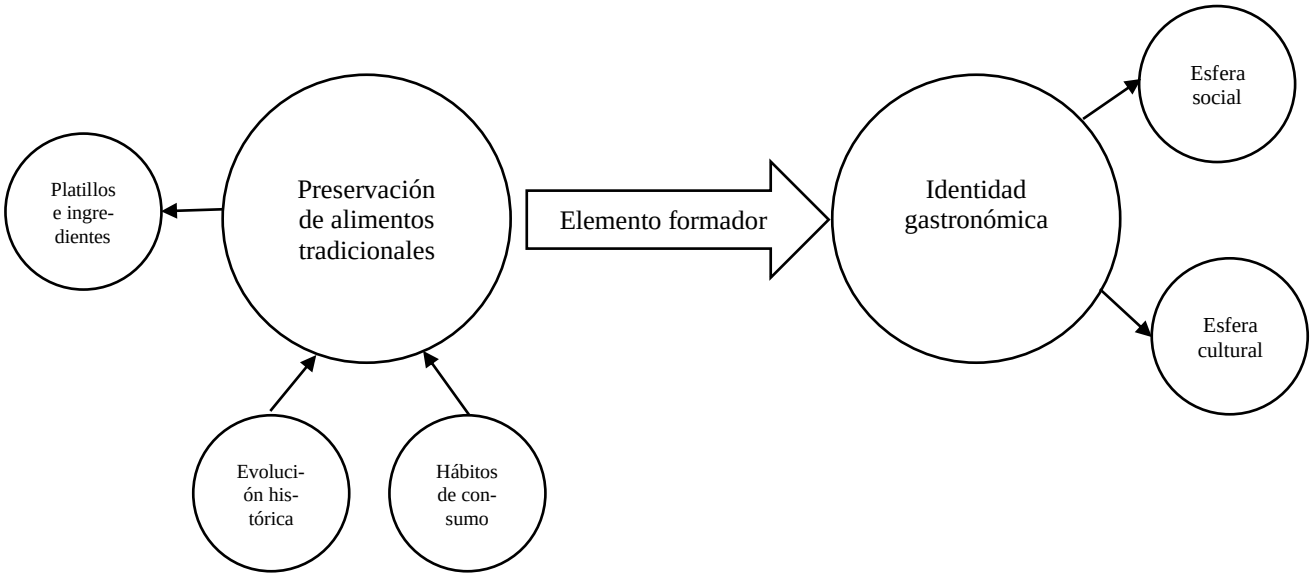
común como el uso de condimentación picante (chile) y maíz blanco, también mantienen diferencias importantes derivadas de características culturales, ambientales y sociales de cada región (Espejel *et al.*, 2014).

Ahora bien, en términos de preservación de los alimentos tradicionales, de acuerdo con la Diccionario de la Real Academia Española (2014), la palabra preservar viene del latín *praeservare*, donde el prefijo pre significa delante y *servare*, tener guardar, conservar. Así, la acción como tal de preservar, de mantener intacto y por ende proteger, tiene múltiples aplicaciones ya que implica a su vez: conservar y restaurar. De aquí se derivan los dos tipos de preservación que existen: la preventiva y la correctiva, cuya única diferencia está en el momento en que se actúa si antes o después de que el—recurso—se vea afectado (González, 2005).

En consecuencia, por el cuidado e integridad de muchos recursos, será fácil hallar protocolos y medidas de preservación para documentos, libros, en el caso de bibliotecas y archivos, muestras de laboratorio e investigación en general. Respecto a la naturaleza se aplicaría haciendo referencia a la protección de un ecosistema, en las artes, se utiliza para garantizar la continuidad en buen estado de una pieza artística, en la arquitectura, denominada histórica, es resguardar su integridad prohibiendo su demolición y asegurando que la edificación no tenga cambios estructurales. Por ello, se habla de la preservación del patrimonio cultural de un pueblo, de una región o de toda la humanidad, mediante la cual se salvaguardan y protegen no sólo bienes muebles, sino también regiones y lugares de la acción del tiempo y de la humanidad (González, 2005).

Tal como se observa en la figura 1, la preservación de los alimentos repercute en la identidad gastronómica, esto se debe a que la primera funciona como elemento formador de la otra. La preservación de alimentos, con la cual se busca resguardar un compendio de valores naturales, sociales y culturales, en un espacio y tiempo definido y, que determinan el patrimonio gastronómico de los seres humanos, incluyendo así sus recursos y las relaciones con ellos (González, 2005).

Figura 1. Modelo teórico de encuadre



Fuente: Elaboración propia con base en Viola (2008) y Espejel *et al.* (2014).

5.4 Elementos formadores de la preservación de los alimentos tradicionales

Se sabe que dos de los factores que más han influido en la modificación de los modelos alimentarios son, sin duda, el proceso de urbanización y la modernización de los estilos de vida. La consolidación, la desaparición o la transformación de componentes de la estructura alimentaria proceden de una múltiple conexión con los procesos económico productivos, comerciales y sociales a través de la historia.

Diana Kennedy señala que "Nadie se ha dedicado a la conservación de los ingredientes de la cocina mexicana", los sabores, olores y colores de los platillos en muchas regiones se están desapareciendo, se perderán o se sustituirán por otros, habrá generaciones que no reconocerán los sabores cotidianos de la comida mexicana. Entre las repercusiones están que no sólo se perderán algunos de los sabores de los ingredientes, sino los productos culinarios que son parte de la biodiversidad de nuestro país. Además del posible abandono de cultivos y sus técnicas ancestrales, es necesario rescatar los ingredientes "originales" producidos en México (Silva, Lascurain & Peralta de Legarreta, 2016). En gran medida esta situación es

resultado principalmente de un proceso histórico que se prolonga hasta nuestros días, la industrialización de la producción y la distribución de alimentos.

5.5 Hábitos alimentarios

De acuerdo con el glosario de términos de la FAO (2014), un hábito alimentario es un conjunto de costumbres que condicionan la forma como los individuos o grupos seleccionan, preparan y consumen los alimentos, influidas por la disponibilidad de estos, el nivel de educación alimentaria y el acceso a los mismos.

En este sentido, la continuidad del saber gastronómico tradicional se ve amenazado por introducción de nuevos alimentos, así como por el consumo masivo de alimentos industrializados o importados. Aunado a esta situación, la delegación del proceso de preparación a muy pocos elementos de las comunidades, la disminución del uso de productos frescos, la modificación de los lugares de consumo y cambios en los usos del tiempo para el acto alimentario—que involucra la provisión de ingredientes, la preparación, el tiempo y modo de consumo—podría provocar que la íntima articulación entre las prácticas culinarias originarias y los sistemas productivos, los recursos naturales y las condiciones ecológicas circundantes pueda fracturarse.

5.6 Determinantes del consumo

Para Viola (2008), la configuración de la dieta difiere en cuanto se la considera dentro y fuera del hogar. En este sentido es necesario considerar la tecnología disponible dentro de las cocinas familiares y colectivas para visualizar las estrategias que tienen lugar en cuanto a la conservación, el almacenamiento, la preparación y la cocción. La observación de la oferta en base a los productos disponibles hace posible la correspondencia entre las propiedades de los productos y las preferencias. A este supuesto habría que agregar la distinción que Dip (2014), realiza de los determinantes del consumo de los alimentos: determinantes bilógicos como palatabilidad y las sensaciones de hambre o saciedad; determinantes económicos como el costo, los ingresos y la disponibilidad en el mercado, determinantes físicos como el acceso, la zona geográfica, la educación, el estilo de vida o las capacidades personales (por ejemplo,

para cocinar) y el tiempo disponible; y los determinantes sociales como la cultura, la familia, y los patrones de alimentación.

Este estudio se centra en los siguientes factores:

Disponibilidad-coste. El costo de los alimentos es uno de los principales factores que determina la elección de estos; en este sentido la disponibilidad se entiende como la existencia de cantidades suficientes de alimentos de calidad adecuada, suministrados a través de la producción o la adquisición. Esta visión plantea que desde un punto de vista funcional, existen una serie de asociaciones entre alimentación y entorno económico que evoluciona según se modifican los medios, tanto como los modos de producción y distribución como las transformaciones tecnológicas y ecológicas de la producción, la industrialización, la urbanización y las migraciones (FAO, 2007).

Accesibilidad-zona geográfica de residencia. Implica el acceso de las personas a los recursos adecuados (recursos a los que se tiene derecho) para adquirir alimentos apropiados y una alimentación nutritiva. Estos derechos se definen como el conjunto de todos los grupos de productos sobre los cuales una persona puede tener dominio en virtud de acuerdos jurídicos, políticos, económicos y sociales de la comunidad en que vive (comprendidos los derechos tradicionales, como el acceso a los recursos colectivos) (FAO, 2007).

Estilos de vida y capacidades personales. Definidos como los procesos sociales, las tradiciones, los hábitos, conductas y comportamientos de los individuos y grupos de población que conllevan a la satisfacción de las necesidades humanas para alcanzar el bienestar y la vida. Los estilos de vida son determinados de la presencia de factores de riesgo y/o de factores protectores para el bienestar, por lo cual deben ser vistos como un proceso dinámico que no solo se compone de acciones o comportamientos individuales, sino también de acciones de naturaleza social. Por su parte las capacidades personales se relacionan con habilidades que ostenta un sujeto para llevar a cabo y con éxito determinada actividad, por ejemplo, las habilidades culinarias, los conocimientos en los diferentes platillos etc., (Dip. 2007).

Dimensión sensorial de los alimentos. La palatabilidad es proporcional al placer que una persona experimenta cuando ingiere un alimento concreto. Depende de las propiedades sensoriales del alimento, tales como sabor, aroma, textura y aspecto. Los alimentos dulces y ricos en grasas tienen un innegable atractivo sensorial. En tal sentido, no sorprende que se consuman los alimentos como fuente de nutrición ya que también se consumen por el placer que aportan. A medida que aumenta la palatabilidad se produce un aumento de la ingesta de alimentos. El "sabor" es uno de los factores que más influye en la conducta alimentaria. En realidad, el "sabor" es la suma de toda la estimulación sensorial que se produce al ingerir un alimento. En dicha estimulación sensorial está englobado no solo el sabor en sí, sino también el aroma, el aspecto y la textura de los alimentos. Desde una edad temprana, el sabor y la familiarización con los alimentos influyen en la actitud que se tiene hacia estos. (Dip. 2007).

Vinculación identitaria. Ha sido señalada como un móvil de la conducta en materia de las selecciones alimentarias, sosteniéndose que los principios de selección que guían al ser humano en la elección de sus recursos alimentarios no son, según todas las apariencias, de orden fisiológico, sino cultural (Douglas, 1995). Asimismo, la alimentación como elemento identificador de un grupo social, es la característica que más difícilmente se pierde en el contacto con otros grupos y la perpetuación del estilo alimentario original en la vida cotidiana es una prueba de autenticidad y de cohesión social y una defensa contra las agresiones externas (Bodieu,1988). La aplicación rigurosa de las reglas alimentarias constituye una protección contra la aculturación y la pérdida de identidad en los contactos interculturales y en consecuencia, es lógico que los colectivos de inmigrantes no quieran abandonar ciertas prácticas alimentarias, sino todo lo contrario, crean en la sociedad de recepción espacios donde poder satisfacer este tipo de peculiaridades (De Garin, 1979).

Patrones de alimentación. Un patrón de alimentario es el conjunto de productos que un individuo, familia o grupo de familias consumen de manera ordinaria según un promedio habitual de frecuencia estimado en por lo menos una vez al mes; o bien que dichos productos cuenten con un arraigo tal en las preferencias alimentarias que puedan ser recordados por lo menos 24 horas después de consumirse (FAO, 2007). En nutrición, la dieta es la suma de las comidas que realiza una persona u otro organismo, mientras que los hábitos dietéticos conforman el patrón de alimentación. Las influencias culturales conducen a diferencias en el

consumo habitual de determinados alimentos y en las costumbres de preparación de los mismos; en ciertos casos pueden conducir a restricciones tales como la exclusión de la carne y de la leche de la alimentación. Aunque la mayoría de los alimentos se ingieren en casa, cada vez hay una mayor proporción de alimentos que se consumen fuera de casa; por ejemplo: en los colegios, en el trabajo y en restaurantes. El lugar en el que se ingiere la comida puede afectar la elección de alimentos, ya que hay que limitarse a las opciones que se ofrecen en dichos lugares (Dip, 2007).

5.7 Las comunidades indígenas

Es necesario pensar en lo indio como un concepto análogo, no unívoco ni equívoco, donde pueden darse distintas combinaciones de componentes para distintas situaciones. Las mujeres y hombres indígenas pertenecen a una comunidad, es decir a una población donde conviven y trabajan junto con sus vecinos, hablan el mismo idioma, celebran las mismas fiestas y mantienen ideas y costumbres similares.

La mayoría de los indígenas mexicanos finca su identidad étnica primaria en su comunidad. Ésta se entiende como un grupo endogámico dentro del que se forman nuevos hogares, que comparte vecindad en un territorio, medio natural, lengua, cultura y raíz. La comunidad es una organización más amplia que la familia o parentela para la protección e identificación, con un nombre propio, casi siempre el de un santo patrón católico con un topónimo en lengua indígena. La comunidad se establece como frontera entre el nosotros y los demás, dentro de la cual coinciden y se integran diversos factores de identidad (Warman, 2003). Estos factores se ven afectados al no preservarse los alimentos tradicionales y repercuten de manera negativa en la esfera social y la esfera cultural.

La acelerada industrialización y urbanización del Estado de México y del país, a partir de la cuarta década del siglo XX, ha alterado de forma drástica el hábitat milenario de los *ñähñu* y ha transformado sus formas de vida. Este rápido proceso de industrialización de la zona los ha llevado a combinar su tradicional actividad agrícola con otros trabajos.

A menudo se advierte que las costumbres y lenguas, ideas y concepciones, vestidos y viviendas, instrumentos y utensilios, alimentos y rituales de las etnias indígenas constituyen

parte de un patrimonio cultural que debe preservar, pero menos frecuentemente se acepta que la organización comunal misma es el principal patrimonio que considerar. Incluso está muy extendido el criterio de que los "rasgos" culturales de las etnias, o al menos algunos de ellos, merecen ser conservados, pero sin que se mantenga la organización comunal, la cual es asociada inmediatamente con lo atrasado, lo anacrónico y lo socialmente ineficiente (Warman, 2003).

Aunque usualmente se dan cambios con el contacto y aculturación que han tenido, los pueblos indígenas, la alteración de las relaciones entre los alimentos tradicionales y la identidad gastronómica ha sido la mayor gestora de cambios culturales y sociales. Se denomina cambio social a una modificación importante en la estructura de una sociedad. Estos cambios pueden producirse en los valores, las tradiciones, las normas o las manifestaciones materiales de la comunidad en cuestión. Por otro lado, todo tipo de cambio en una cultura (material o inmaterial) que se produzca por adición, sustracción o modificación de los rasgos o complejos culturales. Puede provenir de varias fuentes, pero gen. se da por contacto con otras culturas, mediante las innovaciones o reajustes internos de la cultura. Ocurre como expresión de una necesidad sentida por los miembros de una sociedad. Las personas no modifican su comportamiento a menos que experimenten la necesidad de hacerlo. Toda cultura está cambiando constantemente, pero los cambios más significativos y duraderos son los que nacen dentro de la cultura misma

6. METODOLOGÍA

6.1 Objetivos

6.1.1Objetivo general

Analizar la preservación de los alimentos tradicionales como elemento formador de la identidad gastronómica de la Comunidad Otomí de San Pablo Autopan para la contribución al conocimiento de los saberes gastronómicos.

6.1.2 Objetivos particulares

Reconocer los enfoques teórico-conceptuales que admiten a la preservación de los alimentos tradicionales como elemento formador de la identidad Gastronómica.

Describir la preservación de los alimentos tradicionales de la Comunidad Otomí de San Pablo Autopan, así como su identidad gastronómica.

Dilucidar la relación que existe entre la preservación de los alimentos tradicionales y la identidad gastronómica presentes en la comunidad Otomí de San Pablo Autopan.

Examinar la preservación de los alimentos tradicionales como elemento de formación de la identidad gastronómica de la Comunidad Otomí de Toluca.

6.2 Preguntas de investigación y supuesto orientador

6.2.1 Supuesto orientador

La preservación de los alimentos tradicionales, funciona como elemento formador de la identidad gastronómica de la comunidad otomí de San Pablo Autopan.

6.2.2 Pregunta general

¿Cómo la preservación de los alimentos tradicionales funciona como elemento formador de identidad gastronómica de la Comunidad Otomí de San Pablo Autopan para la contribución de los saberes?

6.2.3 Preguntas particulares

Desde los enfoques teóricos-conceptuales ¿Cómo la preservación de los alimentos tradicionales funge como elemento formador de la identidad gastronómica?

¿Cómo se caracterizan la preservación de los alimentos tradicionales e identidad gastronómica de la Comunidad Otomí de San Pablo Autopan?

¿Cómo es la relación entre la preservación de los alimentos tradicionales y la formación de su identidad gastronómica presentes en la Comunidad Otomí de San Pablo Autopan?

¿Cómo la preservación de sus alimentos tradicionales funge como elemento formador de la identidad gastronómica de la Comunidad Otomí de San Pablo Autopan?

6.3 Metodología

Esta investigación se abordó desde un enfoque cualitativo basándose en el método inductivo, con un diseño etnográfico analizando una unidad social concreta, en este caso, la Comunidad Otomí de San Pablo Autopan. Todo ello, a partir de un esquema flexible con interrogantes plateadas desde el inicio que sólo pueden responderse a través de la interpretación de los datos surgidos de los sujetos en estudio y sus contextos.

Esta elección correspondió a las necesidades de la investigación que buscaba comprender e interpretar la realidad del objeto de estudio que interactúa con un contexto más amplio, con la finalidad de obtener conocimientos y planteamientos teóricos más que de resolver problemas prácticos (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).

De acuerdo con Hernández et al., (2014) el diseño etnográfico implica la descripción e interpretación profundas de un grupo, sistema social o cultural cuyo propósito es describir y analizar lo que las personas de un sitio, estrato o contexto determinado hacen usualmente; así como los significados que le dan a ese comportamiento realizado bajo circunstancias comunes o especiales, y finalmente, presenta los resultados de manera que se resalten las regularidades que implica un proceso cultural.

Los diseños etnográficos estudian categorías, temas y patrones referidos a las culturas; conforme a esto, se analizó la preservación de los alimentos tradicionales en las circunstancias actuales de la Comunidad Otomí de San Pablo Autopan y cómo esta preservación impacta en la construcción de su identidad gastronómica. Cabe aclarar que se realizó un estudio de corte transversal, es decir, se llevó a cabo en un momento determinado de los grupos que se investigan y no en procesos interacciónales o procesos a través del tiempo (Hernández et al., 2014).

El trabajo de campo se llevó a cabo durante los meses de agosto y septiembre del año 2019 en la comunidad de San Pablo Autopan Perteneciente al municipio de Toluca, Estado de México. Esta comunidad se ubica al norte de la cabecera municipal, a una distancia aproximada de 9.3 km. Colinda al norte con la ex hacienda de Xicaltepec y La Laguna, al sur con el pueblo de San Cristóbal Huichochitlán y el ejido de Calixtlahuaca, al este con San Andrés Cuexcontitlán y al oeste con los ejidos de Santa Cruz Atzcapolzaltongo y Almoloya de Juárez.

Los sujetos clave del análisis fueron los miembros de la comunidad dedicados a la elaboración de los alimentos tradicionales, en concreto, mujeres de un amplio espectro generacional y de preferencia amas de casa. Se utilizó un muestreo no probabilístico, cuya técnica fue la de sujetos homogéneos, puesto que las unidades seleccionadas poseen un mismo perfil o características, o bien, comparten rasgos similares. Su propósito fue centrarse en el tema a investigar o resaltar situaciones, procesos o episodios en un grupo social (Hernández et al., 2014).

Se hizo un reconocimiento previo de la comunidad a fin de identificar a los posibles sujetos, posteriormente se les hizo una invitación a quienes cumplieron con los criterios de la muestra. Ya que el número de entrevistas que se debe realizar en un estudio cualitativo está dado, por lo que se conoce como punto de saturación que se refiere al momento en que una entrevista ya no ofrece nuevos datos a los recolectados en entrevistas previas, es decir; la saturación señala que la recogida de datos es completa (Díaz, 2013), por ende, se buscó aplicar 12 entrevistas.

En cuanto a las técnicas de recolección de datos se empleó la entrevista semiestructurada dando surgimiento a un proceso de recolección de datos que se llevó a cabo en los hogares de las personas que aún mantienen la costumbre de cocinar para su familia. El instrumento utilizado fue el guion de entrevista para la entrevista semiestructurada.

El propósito de las entrevistas fue entender la preservación de los alimentos tradicionales como elemento formador de la identidad gastronómica de la comunidad, y se eligieron por su cualidad flexible donde a pesar de estar basadas en una guía de asuntos o preguntas, el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener más información sobre los temas deseados (Hernández et al., 2014).

Con respecto a la técnica para el tratamiento de datos se empleó el análisis de contenido que ofrece la posibilidad de investigar sobre la naturaleza de un discurso. Por medio de éste, se pudo analizarse con detalle y profundidad el contenido de cualquier comunicación. Esta técnica se utiliza en marcos muy variados para auxiliar en la interpretación y análisis de datos obtenidos, a través de encuestas, entrevistas y registros de observación, entre otros que requieran un tipo particular de codificación (Pérez, 1993).

Los datos fueron tratados en ATLAS.ti que es un programa de análisis cualitativo asistido por computadora (QDA) que permite al investigador: (a) asociar códigos o etiquetas con fragmentos de texto, sonidos, imágenes, dibujos, videos y otros formatos digitales que no pueden ser analizados significativamente con enfoques formales y estadísticos; (b) buscar códigos de patrones; y (c) clasificarlos (Lewis, 2004; Hwang, 2008).

Por último, para garantizar la fidelidad de la información se empleará la corroboración estructural como una práctica que permite verificar la interacción del investigador con la realidad mostrada por parte de los sujetos en estudio.

7. Análisis y Resultados

El análisis se efectuó con base en los datos obtenidos a través de las transcripciones de las entrevistas semiestructuradas que se realizaron a mujeres miembros de la comunidad otomí de San Pablo Autopan que se encuentran en un rango de edad de los 29 a los 72 años.

7.1 Análisis Exploratorio de Datos

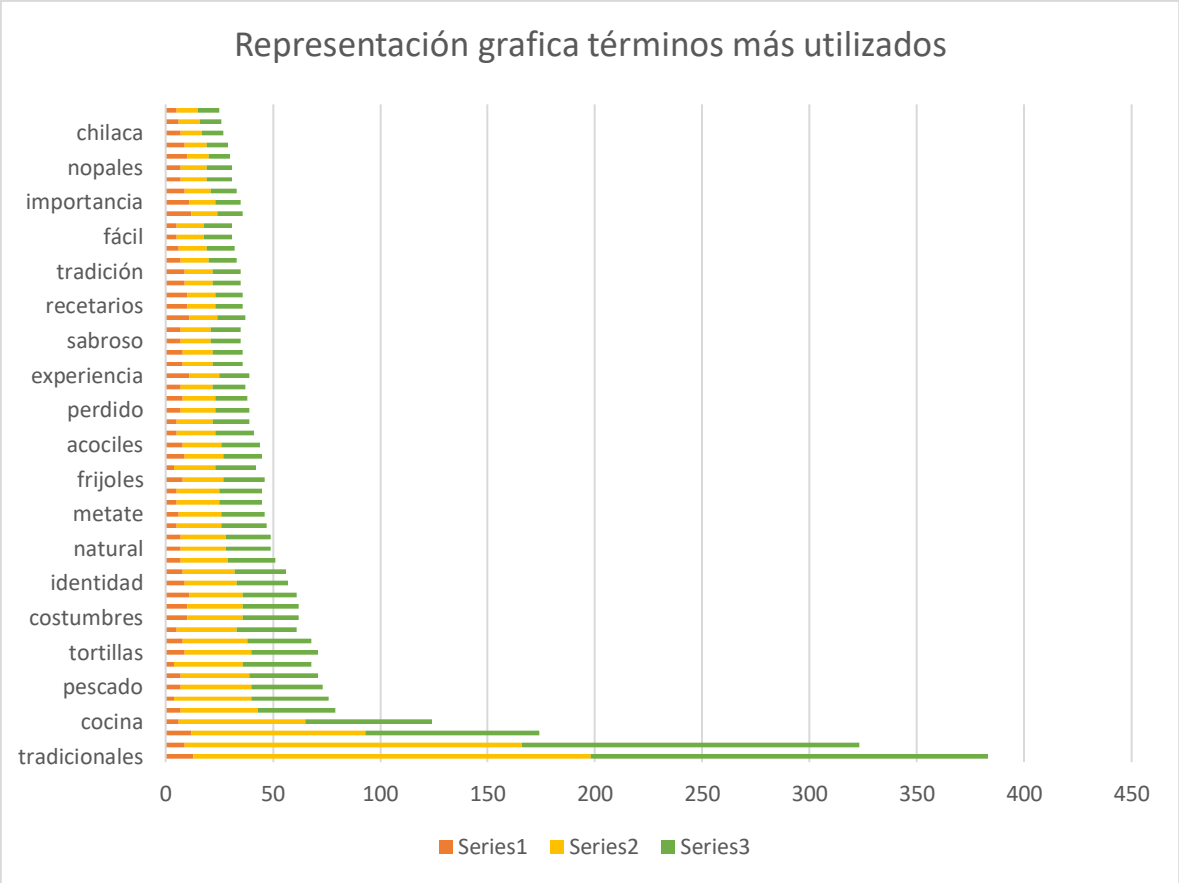
La primera etapa de este análisis consistió en un análisis exploratorio de datos mediante la técnica de nube de palabras que ayuda a identificar de manera gráfica las palabras con mayor repetición dentro de las transcripciones, de esta forma se identificaron los contenidos más relevantes generando una guía rápida de los contenidos.

Figura 2. Nube de palabras

En la figura 2, se puede observar que los términos que más se repitieron durante las entrevistas son aquellos que hacen alusión a los alimentos tradicionales, la identidad y los cambios en la cocina de la comunidad de San Pablo Autopan. Se observa también que los ingredientes que más se utilizan en la comunidad son recurrentes y entre ellos se encuentran

las calabazas, el maíz, el chile, pescado, acociles, tortillas, quelites, mole, tamales, arroz, frijoles, vinagreras, etc. Otra constante que se alcanza a percibir es que las entrevistadas si perciben un cambio en el uso de los ingredientes de la comunidad así como en sus platillos, esto debido a la pérdida de la milpa y la actividad de la pesca. Por otra parte se puede apreciar que las expresiones relativas a las mujeres son recurrentes probablemente debido a que las actividades de la cocina y el resguardo del patrimonio alimentario se reservan para ellas. De este mismo ejercicio de análisis se extrae que los vocablos referentes a la pérdida, la afectación, los cambios, la nutrición y el sabor fueron frecuentes en todas las entrevistas. La representación gráfica de estos términos se encuentra en la figura 3.

Figura 3



7.2 Codificación

Siguiendo las tendencias del análisis de exploración de los datos se ha elaborado una categorización de la información conocida también como codificación que alude a ideas,

conceptos o interpretaciones abreviadas de extractos o citas de las entrevistas, pues, en sentido estricto, el dato propiamente dicho no existe, ya que no es algo dado. La fase de categorización en ATLAS.ti consistió en seleccionar citas ó incidentes de los documentos asignados y a cada una de éstas asignar códigos o palabras que identifiquen lo seleccionado. Estos códigos se van relacionando por una opción que provee el programa, lo que permite por una parte ir conformando la categoría y por otro creando la red.

Tabla de Categorías (Códigos)	
Categoría Alimentos tradicionales (Historia) Subcategoría Ingredientes	**Comentario o definición**
pescado	Peces que se usan como alimento
maíz	Planta cereal de tallo macizo, recto y largo, hojas grandes, alargadas y alternas, flores masculinas agrupadas en racimo y femeninas agrupadas en mazorcas que reúnen hasta un millar de semillas dispuestas sobre un núcleo duro.
quelites	Se aplica este nombre común en la parte central de "México", sobre todo a varias especies de hierbas silvestres comestibles cuando aún son tiernas.Su procedencia es de origen mexicano, normalmente sembrado y cultivado por los indígenas.
arroz	Es la semilla de la planta Oryza sativa. Se trata de un cereal considerado alimento básico en muchas culturas culinarias
carne	Parte del cuerpo de los animales preparada para el consumo humano; especialmente la de los animales no marinos y en particular la de las reses.
papas	Tubérculo de esta planta, comestible, muy carnoso, de forma redonda o alargada y de color marrón por fuera y blanco o amarillo por dentro.
frijoles	Fruto de esta planta, comestible y en forma de vaina alargada, estrecha y aplastada.
acociles	Género de crustáceos decápodos dulceacuícolas
habas	Fruto de esta planta, en vainas alargadas, gruesas, con semillas anchas y bastante planas
charales	Chirostoma es el nombre científico zoológico de un género, con numerosas especies, de pequeños peces comúnmente conocidos como charales, que se reproducen casi únicamente en los lagos de México.
calabazas	Fruto de la calabacera, comestible, de gran tamaño y forma redonda, de color amarillo o naranja, con muchas semillas en su interior.
chiles	Fruto picante originario de América, de la familia de las solanáceas del género Capsicum, del que existen variedades de muchos tamaños, formas y sabores
cebolla	Bulbo de esta planta, comestible, de color blanco o rojizo, formado por capas esféricas, tiernas y jugosas, de olor fuerte y sabor picante

nopales	Planta cactácea de tallos muy carnosos formados por una serie de paletas ovales con espinas que representan las hojas, flores grandes con muchos pétalos y fruto en baya de corteza
vinagreras	planta del género Rumex, nativa de Europa y cultivada en algunas zonas por sus hojas
chilaca	Chile fresco color verde oscuro o negruzco, brillante, de forma alargada, algo plana y retorcida. Es carnoso y a veces muy picante. Generalmente mide entre 15 y 23 cm de largo y unos 2 o 3 cm de ancho y es distintivo de México. Cuando está seco se torna rojo y se le llama guajillo
ranas	Anfibio sin cola, de piel lisa y brillante, tronco rechoncho, cabeza grande y ojos saltones, con las extremidades posteriores muy desarrolladas para saltar; se alimenta de insectos que caza con su larga lengua y habita en charcos y lagunas; su carne es comestible.
tomates	Physalis ixocarpa, llamado popularmente tomate — vocablo que comparte con otras especies de la familia — verde, miltomate, tomatillo, o tomate de fresadilla, es una especie originaria de México, perteneciente a la familia de las solanáceas.
verduras	Hortalizas cuyo color predominante es el verde, sin embargo, el uso popular suele extender su significado a otras partes comestibles de las plantas, como hojas, inflorescencias y tallos
trigo	Planta cereal de tallo hueco en los entrenudos, hojas alargadas con una vaina que abraza el tallo, inflorescencia en espiga con cuatro o más hileras de granos y fruto en que la semilla está soldada a la pared del ovario; puede alcanzar hasta 1 metro de altura.
corazones	Hierbas comestibles
jitomates	Fruto de la tomatera, comestible, de piel roja, lisa y brillante, pulpa muy jugosa y semillas amarillas y planas.
hongos	Las setas u hongos comestibles incluyen muchos tipos de hongos o setas que son recolectados, cultivados y otros que no son cultivados fácilmente y que se tienen que recolectar.
pollos	Gallo o gallina joven, especialmente el destinado al consumo.
trébol	Hierba comestible
huevo	Cuerpo redondo u ovalado, con una membrana o cáscara exterior, que ponen las hembras de algunos animales y que se puede tomar como alimento
pepita	Semilla de las frutas y hortalizas carnosas, como la uva, la manzana, el melón o el tomate, que es dura y de pequeño tamaño.
Categoría Alimentos tradicionales (Historia) Subcategoría Platillos	
mole	El término mole (del náhuatl molli o mulli) se refiere a varios tipos de salsas mexicanas hechas principalmente a base de chiles y especias, y que son espesadas con masa de maíz, con tortilla o en menor medida con bolillo, y también a los platillos con carne y vegetal preparados con estas salsas

tamales	Plato que consiste en masa de harina de maíz rellena de carne, pollo, chile u otros ingredientes, envuelta en hojas de mazorca de maíz o plátano y cocida al vapor o al horno
atole	Bebida que se elabora con maíz cocido, molido, diluido en agua o leche y hervido hasta darle cierta consistencia; es típica de México
sopa	Plato de caldo con pasta
huazontles	Planta herbácea, de hasta 2 m de altura, con inflorescencias verdosas comestibles que se utilizan para preparar diversos guisos
chilacayotes	Planta cucurbitácea típica de México, variedad de la calabaza común, cuyo fruto comestible se emplea en la elaboración de diversos guisos.
revoltijo	Platillo tradicional de romeritos que se acostumbra preparar en varios estados de la república con algunas variantes para celebrar la Semana Santa y la Navidad.
carpas	Pez de agua dulce de unos 75 cm de longitud, color verdoso en el dorso y amarillento en el vientre, cuerpo robusto comprimido lateralmente
Categoría: Hábitos, factores sociales y culturales	
comunidad	Conjunto de personas que viven juntas bajo ciertas reglas o que tienen los mismos intereses
actitud	La actitud es el comportamiento que emplea un individuo para hacer los labores. En este sentido, se puede decir que es su forma de ser o el comportamiento de actuar, también puede considerarse como cierta forma de carácter, por tanto, secundario, frente a la motivación biológica, de tipo primario que impulsa y orienta la acción hacia determinados objetivos y metas
tortillas	Alimento hecho con maíz nixtamalizado de forma circular y aplanado. Es una preparación de origen precolombino
comprar	Adquirir una cosa a cambio de dinero.
siembra	Es la acción y efecto de sembrar (arrojar y esparcir semillas en la tierra que está preparada para tal fin, o hacer algo que dará fruto)
recaudería	Tienda en la que se venden especias, frutas y vegetales
Categoría: Identidad y preservación (cambios sociales y culturales)	
tradicionales	Alude el conjunto de costumbres, prácticas, valores, saberes y creencias que son transmitidos de generación en generación y que hacen parte de la cultura de una comunidad humana
cocina	Puede ser entendida como el conjunto de prácticas culinarias que tienen como objetivo la preparación y cocción de alimentos con el fin de ser consumidos por el ser humano. En este sentido, se vincula también con las costumbres culinarias de una región o espacio geográfico determinado

costumbres	Son un hábito o tendencia adquirida por la práctica frecuente de un acto. Las costumbres de la vida cotidiana son distintas en cada grupo social conformando su idiosincrasia distintiva
modificado	Cambiar una cosa variando su disposición o alguna característica sin alterar sus cualidades o características esenciales
significado	Valor que evoca cualquier signo o fenómeno interpretable
identidad	Conjunto de los rasgos propios de un individuo o de una comunidad. Estos rasgos caracterizan al sujeto o a la colectividad frente a los demás
historia	Conjunto de acontecimientos y hechos, especialmente los vividos por una persona, por un grupo o por los miembros de una comunidad social.
recetas	Es una descripción ordenada de un procedimiento culinario. Suele consistir primero en una lista de ingredientes necesarios, seguido de una serie de instrucciones con la cual se elabora un plato o una bebida específicos
recetarios	Conjunto de recetas o fórmulas en las que se indica la preparación de cierta clase de cosas.
mamás	Individuo de sexo femenino que ha tenido descendencia directa. La madre desde una perspectiva cultural constituye un elemento en la crianza de los individuos
familia	Conjunto de ascendientes, descendientes y demás personas relacionadas entre sí por parentesco de sangre o legal.
nietos	Descendiente de una persona a partir de la tercera generación.
continuar	Permanecer o mantenerse en una situación, estado o lugar.
enseñamos	Comunicar conocimientos, ideas, experiencias, habilidades o hábitos a una persona que no los tiene.
prácticas	Uso continuado o costumbre habitual
pescar	Actividad que se realiza para extraer peces
cosecha	Conjunto de frutos que se recogen de la tierra en la época del año en que están maduros. Trabajo que consiste en recoger estos frutos.
respeto	Consideración, acompañada de cierta sumisión, con que se trata a una persona o una cosa por alguna cualidad, situación o circunstancia que las determina y que lleva a acatar lo que dice o establece o a no causarle ofensa o perjuicio.
cocina	Puede ser entendida como el conjunto de prácticas culinarias que tienen como objetivo la preparación y cocción de alimentos con el fin de ser consumidos por el ser humano. En este sentido, se vincula también con las costumbres culinarias de una región o espacio geográfico determinado
tortillas	Alimento hecho con maíz nixtamalizado de forma circular y aplanado. Es una preparación de origen precolombino
metate	Piedra cuadrada que se usa en zonas rurales de México para moler
experiencia	Conjunto de conocimientos que se adquieren en la vida o en un período determinado de ésta.
siembra	Es la acción y efecto de sembrar (arrojar y esparcir semillas en la tierra que está preparada para tal fin, o hacer algo que dará fruto)
dios	Ser sobrenatural único al que se rinde culto; es responsable de la creación del universo y del misterio de la existencia.
trabajar	Realizar una actividad física o intelectual, en general de forma continuada, y recibir un salario por ello.

bautizo	Ceremonia cristiana en la que se administra el sacramento del bautismo. Fiesta con que se celebra la administración de este sacramento.
bodas	Ceremonia en la que se celebra la unión matrimonial de dos personas mediante determinados ritos o formalidades legales.
velorios	Reunión o celebración tradicional de los allegados y amigos de un difunto en las horas que siguen a su muerte y antes de la inhumación o cremación del cadáver
jóvenes	Que está en el período de la vida entre la niñez y la edad madura.
modificado	Cambiar una cosa variando su disposición o alguna característica sin alterar sus cualidades o características esenciales
diferente	Que no es igual, no se parece o tiene otras características o cualidades.
perdido	Dejar de poseer determinada cosa a causa de alguna circunstancia.
desaparecer	Dejar de existir o de estar presente en un lugar
enfermedades	Alteración leve o grave del funcionamiento normal de un organismo o de alguna de sus partes debida a una causa interna o externa.
maruchan	Alimento procesado en forma de sopa instantánea tipo ramen
alimentos procesados	Cualquier alimento que sufra cambios o pase por algún grado de procesamiento industrial antes de llegar al conumidos final. Existen diversos grados de procesamiento de los alimentos
enlatados	Es un alimento envasado en un recipiente de hojalata, herméticamente cerrado, el cual se somete a un proceso de calentamiento (esterilización o pasteurización), a unas condiciones de tiempo y temperatura determinadas, para conservarlo tan cerca como sea posible en su estado natural hasta el momento de consumirlo.
trabajar	Realizar una actividad física o intelectual, en general de forma continuada, y recibir un salario por ello.
chicharrón	Trozo de carne de cerdo con cuero pero sin pelo que se fríe en su propia grasa.
chorizo	Embutido curado o ahumado hecho con carne de cerdo picada y otros ingredientes, abundante pimentón y otras especias que se consume crudo, frito, asado o cocido; es un embutido del que existen diversas variedades según el tipo y cantidad de ingredientes que se utilizan en su elaboración.
manteca	Grasa comestible extraída de los tejidos adiposos que rodean las vísceras de ciertos animales, especialmente del cerdo
presas	Depósito natural o artificial de agua en un punto del curso de una corriente.

Categoría Alimentos tradicionales (Historia)

Subcategoría Ingredientes: De lo dicho por los informantes se pudieron distinguir una serie de ingredientes considerados como tradicionales por la comunidad, es relevante mencionar que la mayoría son ingredientes de temporada y que se obtienen mediante el sistema de siembra de la milpa, éstos son apreciados por la comunidad como naturales, económicos, accesibles y como los de mejor palatabilidad en el espectro sensorial. Entre ellos están el maíz, el frijol, las calabazas, los chiles, los quelites, el pescado, tomates, jitomates, y otros

vegetales. La mayoría de las entrevistadas refieren que la carne no forma parte primordial de la dieta. Al respecto se identificaron las siguientes afirmaciones: Entrevista 1, entrevistada número 1: Dependiendo también de la estación van cambiando, sí lo vamos cambiando, que van surtiendo, van una cosa hoy mañana otra y así van así (sic), por ejemplo yo ahora, está para saber, pero voy a hacer unos charalitos con nopales con chile rojo, y lo hago, frijoles lentejas, flores de calabaza, nopalitos, huazontles. Maíz, pero pues ahorita el maíz pues le digo que ahorita (sic) no tenemos maíz compramos nomás tortillas las que hacen a mano porque de tortillería pues muy raro que las compremos entonces yo como estoy solita me compro $10 peso y ya eso me dura 3 días. Entrevista 1, entrevistada número 2: Pues los chiles los tomates jitomates tomate, cebolla, ajo, huazotles, acelga, carne rara vez, Como ahorita ya hay malvas allá en la milpa, maíz, pollo. Entrevista 2, entrevistada 1: Pues productos locales de aquí de la comunidad, incluso tengo sembrados varios tomates acelgas siembro huazontles son naturales de aquí tengo también unos jitomates y de chiles manzanos, el tomate, el chile la pepita de calabaza las pepas de los chiles también son importantes. Entrevista 5, entrevistada 4: Lo que más casi lo que más utilizó es huevo (sic) es lo que se llevan las comidas para capear o para cualquier otra cosa y verduras las verduras ahorita en la temporada, carne casi no consumimos si acaso pollo una vez a la semana y carne pues a veces los fines de semana solamente.

Categoría Alimentos tradicionales (Historia)

Subcategoría Platillos: de acuerdo con lo expresado por los sujetos de la investigación, los platillos tradicionales de la comunidad se vienen elaborando desde los primeros tiempos de la comunidad, pues son aquellos con se han alimentado por generaciones los pobladores de San Pablo Autopan. Estos platillos son en su mayoría de muy sencilla preparación y están basados en los ingredientes temporales que se hallan en la comunidad, son los guisos diarios de las amas de casa que fueron transmitidos de abuelas a madres e hijas. Existen también los platillos tradicionales más complejos que poseen un significado especial para la comunidad, los cuales en muchas ocasiones son cocinados de forma comunitaria en fechas específicas. Las entrevistadas refirieron que estos platos reflejan respeto o celebración, así como un profundo lazo de vinculación con la religión y de cooperación comunitaria. Al respecto se

identificaron las siguientes afirmaciones: Entrevista 1, entrevistada número 1: Charales, pues yo lo hago revuelto con nopalitos cuando hay que quintoniles pues con quintoniles, o con vinagreras, o con flor calabaza ahí hay de diferentes cómo puedes flores de calabaza puede ser con nopalitos (sic) puede ser con papas puede ser con este con horas y vinagreras con quintoniles. Entrevista 1, entrevistada 3: Aquí nomás lo que se hace en la feria que se hace en el pueblo pero es el santo patrono (sic). Pues es el mole, el arroz. Si, lo que se da en la boda, los 15 años bautizo primera comunión, confirmación, el velorio, cuando alguien tiene una fiesta vamos y luego cuando nos toca a nosotros ya los vamos a invitar y ya vienen a ayudar la familia, los vecinos porque aquí no se contrata para que hagan la comida. Entrevista 2, entrevistada 2: También hay un tamal qué se hace cuando los abuelos de antes Bueno cuando ellos lo hacían el tamal agrio (sic) que es del nixtamal cuando lo hacían era el de haba cocían el maíz amarillo el morado o el negro cualquiera de eso se agarra y luego cosen las habas y se ponen a moler en el metate y ya lo hacían yo veía mi abuelita ponía su metate y hacían unas como tipo bolitas los amasaban de un color y luego del otro color y luego el haba y como que al último quedaban como torcidos los dos que daban los tres colores hacían en el metate hacían uno mismo y luego ya se ponían a cortar los trocitos y envolverlos en hoja verde pero dejaban agriar la masa si con hoja verde de maíz ahorita como está el maíz se cortan las hojas las limpian y ahí echaban la masa y empezaban a envolver y quedaban como triangulitos y eran para las fiestas como ahorita que acabamos de pasar la fiesta de aquí de agosto las abuelitas preparaban el mole preparaban los tamales agrios que es una masa que se dejaba agriar de un día para otro y esa masa la atendían en el metate con el haba molida heladera con cáscara pero la ponían a cocer con tequesquite y se hacía como café entonces de ahí tendrían toda la masa iban quitando de pedacitos la masa y la iban envuelven en la hoja verde del maíz y luego hacían unos tamalotes así grandotes que envolvían la hoja y eran los que ponían primero y luego ya los cortaban en rebanaditas y estaban bien sabrosos hasta la presentación era especial había chiquito se había grandes la calabaza en dulce también el chilacayote el Tejocote en el dulce. Y luego también está el atole de pinole se muele el maíz negro no lo endulzan con azúcar pero era mejor con piloncillo aunque ahora le pones la lechera y sabe más rico. También los sacamiches que son unos como oruga pero peludas que se dan en un cierto tiempo más o menos como en mayo mayo junio y luego todo el patito está lleno son como azotadores pero son negros y se alimentan de puro pasto entonces aquí

también las abuelitas salían a juntar mucho eso había montones de eso y venían y no sé si lo servían o los freía creo que lo servían con sal y ya cocidos dejaban una consistencia un poco rasposita en la garganta pero dos o se alimentaba también la gente de los sacamiches ahora ya no también de los tlaxcales, de los hongos, hongos de maíz, los tlaxcales esos lo sacan solamente cuando hay elote tamal de elote. Entrevista 5, entrevistada 1: Atole en pinol con piloncillo y a veces ahorita el maíz como sembramos el maíz negrito se tuesta en el comal y se hace el atole que le dicen de ceniza que siempre los de antes tomaban es hiato qué se llama de ceniza y le platicaba a mis nietos se dice de ceniza por qué se desgrana, se remoja el maicito y el olote que sale, se quema deseo lote que se quema se echa al agua se remoja o en el metate se muele ya cuando está bien bonito se vuelve para que no se vaya todo se cuela con una coladera y ya la atole ya está hirviendo la masa remojada y luego ya después se hierve se va hacer y se le pone y ese es atole de ceniza por qué sale más negro todo eso es muy bueno de antes los atoles como por ejemplo el cacahuazintle también se hace atole se remoja también y se hace pinol nada más que se está como más esponjadito también eso se hace en esos tiempos, pues todo eso los abuelos hacían y yo me daba cuenta porque aquí a donde me vine a casar eran unos abuelitos que también él al abuelito le gustaba todo cosa natural luego él tenía animales y decía para que van a ir a comprar mejor mata una res y nos repartimos todo y se repartía y comíamos en esos tiempos comíamos de todo de lo que había y yo digo que era mejor todo lo que es natural. Entrevista 5, entrevistada 4: Yo Considero que las habas que antes preparaban son tradicionales, son habas toladas que le dicen (sic), iban preparadas con nopalitos hervidos los nopales se guisan las habas y se les agregan y están muy ricos. Muy típico pues es en el día de los fieles difuntos se ofrece el mole pero al mismo tiempo en el plato del mole va acompañado con col entonces se le pone la col se le agrega el molito y el pollo y esa es la tradición de aquí la col cocida hervida nada más sin guisar solamente va a hervida y se le agrega al mole ya sea rojo o verde. También cuándo va a pasar una imagen por la calle que nos piden de favor dar algo de comer pues ya nos juntamos entre varios vecinos de aquí y ya preparamos algo en especial.

Categoría: Hábitos, factores sociales y culturales. En esta categoría que abarca determinantes económicos como el costo, los ingresos y la disponibilidad en el mercado, determinantes físicos como el acceso, la zona geográfica, la educación, el estilo de vida o las capacidades

personales los datos permiten interpretar que la comunidad a pesar de los cambios que ha experimentado aún trata de mantener una relación orgánica con su entorno, trabajando la tierra y usando sólo lo que necesitan. También es constante la referencia a la economía mencionando que los ingredientes nativos son más baratos y fáciles de conseguir pues en algunas de las colonias no existen suficientes tiendas de conveniencia y su única opción para comprar es el mercado semanal o la central de abastos. Un punto para resaltar es que se menciona frecuentemente que el cambio de estilo de vida se debe a que las mujeres ahora ya salen de sus hogares para trabajar y a pesar de que siguen siendo las encargadas de la cocina sus tiempos que pueden dedicar a esta actividad ya no son los mismos. Al respecto se identificaron las siguientes afirmaciones: entrevista 1, entrevistada 2: Depende también que les den de comer en sus casas, yo por ejemplo, sí trabajo un día a la semana en casa y aquí ahora unas que otras trabajan y pues no hacen de comer igual. Entrevista 2, entrevistada 3: pues ya la mayoría aquí en San Pablo trabaja de mujeres (sic), porque yo recuerdo que cuando yo iba creciendo una que otra casi ni se veía eso pero ahorita ya la mayoría que pues ya salen a trabajar se ayudan entre pareja no, y ya no preparan lo mismo porque yo recuerdo que antes se casaban y a su casa y ahorita la mayoría ya no, tienen dos tres niños y ya se salen a trabajar. Entrevista 3, entrevistada 1: Como le digo ya no tenemos milpa y ya no cosechamos, ahora hay que comprar lo más barato y más cerca. Sí, muchas cosas, que para el sabor (sic) y si uno ya no tiene milpa y tiene que comprar pues más diferente, antes eran los chilacayotes, los ejotes, ahora ya más fácil un huevo Entrevista 5, entrevistada 4: Yo igual yo no he cambiado porque por ejemplo o sea nos daban charales con nopales o sea y ahí sigue uno sea los charales y ahora los compramos pero los nopales aquí hay en la casa y pues es lo mismo charal y nopal, pero lo que si hayan cambiado yo creo que porque ahorita ya la mayoría de las mujeres trabajan entonces lo más fácil para ellos pues es ir y comprar un bote de mole es más rápido que si se pone a molerlo a prepararlo pues no le va a dar tiempo porque no pueden sus tiempos ya no les permiten elaborar todo eso (sic), entrevista 5, entrevistada 3: Si yo compro en el mercado o en la central porque está más cerca y más barato o como dice mi mami tienes un invernadero y acaso a veces no llega a dar pues ya (sic).

Categoría: Identidad y preservación (cambios sociales y culturales). Dentro de los principales cambios que se pudieron apreciar gracias a las explicaciones proporcionadas durante las

entrevistas se encuentran los espacios de adquisición de ingredientes, se comentó en repetidas ocasiones que al perderse los bordos el hábito de la pesca en la comunidad también se perdió, este era un hábito colectivo que facilitaba la convivencia de los pobladores a la vez que el trueque con otras comunidades y más aún una alimentación sana y abundante de productos acuícolas; al acabarse estos recursos la gente tuvo que empezar a comprar insumos situación que resultó incrementó los costos de vida y una de las principales razones por las que las mujeres tuvieron que salir a trabajar. La diversificación de las actividades de las amas de casa resultó en la reducción de los tiempos dedicados a la preparación de los alimentos tradicionales más complicados por lo que su elaboración cayó en desuso así como algunas de las técnicas culinarias que se precisaban para estos platos se fueron abandonando. Hoy en día se percibe que sólo en las localidades más alejadas estas tradiciones aún perseveran. Cabe resaltar que esa evolución de la sociedad de San Pablo Autopan se percibe mayormente en la juventud, la cual para la mayoría de las entrevistadas muestra un claro desapego de las costumbres, un desconocimiento de su herencia gastronómica, una preferencia por los alimentos procesados y un desinterés por preservar los alimentos tradicionales. Al respecto se identificaron las siguientes afirmaciones: Entrevista 1, entrevistada 3: yo creo que todo cambia si porque ya muchas cosas se dejan de usar, ya casi no se va al molino a moler, ya no se usa el metate, el molcajete. Entrevista 2, entrevistada 1: Si por ejemplo la gente de aquí de San Pablo las señoras que sabían pescar o que juntaban vinagrera hacían tortillas e iban a Santiaguito la comunidad de Santiaguito para que llevaban esa comida (sic) y se iban caminando de aquí hasta Santiaguito que pertenece ya me parece al municipio de Almoloya Bueno pues porque allá elaboran Cazuelas y ollas jarritos platitos Entonces ellos llevaban pescado lo que aquí sobraba lo llevaban allá para hacer un trueque un cambio yo llevo mis acociles mis tortillas y tú me das las cazuelas, las ollas, los jarritos, todo se llevaba y entonces aquí bueno se han perdido todas esas cosas bueno por ejemplo yo recuerdo que era muy niña cuando aquí se iba el agua cuando nos quitaran el agua en las casas y mucha gente se iba a lavar al bordó ahí en las piedras la lleva la ropa y todas esas actividades ya no se llevan a cabo. Desafortunadamente sí, le digo que todo lo que yo comía de niña muchas cosas ya no se saben preparar o simplemente ya no se encuentran por la contaminación. Hay personas que han tratado de conservar todo esto pero hay personas que no entonces hay gente que si come comida procesada y gente que no, ahorita a los jóvenes como que ya no les importa,

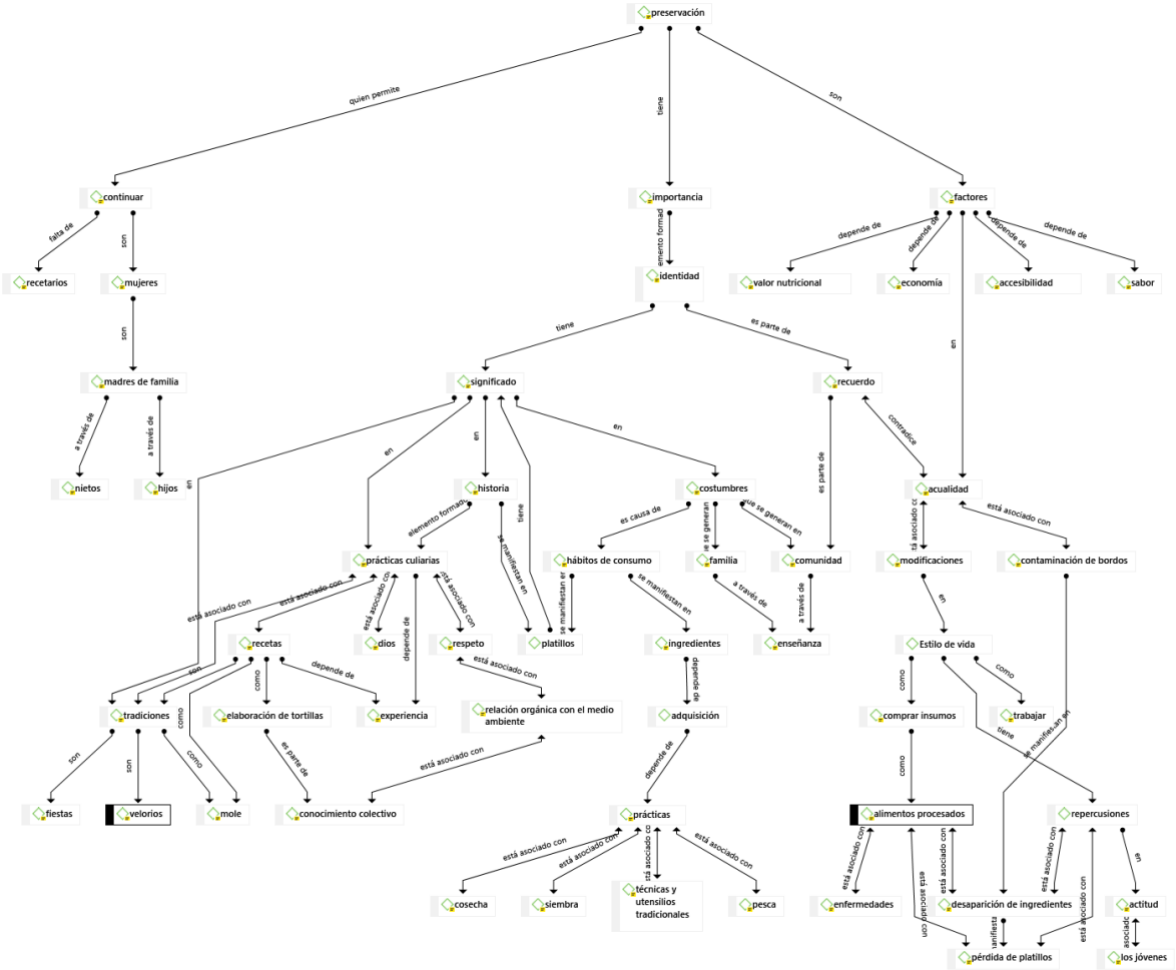
pues es que ellos ya tienen otro estilo de vida, y es precisamente por eso que se va perdiendo la gastronomía por el estilo de vida. Entrevista 3, entrevistada 2: Yo también pienso que sí que ya ha cambiado, que los jóvenes ya no quieren cocinar, prefieren que ir a comprar el chicharrón, el chorizo. Pues es que ahora ya es más fácil encontrar las maruchan que los quelites. Yo le sugeriría a los jóvenes que volvieron a lo de antes, lo más sabroso, lo más nutritivo y lo más barato a veces porque por eso hay muchas enfermedades. Pues que se van perdiendo las costumbres, sí pues ahora es más diferente porque ahí en la ciudad como le digo ya puras carnitas y uno ni sabe si son naturales o de qué son. Entrevista 4, entrevistada 1: Pues yo creo que los jóvenes ya no comen eso porque ahora ya casi quieren comer pura carne bueno yo lo veo con mis nietos ya como que los quelites ya casí, ya no (sic). Pues que sus papás los acostumbran a la carne y nos les enseñan a comer verduras, quelites, papas, habas, ya pura longaniza. Pues es lo mismo porque cada quien come lo que encuentra, siempre ha sido así. Pues luego ya no se van a guisar los quelites. Entrevista 5, entrevistada 2: Yo digo que a los jóvenes no les interesa ya ni sembrar, ni las tradiciones. Pues es que luego ya salen a trabajar y ya no siembran y pues compran que los enlatados porque es más fácil. Yo considero que no está bien porque es lo que decíamos, luego todos esos químicos no son buenos, mejor lo que es natural. Que tal vez en unos años ya menos va a haber quelites, uy ya ni los van a conocer. Entrevista 5, entrevistada 3: Yo creo que muchos ya no saben hacer las cosas que se hacían desde antes. Pues ya no les interesa. Yo digo que no les afecta ni les perjudica pero sí es una tradición que se va perdiendo. Yo digo que no que no quieren continuar y pues entonces en unos años ya no va a haber varias cosas. Pues ahora sí que depende, yo como todavía sembramos y luego nos convidamos lo que se cosecha pues todavía hacemos como mi mamá nos enseñó, pero a quien ya no le dan pues tiene que comer lo que haya y para ellos ya no es importante.

7.3 Redes Estructurales, Relaciones Semánticas

La creación de Redes Estructurales o Diagramas de Flujo con los materiales de construcción (categorías) preparados en la primera y segunda fase del análisis, responde al proceso de organizar los objetos de construcción en redes de relaciones, es decir, un mapa o mapas conceptuales entre las categorías y la estructuración de hallazgos.

La red que se construyó representa gráficamente posibles estructuras o sistemas de relaciones sobre todo entre las categorías o códigos para hacer explícitas las interpretaciones y permitir, la conjunción armónica de los elementos que pueden apoyar el supuesto orientador que es el hilo conductor de esta investigación.

Figura 5. Mapa de relaciones semánticas halladas en los contenidos de las entrevistas a través de la codificación



A partir de la representación gráfica de las redes estructurales es posible interpretar las relaciones entre las diferentes categorías de la investigación dando como resultado:

a) La preservación de los alimentos tradicionales si es un elemento formador de la identidad de la comunidad otomí de San Pablo Autopan, debido al significado que dichos alimentos

han adquirido a través de la historia derivando en costumbres y hábitos alimentarios que conforman el patrimonio y la herencia gastronómicas del lugar.

b) Debido a la falta de registros de sus costumbres y tradiciones (recetarios) son las mujeres de la comunidad las encargadas de preservar los conocimientos sobre la tierra, la siembra, la cosecha, las prácticas culinarias y el resto de los saberes transmitidos de generación en generación de forma oral o demostrativa.

c) A pesar de todos los problemas de contaminación de los recursos acuícolas; así como de la pérdida de terrenos cultivables frente a la invasión de la mancha urbana, la comunidad aún trata de mantener una relación orgánica con el medio ambiente mediante el uso y aprovechamiento moderado de los recursos prevalecientes.

d) Los principales factores de consumo de la población son los determinantes bilógicos como palatabilidad, los económicos como el costo y la disponibilidad en el mercado, la educación, el estilo de vida y las capacidades personales.

e) Las principales modificaciones en la dieta, los hábitos alimenticios, son causa de la pérdida de los bordos que fungían como fuente primaria de recursos, pues cuando productos como el pescado dejaron de estar al alcance de la mano de la población, ésta se vio obligada a integrar nuevos alimentos.

8. CONCLUSIONES

De acuerdo con el supuesto orientador planteado en esta investigación, la preservación de los alimentos tradicionales, funciona como elemento formador de la identidad gastronómica de la comunidad otomí de San Pablo Autopan, y de acuerdo con el constructo elaborado mediante la vinculación de redes estructurales, la codificación de categorías y los análisis exploratorios esta es una afirmación positiva en términos de la caracterización de la evolución de la alimentación y cocina otomí de San Pablo Autopan, sin embargo; a través del trabajo de campo, se pudo identificar que el patrimonio base de la identidad gastronómica de San Pablo Autopan se ve amenazado no por la inducción de nuevos alimentos puesto que la gente posee un gran arraigo a la cocina y productos tradicionales, pero más bien por el cambio de estilo de vida y la diversificación de las actividades de las mujeres quienes son las encargadas de preservar los alimentos tradicionales.

Se debe entender que las mujeres de la comunidad se encuentran vinculadas a la producción no sólo de los alimentos, sino también a las formas de obtención de los productos comestibles mediante la siembra y la cosecha, y más aún a las formas de consumo, son ellas quienes determinan la selección de los alimentos con base en los escenarios sociales, económicos y culturales en los que se desenvuelven ellas y sus familias; por lo que con la contaminación del bordo provocada por la introducción del drenaje se vio comprometida su fuente principal de aprovisionamiento ya que de él no sólo extraían pescado (carpas, charales), ranas, tepocates, acociles, patos, huevos de aves silvestres, hierbas de laguna, frutos e insectos oriundos de la zona sino también, productos de limpieza, utensilios de cocina y otros bienes similares puesto que con el excedente de sus recolecciones viajaban a otras comunidades para promover el trueque y lograr el intercambio de sus productos sobrantes por otros, que les hicieran falta, es decir; el dinero no era un recurso muy indispensable.

Así, al perder el bordo, sin esta posibilidad de adquisición extraordinaria de productos y peor aún, frente a la pérdida de todos esos ingredientes considerados fundamentales, la población empezó a pagar un precio monetario por sus insumos, así, el nivel de vida se encareció y los recursos familiares disminuyeron de tal forma que el elemento femenino de los hogares tuvo que salir a buscar trabajo remunerado para auxiliar en la economía doméstica.

De acuerdo con las declaraciones recolectadas durante las entrevistas el resultado de esta transición es que actualmente se vive una dicotomía muy compleja en los hogares de la comunidad otomí de San Pablo Autopan; por un lado una parte de la población sigue sembrando y tratando de conservar sus tradiciones alimentarias porque consideran que esa comida es lo que las representa, define, fuente de su salud y de su economía, son mujeres que aún tienen el tiempo de preparar tres comidas al día, de hacer totillas a mano diariamente, de salir a la milpa si tienen antojo de flores de calabaza, son mujeres plenamente conscientes de lo que significaría la pérdida de sus hábitos alimentarios y el impacto tan profundo que se puede sobrevenir en términos de desarraigo, desconocimiento, falta de sentido de pertenencia, problemas de salud, son también mujeres comprometidas a heredar su experiencia a las futuras generaciones, a luchar inadvertidamente cada día contra la industria alimenticia sembrando maíz de colores y compartiendo en comunidad sus celebraciones y desventuras.

Empero, del otro lado se encuentran las mujeres a quienes las primeras consideran desafortunadas, aquellas que por el sentido de solidaridad hacia la pareja y con el afán de subsanar las necesidades familiares abandonaron la comodidad de siempre en casa, porque no se debe confundir el hecho de que trabajen con que ya no se hagan cargo del hogar, pues sus actividades domésticas siguen siendo las mismas, sólo que ahora tienen doble responsabilidad: el trabajo y la casa. Estas mujeres expresan que ya no tienen tiempo para cocinar como antes, que no pueden sembrar, que no tienen tierra, que adquieren los ingredientes más baratos y que estén más a la mano. Ellas han incorporado embutidos, lácteos, alimentos procesados como enlatados y son estos productos los que su progenie está aprendiendo a consumir.

Se percibe así que el estado de la preservación de los alimentos tradicionales de la Comunidad Otomí de San Pablo Autopan, así como su identidad gastronómica están determinadas por la

relación que existe entre las mujeres de la comunidad y los recursos que tengan disponibles. Esta situación muestra un panorama ambiguo debido a que las nuevas generaciones están creciendo separadas en usos, costumbres, preferencias, tradiciones y estilos de vida. Hay jóvenes que siguen siendo instruidos de forma tradicional, pero también los que ya no encuentran sentido en cocinar y prefieren las sopas de pasta procesadas, listas para comer (maruchan), los frijoles de lata y los refrescos. Sumado a esto, la pérdida irremediable de ingredientes debido a los mencionados problemas de contaminación, desuso y desterritorialización.

En consecuencia se piensa que si bien se cumplió el objetivo de analizar la preservación de los alimentos tradicionales como elemento formador de la identidad gastronómica de la Comunidad Otomí de San Pablo Autopan para la contribución al conocimiento de los saberes gastronómicos; también se vislumbraron muchas áreas de oportunidad para futuras investigaciones, conexiones llenas de significados que merece la pena explorar.

9. Propuestas y/o Sugerencias

Se sabe que la comida representa el elemento identitario que, por encima de cualquier otro, puede unir a comunidades enteras, este es el caso de San Pablo Autopan, cuyo patrimonio culinario al igual que el de muchos otros pueblos indígenas tiene como sus principales componentes el maíz, el frijol y el chile, de la milpa. Aún así, como ya se mencionó, a pesar de la conciencia comunitaria, este patrimonio está en riesgo de perderse por causa de múltiples factores, es por esta razón que se considera deben tomarse acciones sociales, académicas y gubernamentales, para proteger no únicamente al patrimonio, sino también a la comunidad que lo preserva y que se encuentran en situación de fragilidad ante el deterioro ambiental y la pauperización del medio rural y agrícola.

Así pues la preservación de los saberes gastronómicos dependerá de:

a) Desde el ámbito gastronómico a través de la conservación de los conocimientos culinarios de la localidad documentando las recetas y explicando no sólo los ingredientes y el método de preparación, sino el significado del platillo, los momentos en que es consumido y el origen de alguno de sus ingredientes, incluso breves las historias sobre las dueñas de las recetas.

b) Generación de estrategias de rescate de platillos e ingredientes tradicionales mediante proyectos productivos basados en estos platillos e ingredientes.

c) Desde el ámbito gubernamental, promover el desarrollo de negocios locales con sustento gastronómico, implementación de una red de cocineras tradicionales de la comunidad para la impartición de talleres a instituciones educativas y público en general, así como para que puedan ser portavoces de la identidad gastronómica de la comunidad logrando el apoyo del sector público y privado en orden de preservar los alimentos tradicionales así como sus ingredientes, técnicas de elaboración, rituales de consumo, etc.

d) Desde lo académico sobra decir que hacen falta muchas más investigaciones ya que este trabajo identificó la necesidad de nuevas líneas de investigación que aborden el tema de la contaminación y su impacto en el patrimonio gastronómico, el papel determinante de la mujer en la pérdida o conservación de la herencia culinaria, los estilos de vida y su impacto en los determinantes de los hábitos alimentarios, etc.

10. Fuentes Consultadas

1. Barrientos, G. (2004). Otomíes del Estado de México. Colección Pueblos indígenas del México contemporáneo. Comisión Nacional para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas. Programa de las Naciones Unidas para el desarrollo. México, México. ISBN 970-753-024-3. Disponible en: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/12560/otomies.pdf
2. Belalcázar, D, & Tobar, L. (2013). Determinantes sociales de la alimentación en familias de estratos 4, 5 y 6 de la localidad de Chapinero de Bogotá D.C. Revista Facultad Nacional Salud Pública, vol. 31, núm. 1, pp. 40-47. Universidad de Antioquía. Medellín, Colombia. Disponible en http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v31n1/v31n1a05.pdf
3. Bourdieu, P. (1988). La distinción. Criterios y bases sociales del gusto. España. Taurus.
4. Camarena, D. & Sanjuán, A.I. (2008). El mercado de comida étnica en España: el caso de la comida mexicana. Estudios Sociales, vol. 26, núm. 31, pp. 7-37. Sonora, México. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-45572008000100001
5. Chávez, M., Rodríguez, T., Thomé, H., & Miranda, G. (2017). Elaboración y consumo de tortillas como patrimonio cultural de San Pedro del Rosal, México. Región y sociedad, vol. 29, núm. 70, pp. 155-179. El Colegio de Sonora, Sonora, México. ISSN electrónico: 2448-4849. Disponible en: https://regionysociedad.colson.edu.mx:8086/index.php/rys/article/view/288/1075
6. Cornejo, M., (2006). Pistas para el Estudio de la Identidad. En: Identidad, Comunidad y Desarrollo. Noviembre de 2006, Magíster Psicología Comunitaria y Mideplan 2006, pp. 43-54. Universidad de Chile, Santiago de Chile, Chile. ISBN: 956-19-0542-6. Disponible en http://www.desarrollosocialyfamilia.gob.cl/btca/txtcompleto/mideplan/identid-comunidad-des.pdf
7. Corr, R. (2009). Reciprocity, Communion, and Sacrifice: Food in Andean Ritual and Social Life, Journal Food and Foodways. Explorations in the History and Culture of Human Nourishment, vol. 10, núm. 1-2, pp. 1-25. Taylor & Francis, UK. DOI:

10.1080/07409710212482. Disponible en: https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/07409710212482

8. De Garine, I. (1979). Cultura y nutrición. Communications, núm. 31 (La nourriture), pp 70-92.
9. De Suremain, C. (2017). Cuando la alimentación se hace patrimonio. Rutas gastronómicas, globalización y desarrollo local (México), Trace. Travaux et Recherches dans les Amériques du Centre, núm. 72, julio, pp.165-181. Centro de Estudios Mexicanos y Centroamericanos, Distrito Federal, México. ISSN: 0185-6286. Disponible en: http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=423853404009
10. Del Castillo, R. (8 de abril de 2015). Rescatan recetas tradicionales indígenas. El Universal. Toluca, Estado de México, México. Disponible en: https://www.debate.com.mx/mexico/Rescatan-recetas-tradicionales-indigenas-20150408-0226.html
11. Díaz, L.P. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. Investigación en Educación Médica, vol.2, núm.7, pp. 162-167. Universidad Nacional Autónoma de México. Distrito Federal, México. E- ISSN 2007-5057. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-50572013000300009
12. Dip, G. (2014). La alimentación: factores determinantes en su elección. Experticia, Revista de Divulgación Científica. núm. 1. Universidad Nacional de Cuyo. Mendoza, Argentina ISSN 2422-6254. Disponible en: http://experticia.fca.uncu.edu.ar/numeros-anteriores/n-1-2014/122-la-alimentacion-factores-determinantes-en-su-eleccion
13. Douglas, M. (1995). Las Estructuras de lo Culinario. Alimentación y Cultura: necesidades, gustos y costumbres, Coord. por Jesús Contreras Hernández, pp. 171-198 Publicaciones Universidad de Barcelona, Barcelona. ISBN 84-475-1103-0. Disponible en: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=769643
14. Dubet, F. (1987). De la sociología de la identidad a la sociología del sujeto. Estudios Sociológicos, vol.7, núm.21, pp. 519- 545. Colegio de México. Distrito Federal, México. Disponible en: https://estudiossociologicos.colmex.mx/index.php/es/article/view/1088

15. Enciso, L. A. (14 de mayo de 2013). México entra en emergencia alimentaria, afirman en la OPS. Distrito Federal, México. La Jornada. Disponible en: http://www.jornada.unam.mx/2013/05/14/sociedad/037n1soc
16. Entrena, F. (2008). Globalización, identidad social y hábitos alimentarios. Revista de Ciencias Sociales, vol. I, núm. 119, pp. 27-38. Universidad de Costa Rica, San José, Costa Rica. ISSN: 1669-0990. Disponible en: http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=15312718003
17. FAO (2007). Conferencia Internacional sobre Agricultura Orgánica y Seguridad Alimentaria. 3-5 mayo. Toma, Italia. Disponible en: http://www.fao.org/organicag/oa-specialfeatures/oa-foodsecurity/es/
18. FAO (2015). Comida, territorio y memoria: Situación alimentaria de los pueblos indígenas colombianos. Proyecto TCP/RLA/3403 "Políticas de Seguridad Alimentaria y Nutricional y Pueblos Indígenas en Colombia". Food and Agriculture Organization, Bogotá, Colombia.ISBN: 978-92-5-308735-8 Disponible en: http://www.fao.org/3/a-i4467s.pdf
19. Favila, H. & Miranda, A. (2012). La Comida y su Protocolo. Sentido y significado de los modales de mesa entre los otomíes de la comunidad de San Gregorio Macapexco - México. Estudios y Perspectivas en Turismo, vol. 21, no. 6, pp. 1578-1593. Centro de Investigaciones y Estudios Turísticos, Buenos Aires, Argentina. ISSN: 0327-5841 Disponible en: http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=180725030012
20. Flores, I. (2005). Identidad cultural y el sentimiento de pertenencia a un espacio social: una discusión teórica. La Palabra y el Hombre, octubre-diciembre, núm. 136, p. 41-48 Universidad Veracruzana. Veracruz, México. Disponible en: https://cdigital.uv.mx/bitstream/handle/123456789/345/2005136P41.pdf;jsessionid=3DBDCAD64E942815E0389C4B0E056E60?sequence=1
21. García, X. (14 de junio de 2018). Indígenas mexiquenses piden rescatar raíces en Toluca. El Gráfico. Disponible en: http://www.elgrafico.mx/toluca/indigenas-mexiquenses-piden-rescatar-raices-en-toluca
22. García, P. (2017). Patrimonio gastronómico local como elemento de identidad del municipio de Zacualpan, Estado de México. Tesis para obtener el título como Licenciado

en Gastronomía. Universidad Autónoma del Estado de México, Centro Universitario Tenancingo, México.

23. Gilroy, P. (1993). The Black Atlantic: Modernity and Double Consciousness, Cambridge, MA. Harvard University Press.
24. González, I. (2005). Conservación de bienes culturales: teoría, historia, principios y normas. Madrid. Ediciones Cátedra S.A.
25. Hernández, M. (2016). Los alimentos en la vida ritual de los nahuas de San Juan Tetelcingo, Guerrero. Un elemento a considerar dentro del patrimonio biocultural. Dimensión Antropológica, vol. 23, núm. 66, enero-abril, pp. 64-86. Secretaría de Cultura, Instituto Nacional de Antropología e Historia, Distrito Federal, México. ISSN: 1405--776X. Disponible en: https://www.revistas.inah.gob.mx/index.php/dimension/article/view/10953/11755
26. Hernández, R., Fernández, C., Baptista, P. (2010). Metodología de la Investigación. Quinta edición. Distrito Federal, México. McGraw Hill. ISBN: 978-607-15-0297-9.
27. Hwang, S. (2007). Utilizing qualitative data analysis software: A review of ATLAS.ti. Social Science Computer Review, vol. 26, núm. 4, pp. 519–527. doi:10.1177/0894439307312485
28. Lewis, R. B. (2004). NVivo 2.0 and ATLAS.ti 5.0: A comparative review of two popular qualitative data-analysis programs. Field Methods, vol. 16, núm. 4, pp. 439–464. doi:10.1177/1525822X04269174
29. Leyva, D. A., Pérez, A. (2015). Pérdida de las raíces culinarias por la transformación en la cultura alimentaria. Revista Mexicana de Ciencias Agrícolas, vol. 6 no.4, pp. 867-881, Colegio de Postgraduados-Campus Veracruz, Veracruz, Veracruz. ISSN 2007-0934. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-09342015000400016
30. López, F. & Viesca, C. (2012). “Problemáticas y Retos del Patrimonio Gastronómico Mexicano: La construcción de indicadores como clave para su desarrollo”. Culinaria Revista Virtual Especializada en Gastronomía. Colección Culinaria 1, pp. 75-90. Universidad Autónoma del Estado de México. Toluca, México. Disponible en: http://web.uaemex.mx/Culinaria/tres_ne/articulo_05.pdf

31. López, A., Pérez, C., Guzmán, C., & Hernández, R. (2017). Caracterización de las principales tendencias de la gastronomía mexicana en el marco de nuevos escenarios sociales, Teoría y Praxis, vol. 21, pp. 91-113. Toluca, México. ISSN: 1870-1582. Disponible en: http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=456150029006> ISSN
32. López, J., Juárez, L., & Medina, F. (2017). Usos y significados contemporáneos de la comida desde la antropología de la alimentación en América Latina y España. Revista de Dialectología y Tradiciones Populares, vol. 71, núm. 2, pp. 327-370. Consejo Superior de Investigación Científica, Madrid, España. ISSN 1988-8457. Disponible en: http://rdtp.revistas.csic.es/index.php/rdtp/article/view/517/518
33. Magaña, I., & Padín, C. (2008). ¿Conduce la globalización a la pérdida de las costumbres gastronómicas?, Teoría y Praxis, núm. 5, pp. 213-226. Universidad de Quintana Roo, Cozumel, México. E-ISSN: 1870-1582, Disponible en: http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=456145110017
34. Montoya, M. y Sandoval, E. (2013). Marginación sociodemográfica de los otomíes del Estado de México. Papeles de población, vol.19 no.78, pp. 257-289, Universidad Autónoma del Estado de México, Toluca, México. E-ISSN 2448-7147. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252013000400011
35. Navarrete, L. (2010). Pueblos indígenas de México. México. Ediciones Castillo, S.A. de C.V.
36. Navarrete, Z. (2015). ¿Otra Vez la Identidad? Un concepto necesario pero imposible. Revista Mexicana de Investigación Educativa, vol. 20, núm.65, pp. 461-479. Consejo Mexicano de Investigación Educativa, A.C. Distrito Federal, México. ISSN: 1405-6666. Disponible en: http://www.redalyc.org/pdf/140/14035408007.pdf
37. Ochoa, T. (2013). Alimentación y diferenciación social: el caso de una comunidad en México. Revista Internacional de Ciencias Sociales, vol. 2, núm. 1. Universidad Iberoamericana, México, México. ISSN 2530-4909, Disponible en: https://journals.epistemopolis.org/index.php/csociales/article/view/1227
38. 29. Pérez, R. (30 de agosto de 2017). En el olvido, pueblos otomíes del Edomex: investigador de UAEM. La Prensa. Toluca Estado de México. Disponible en:

https://www.la-prensa.com.mx/patrulla-mexiquense/222545-en-el-olvido-pueblos-otomies-del-edomex-investigador-de-uaem

39. Poder Ejecutivo del Estado (2018). Gaceta de Gobierno. Tomo 205, núm. 42. Sección tercera. Secretaría de Desarrollo Social. Toluca, Estado de México, México. Disponible en: http://cedipiem.edomex.gob.mx/sites/cedipiem.edomex.gob.mx/files/files/Documentos%20PDF/Marco%20Normativo/Lineamientos/Lineamientos%20Promoviendo%20la%20Cultura%20Originaria.pdf
40. Pole, K. (2009). Diseño de metodologías mixtas. Una revisión de las estrategias para combinar metodologías cuantitativas y cualitativas. Renglones, revista arbitrada en ciencias sociales y humanidades, núm.60, pp. 36-42. Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente. Tlaquepaque, Jalisco, México. ISSN 0186-4963. Disponible en: https://rei.iteso.mx/bitstream/handle/11117/252/katrhryn_pole.pdf?sequence=2
41. Real Academia Española. (2014). Diccionario de la lengua española (23ava ed.). Madrid, España.
42. Romero, A., Viesca, F., & Hernández, M. (2010). Formación del patrimonio gastronómico del Valle de Toluca, Ciencia Ergo Sum, vol.17, núm. 3, pp. 239-252. Universidad Autónoma del Estado de México, Toluca, México. ISSN: 1405-0269. Disponible en: http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=10415212002
43. Torres, G., Madrid de Zito Fontán, L., & Santoni, M. (2004). El alimento, la cocina étnica, la gastronomía nacional. Elemento patrimonial y un referente de la identidad cultural. Scripta Ethnologica, vol. 26, pp. 55-66. Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas, Buenos Aires, Argentina. ISSN: 1669-0990. Disponible en: http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=14802603
44. Viola, M. (2008). Estudios Sobre Modelos De Consumo: Una Visión Desde Teorías Y Metodologías. Revista chilena de nutrición, vol.35, núm.2, pp. 93-99. Sociedad Chilena de Nutrición, Bromatología y Toxicología, Santiago, Chile. ISSN: 0716-1549. Disponible en: http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=46911546002
45. Wilson, T., (2006). Food, Drink and Identity in Europe: Consumption and the Construction of Local, National and Cosmopolitan Culture Food, Drink and Identity in Europe: Consumption and the Construction of Local, National and Cosmopolitan

Culture. En T. Wilson (Coord). Food, Drink and Identity in Europe. pp.9-29. The Netherlands: Editions Rodopi. Disponible en: http://kodu.ut.ee/~cect/teoreetilised%20seminarid_2011/teoreetiline%20seminar%2015.03.2011/Food_Drink_Identity_Europe_European_Studies_2006.pdf

11. ANEXOS

Anexo I. Instrumento

Introducción	
1.	Saludo
2.	Descripción general del proyecto Propósito (Analizar la preservación de los alimentos tradicionales como elemento formador de la identidad gastronómica de la Comunidad Otomí de San Pablo Autopan; para la elaboración de estrategias por parte de la comunidad académica destinadas a la preservación y difusión, de estos alimentos). Participantes elegidos y motivo por el cual fueron seleccionados. Utilización de los datos (Mencionar que la información obtenida será únicamente con fines académicos, así como garantizar la confidencialidad y anonimato de sus respuestas).
3.	Explicación de la dinámica de la entrevista: Tiempo estimado: 25minutos La entrevista se dividirá en cuatro apartados: El primero serán unas breves preguntas de entable El segundo sobre los factores que influyen en la composición socio cultural de la comunidad El tercero consta de preguntas sobre platillos e ingredientes tradicionales y su historia, hábitos alimentarios El último, sobre la construcción de la identidad a partir de la preservación de los alimentos tradicionales

Desarrollo
Preguntas de entable (aspectos internos)
1. ¿Hace cuánto tiempo cocina?
2. ¿Quién le enseño a cocinar?
3. ¿Para cuántas personas cocina usualmente?
4. ¿Qué es lo que más le gusta de la cocina?

Categoría: Alimentos tradicionales (historia).		
Propósito: caracterizar los alimentos tradicionales de la comunidad, así como su historia.		
Subcategoría ingredientes y alimentos	Preguntas secundarias	Preguntas agregadas
1. ¿Cocina diariamente?	¿Cuántas veces al día? ¿Cuánto tiempo dedica a la cocina diariamente?	
2. ¿Qué ingredientes utiliza principalmente?	¿Siempre ha utilizado los mismos ingredientes?	
3. ¿Dónde adquiere sus ingredientes?	¿Cuál es la razón por la que adquiere ahí sus ingredientes?	
4. ¿Qué platillos considera tradicionales de su comunidad?	De estos platillos ¿cuáles elabora usted? ¿Con qué frecuencia	
5. ¿Desde cuándo se elaboran y consumen los platillos tradicionales en la comunidad?	¿Existen recetarios? ¿Quiénes son los encargados de preservar las recetas?	
6. ¿Hay platillos o ingredientes que tengan un significado especial?	¿Cuáles son y qué significado tienen?	
7. ¿Hay platos que elaboren entre toda la comunidad?	¿Con qué motivo?	
Cierre: ¿Qué significan para usted los alimentos tradicionales?	¿Cuál es la importancia que tienen para usted estos platillos?	

Categoría: Hábitos, factores sociales y culturales		
Propósito: analizar los hábitos alimenticios de la comunidad y el estado de preservación de los alimentos tradicionales a partir de estos.		
Subcategoría hábitos	Preguntas secundarias	Preguntas agregadas
8. De acuerdo con su experiencia ¿se han modificado los ingredientes y los platillos tradicionales de la comunidad?		
9. ¿Cuáles serían los principales cambios?		
Subcategoría factores		
10. ¿A que le atribuye el cambio que han sufrido los alimentos tradicionales?	¿Puede mencionar las razones económicas, sociales, culturales de esos cambios?	
11. ¿En qué afectan estos cambios a los alimentos tradicionales de la comunidad?	¿Hay alimentos que se han perdido o modificado debido a los cambios?	
12. ¿La comunidad ha resentido los cambios?	¿De qué formas?	

Categoría: Identidad y preservación (cambios sociales y culturales)		
Propósito: dilucidar la relación que existe entre la preservación de los alimentos tradicionales y la formación de la identidad gastronómica		
Subcategoría preservación	Preguntas secundarias	Preguntas agregadas
13. ¿Considera que los alimentos tradicionales de la comunidad tengan algún riesgo de desaparecer?	¿Cómo ha observado este riesgo?	
14. ¿Qué pasaría si se pierden algunos alimentos tradicionales?	¿Cree que cambiarían los hábitos y las prácticas alimentarias de la comunidad?	
Subcategoría Identidad		
15. ¿Considera que los alimentos tradicionales de su comunidad la hacen diferente de otras comunidades?	¿Cómo se siente al respecto?	

16. ¿Le parece que los alimentos tradicionales ayudan a su comunidad a mantener sus costumbres?	¿Podría dar un ejemplo de las costumbres que se mantienen gracias a los alimentos tradicionales?	
17. ¿Cuál le parece que es la actitud de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?	¿A qué cree que se debe esta actitud? ¿Considera que es una actitud positiva o negativa para la comunidad? ¿En qué cree que pueda afectar la respuesta de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?	
Cierre. ¿Considera que es importante para su comunidad que se sigan elaborando alimentos tradicionales?	¿Por qué?	

Cierre de la entrevista
1. Se concluye con alguna reflexión final u opinión
2. Se agradece al entrevistado por su tiempo.

Anexo II. Fichas de identificación y transcripción de las entrevistas

Número de Entrevista: 1 **Duración**: 1:01:47 horas

Fecha: 20/08/2019 **Hora**: 11:58 horas

Lugar (ciudad y sitio específico): San Pablo Autopan, Toluca Estado de México, domicilio del entrevistado

Entrevistador(a): Bibiana González / Arlen Sánchez

Entrevistado(a): Luisa González Chávez

Edad: 72 años **Género:** Femenino **Actividad:** Ama de casa

Lugar de procedencia: Los ejidos San Pablo Autopan

Preguntas de Entable

¿Hace cuánto tiempo cocina?

Yo desde la edad de 8 o 9 años

¿Quién le enseño a cocinar?

Me enseñaba mi mamá no hacían unos platillos uy así que diga pero veíamos como lo hacía y cuando decían una fiesta o así por ejemplo una boda o un bautizo pues veíamos nomás así qué se le echaba como para dorar el arroz 5 kilos 6 kilo pues no sabes pero se va uno a ayudar se arrima uno a dar jitomate, el chícharo si la verdura y ya nada más está viendo uno cómo lo están haciendo cómo van dorando el arroz qué tanto de agua le echan que ahora le van a echar el jitomate ya de ahí uno como que le va aprendiendo uno dice pues ahora yo me voy a aventar una cazuela de arroz Dios quiera que me salga bien, con miedo pero si lo hace

¿Para cuántas personas cocina usualmente?

Yo no vivo con nadie, entonces yo me tengo que hacer de comer sola, entonces cómo ahorita ya estaba yo cocinando

¿Qué es lo que más le gusta de la cocina?

Categoría: Alimentos tradicionales (historia)

1. ¿Cocina diariamente?

Si cocinamos todos los días, porque aquí no se usa que compre uno comida porque luego en veces Pues nos duele el estómago mejor preferimos cocinar

¿Cuántas veces al día?

Pues una hace la comida por ejemplo la del mediodía hace uno para comer ya para la tarde nada más se calienta, si sobra pues Almorzamos a la mañana ya mañana es otra cosita y así

¿Cuánto tiempo dedica a la cocina diariamente?

Preparando, todo junto sólo una hora al día, Prepara uno bien rápido

2. ¿Qué ingredientes utiliza principalmente?

Dependiendo también de la estación van cambiando, si lo vamos cambiando, que van surtiendo, van una cosa hoy mañana otra y así van así, por ejemplo yo ahora, está para saber, pero voy a hacer unos charalitos con nopales con chile rojo, y lo hago, frijoles lentejas, flores de calabaza, nopalitos, huazontles. Maíz, pero Pues ahorita el maíz pues le digo que ahorita no tenemos maíz compramos nomás tortillas las que hacen a mano porque de tortillería pues muy raro que las compremos entonces yo como estoy solita me compro $10 peso y ya eso me dura 3

¿Siempre ha utilizado los mismos ingredientes?

Yo sí, nos quedó como la tradición. si antes comíamos mucho pescado

3. ¿Dónde adquiere sus ingredientes?

Pues los compramos también, en el mercado en veces, pues aquí donde? Ahorita los bordes ya no sirven para pescar antes sí, crecieron mis hijos iba yo a traer pescado acociles ranas ajolotes, los pescadores que había, ahora ya se encontraron los bordos, ya no sirven si hay pero ya no sirven, que entra todo las aguas negras, después tenemos que comprar los charales verdad, igual ni sabemos de dónde vienen, pero comemos. Otros los sembramos, Si, yo tengo un cachito que era de mi esposo pero todavía sobra un pedazo por eso siembro unas calabacitas sus huazonclitos, flores de cempasúchil su acelga cómo es lo que gusten sembrar ahorita no sembramos porque jue atraso de la lluvia, como ya no regamos entonces ya no metemos aguas negras porque igual si sembramos si metemos aguas negras se siembra la verdura y nos duele el estómago nos da diarrea porque consume la tierra el agua negra antes no había agua negra era agua limpia y ahora ya no hay cosas limpias y así con la lluvia que viene pues ya es cuando la planta va creciendo digamos cuando no hay pues hay que regar aunque sea con agua de la llave ahí le están echando un poco de agua para que no se sequen. Hay un Bodega Aurrerá, cómo le diré solamente el jabón o que vaya uno a traer así, casi compran aquí en la recaudería depende como sea pero como aquí los nopalitos salen le digo que ahorita su esposo le gusta mucho este le gusta este sembrar la calabaza, mucho cultivar la calabaza y los nopales los riega y ahorita la Nopalera ya dio es cosecha, Yo también tengo pollo

¿Cuál es la razón por la que adquiere ahí sus ingredientes?

La tortilla la compramos porque el maíz ya no aguanta mucho quién sabe por qué por ejemplo cuando yo sembraba hace un año hace 2 años se empalomó el maíz luego le sale mucha harina le echa mucha polilla no dura nada el maíz, y de otras cosas le digo que ya no saca nada, también por ejemplo el mata hierba ese que le dicen se muere toda la hierba el trébol que no se diga, eso es lo que mató todo la vinagrera ahora y muy raro que salgan las vinagreras tenemos que ir a buscar a dónde salga un poquito y así pero antes pues salía mucha

4. ¿Qué platillos considera tradicionales de su comunidad?

Charales, pues yo lo hago revuelto con nopalitos cuando hay que quintoniles pues con quintoniles, o con vinagreras, o con flor calabaza ahí hay de diferentes cómo puedes flores de calabaza puede ser con nopalitos puede ser con papas puede ser con este con horas y vinagreras con quintoniles.

Los charales los acociles cuando había como nos lo preparaba los abuelos con vinagreras con chile rojo con hartos tepocates que se daban o pescaditos de este tamaño pues eran platillo sabroso entonces nos enseñaba a ella todo lo que nosotros comimos ya no lo hay alcanzaron un poco mis hijos pero ahora de la nieta ya no conocen por ejemplo la rana los tepocates, en veces no más lo enseñamos este gusanito comíamos nosotros qué dicen guácala cómo lo comían que se había parece víbora, este gusanito sabía bien rico y no tenía hueso yo sé porque yo iba a traerlos harto y era cuando yo los hacía de tamales los destripaba lo colgaba así de un tendedero grande como este tiempo ya no hay lo echaba a remojar y lo cocinaba yo con chile rojo y los hacía yo mira sabían bien sabroso porque mis papás me enseñó lo mismo el pescado en la carpa cuando íbamos a traer yo me gustaba agarrar altas carpas pero eran de este tamaño 5, 6 kg entonces llegaba yo y la abría yo lo mandaba a vender por mitad mandaba mis hijos cuando estaban más grandes vayan a echar este pescado el que sobra pues lo vendemos y yo les hacía unas cabezas así los hacía tamales y ya ellos son los que comían, o lo habría yo el pescado y así por partes les hacía yo sus tamales comían ellos o quieren caldo de pescado No queremos unos tamales ah bueno así le hacíamos y la rana también lo abría y lo hacía yo en tamal o si ya no querían pues ya lo colgaba igual así y cuando ya no había ya comíamos otra vez, así nos enseñaron mis papás mi mamá o sea que todo todas las cosas que nosotros comimos ahora ya no lo consumen los muchachos

El jocoque de leche también, yo ordeñaba mucho tenía vaca, yo ordeñaba, vendía la mitad de la leche y la mitad lo echaba yo en las ollas, cualquiera lo quería y ahora quién ahora no, y no y no hay leche pero no es como la leche natural, yo tomé mucha leche ordeñaba yo mis vaca primero mi vaso Llevaba yo en mi bolsa, primero le sacaba pero bien calientito me lo echaba a un vaso y seguía y ordenando

De estos platillos ¿cuáles elabora usted?

Yo todavía preparo de lo que hay, tortitas de haba, mole, arroz, Aquí pues le digo qué muchos se utiliza el mixiote también mixiote de pollo también con chile también lleva su chilaca, nosotros no le echamos nopales porque como que se le va el sabor mucho si le gusta mucho pero nosotros no, Y hay muchos que no le echan nada a la chilaca al moler nomás es pura chilaca así y no yo, yo le echó si por ejemplo digamos son 6 kilo de chilaca se va 3 kg de ajonjolí y ajo y cebolla para ir a molerlo y después cuando ya se va a envolver el pollo batir el chile yo lo muelo también suficiente ajo y cebolla y unas hojas de aguacate

¿Con qué frecuencia?

Pues diario y también en las fiestas

5. ¿Desde cuándo se elaboran y consumen los platillos tradicionales en la comunidad?

Desde los abuelitos yo me acuerdo

¿Existen recetarios?

No

¿Quiénes son los encargados de preservar las recetas?

Pues aquí todos, los hijos que ya se han casado pero viven aquí en el pueblo no salen de aquí, consumimos todo todavía enseñamos todavía comer el hongo de monte, el hongo de maíz, todo lo vamos juntar y pues todo comen, luego los chiquitos también van aprendiendo a comer todo eso y ya por el tiempo le digo a lo mejor los niños van a crecer con otras cosas de comer. Pues gracias a Dios Aquí le esculcamos, comemos quelites, porque si les inculcamos comer pura carne pues no les gusta comer los quelites es lógico, pues se acostumbran, por eso hay que meter unas papitas lo que venga, ahora sí se va acostumbrando pero sí dice yo le voy a meter bistec le voy a dar esto pues se van acostumbrando los jóvenes también y ya no quieren comer a lo de antes, eso no me gusta yo mejor me voy a la calle

6. ¿Hay platillos o ingredientes que tengan un significado especial?

Pues el que se da en muertos o en las bodas

¿Cuáles son y qué significado tienen?

Mole, verde o rojo

7. ¿Hay platos que elaboren entre toda la comunidad? ¿Con qué motivo?

En las bodas por ejemplo pollo y cerdo, sí también, surtido, porque aquí tiene la tradición que se le da mole a las personas que vienen a ayudar porque aquí buscamos, bueno entre la familia empiezan a llegar muchos, habitamos y vienen echar la mano aquí no se cobra, porque aquí a cocinar así hora gratis, tonses tenemos que prepararnos pa comprar el mole y darle su taquito cuando ellos ya se quieren ir a bañar y luego regresa ya de regreso

En la fiesta del Santo Patrono solamente que se juntan los mayordomos, mayordomos que hacen en su casa un mayor, que entonces todos su mayordomía que ahora son vamos a suponer que son hablar de 10 o de 15 esos todos son los que cooperan para hacer la comida entonces invitan otras personitas y esas son las que están en la procesión todas y cuándo regresan son los que van a comer toda esa comida, más ellos hay personas que también van

a esa procesión digamos voy yo va usted y ahí vamos y a todos nos sirve todos comemos cooperan ellos

aquí porque le digo que una fiesta todos vamos yo también voy, me meto a cocinar pero le digo a ellas enseñanza hacer arroz métanse vean sus Cazuelas yo ya nada más me voy a ir a tirar los botes o a ver qué hago vigilar nada más

Si la muerte también, también tumba a ir al panteón cuando enterrar el difuntito y venir toda la gente a la casa y lo mismo el novenario que son 9 días Pues aquí se ayuda uno al otro a cocinar a lo que se debe de dar entonces dicen a nosotros déjanos un rosario y ya nosotros traemos las cositas y ya nada más la de la mera día es la dueña del difuntito le toca el mero último día ya Entonces nosotros vamos a hacer esto pongan un té un café para darle de comer la cena para el levantamiento, ya mañana se paga la misa se hace mole dicen mis hijos pues vamos a dar puerquito para darle a la familia compadres que va levantar la cruz, pero también hay que hacer los pollos para darle su obsequio también, aquí sí y se le da un obsequio verdad hija, a los padrinos de la cruz, la familia pues todos ayudan a la misa al rosario con manos aquí sí

¿Qué significan para usted los alimentos tradicionales? ¿Cuál es la importancia que tienen para usted estos platillos?

Pues seguir con tradición, desde los abuelitos, pues así igual lo que hacemos llevamos la tradición no puede perder esta tradición igual veíamos cómo cocinaban de ahí pues le íbamos agarrando mi mamá sí, todo así no se pierde ahí vamos unas que otras pero ahí vamos

Categoría: Hábitos, factores sociales y culturales

8. De acuerdo con su experiencia ¿se han modificado los ingredientes y los platillos tradicionales de la comunidad?

Si, porque muchas cosas ya no hay y ahora hay muchas cosas que antes no había, ahora ya entró muchas cosas que antes no veíamos nosotros, un pan hasta dónde lo conseguíamos y cuánto costaba el pan? Un pambacito 5 centavos un pan bolillo 10 centavos, le digo a mis nietas cuando yo crecí el pambacito sabía mucho a piloncillo estaba bien bueno y delgadito el pan y ahora dice que es pambazo y trae más harina que ingrediente, unos pambazos viene bien grueso así hasta casi así porque nosotros sí crecimos con pambacito y con atolito de masa nos hacía mi mamá atole de masa este atole así con piloncillo

9. ¿Cuáles serían los principales cambios?

Porque muchos ya no cocinan por ejemplo las jovencitas hay muchas que ya no quieren cocinar por ejemplo en Toluca vamos a hablar que ahí casi no cocinan raras las que todavía cocina. Pues más que los platillos es cómo los hacemos, yo por ejemplo el metate, el molcajete, metate muy raro ahora ya no saben moler ahora muelen los dedos Jajaja No yo sí todavía, bueno pienso en el metate si tengo mi metate pero ya para que muelo

Subcategoría factores

10. ¿A que le atribuye el cambio que han sufrido los alimentos tradicionales?

¿Puede mencionar las razones económicas, sociales, culturales de esos cambios?

Como le digo antes nosotros no teníamos nada, no tenía estufa en ese entonces, todo era cocina abajo todo, con cazuela de barro, yo la utilizó como yo no me gusta la cacerola porque se enfría rápido la comida, si habré usado cazuela, frijoles en olla igual entonces nadie cocinaba con estufa porque no, raro los que en verdad lo tenían

11. ¿En qué afectan estos cambios a los alimentos tradicionales de la comunidad?

Por eso hay muchas enfermedades por eso el cáncer, entonces yo gracias a Dios hasta ahorita yo no sé qué es el cáncer ahorita sí me detectaron de los pulmones de tanto que nosotros cocinábamos abajo entraba el humo en las narices como si fumara mucho entonces pero gracias a Dios es por el humo de la leña entonces ya me dijo el doctor que llegue a tiempo y ya me dieron medicamento hasta me dieron oxígeno

¿Hay alimentos que se han perdido o modificado debido a los cambios?

Pues todo lo que sacaba del bordo, las ranas, los acociles, el trébol

12. ¿La comunidad ha resentido los cambios?

¿De qué formas?

Pues ahora ya hay que comprar las cosas, como las tortillas

Categoría: Identidad y preservación (cambios sociales y culturales)

13. ¿Considera que los alimentos tradicionales de la comunidad tengan algún riesgo de desaparecer?

Si yo digo por el tiempo ya pero pues quién sabe ahora de aquí a mañana los nietos quién sabe

¿Cómo ha observado este riesgo?

Pues que ya no hay muchas cosas que nosotros comíamos antes, yo a mis hijos si todavía les tocó pero a los chiquitos de ahora ya quien sabe

14. ¿Qué pasaría si se pierden algunos alimentos tradicionales?

¿Cree que cambiarían los hábitos y las prácticas alimentarias de la comunidad?

Pues ya no va a haber y van a buscar otras cosas de comer que ya no son de la tradición verdad

Subcategoría Identidad

15. ¿Considera que los alimentos tradicionales de su comunidad la hacen diferente de otras comunidades?

¿Cómo se siente al respecto?

Pues en San pablo si es todo igual, luego nada más a veces las personas lo hacen diferente

16. ¿Le parece que los alimentos tradicionales ayudan a su comunidad a mantener sus costumbres?

Si

¿Podría dar un ejemplo de las costumbres que se mantienen gracias a los alimentos tradicionales?

Las fiestas

17. ¿Cuál le parece que es la actitud de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

¿A qué cree que se debe esta actitud?

Pues depende cómo tengan un trabajo, ahorita en el pueblo las niñas todavía se les enseña a cocinar, bordar tejer todo eso les enseña todo depende, yo tenía mis hijas también les enseñé a bordar a tejer, porque todavía ahorita así como de grande todavía me gusta bordar, este enseña a bordar a tejer ves es una que otra mis nuera, al rato se casan ya llevan su servilleta, unas fundas

¿Considera que es una actitud positiva o negativa para la comunidad?

Pues depende la verdad si salen a trabajar o se quedan en casa

¿En qué cree que pueda afectar la respuesta de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

Pues ahorita por ejemplo los nopales ya están, ahí cortamos todos para comer cómo se da el nopal ahí, la flor de calabaza también ahí hasta las calabacitas aquí dice quiero una calabacita

se la van a traer y mira llegando se lo comen están bien sabrosas y pues después ya quien sabe si eso pase

¿Considera que es importante para su comunidad que se sigan elaborando alimentos tradicionales?

¿Por qué?

Pues porque es lo más bueno, yo a mí no me gustan los enlatados ni nada de eso, luego duele la panza.

Número de Entrevista: 1 **Duración**: 1:01:47 horas

Fecha: 20/08/2019 **Hora**: 11:58 horas

Lugar (ciudad y sitio específico): San Pablo Autopan, Toluca Estado de México, domicilio del entrevistado

Entrevistador(a): Bibiana González / Arlen Sánchez

Entrevistado(a): Verónica de Jesús González

Edad: 49 años **Género:** Femenino **Actividad:** Ama de casa

Lugar de procedencia: Los ejidos San Pablo Autopan

Preguntas de Entable

¿Hace cuánto tiempo cocina?

Pues desde chiquita, desde que me casé más

¿Quién le enseño a cocinar?

Nomás nos vemos, es que la señora hizo esto ah pues yo también lo voy a hacer como las tortitas de avena hacemos la tortita de avena

¿Para cuántas personas cocina usualmente?

Ahorita ya somos nada más dos

¿Qué es lo que más le gusta de la cocina?

Lo que me gusta es hacer lo que me gusta comer, pues como ahorita voy a nopales y pues sí se me antojan unos quelites voy corto unas malvas en una salsa roja me siento a comer para qué carne? Mi favorito son los corazones, así hervidos sin grasa como me hago tacos jajaja

Categoría: Alimentos tradicionales (historia)

1. ¿Cocina diariamente?

Si

¿Cuántas veces al día?

Tres, sí porque en la mañana desayunamos, luego comemos como luego cenamos

¿Cuánto tiempo dedica a la cocina diariamente?

Sí sólo una hora al día

2. ¿Qué ingredientes utiliza principalmente?

Pues los chiles los tomates jitomates tomate, cebolla, ajo, huazontles, acelga, carne rara vez, Como ahorita ya hay malvas allá en la milpa, maíz, pollo

¿Siempre ha utilizado los mismos ingredientes?

Si

3. ¿Dónde adquiere sus ingredientes?

Ándele así exactamente Si queremos unos chiles como les quitamos la pepa, lo secan y lo vuelven a sembrar igual los tomates jitomate también yo así cuando se echa a perder de mis tomates los echas en las macetas y salen los jitomates ahí tengo ahorita unos jitomates que se están cociendo igual los tomates pues lo aviento en la maceta y salen los tomates también y ya lo que no pues en la tienda o en la plaza. Aquí pues es la que se cultiva calabacitas, huazontles acelga, yo también tengo pollo

¿Cuál es la razón por la que adquiere ahí sus ingredientes?

Pues más cercas,

4. ¿Qué platillos considera tradicionales de su comunidad?

Mole, quelites, pero tortillas también, También su jocoque de leche

De estos platillos ¿cuáles elabora usted?

Charal, quelites, frijoles arroz. Yo hago cada tercer día, como le digo somos dos y pues a veces compro la masa a veces si hago yo el maíz

¿Con qué frecuencia?

Diario, de las tortillas pos hago un día y luego ya me alcanzan para después

5. ¿Desde cuándo se elaboran y consumen los platillos tradicionales en la comunidad?

Mmmm, yo me acuerdo desde antes de mi mamá

¿Existen recetarios?

No, no, O sea no hay nada

¿Quiénes son los encargados de preservar las recetas?

Pues nuestros hijos, yo digo no?

6. ¿Hay platillos o ingredientes que tengan un significado especial?

No

¿Cuáles son y qué significado tienen?

---

7. ¿Hay platos que elaboren entre toda la comunidad? ¿Con qué motivo?

En las fiestas qué se acostumbra pollo y carne de puerco de res, Carnitas, El mole también para los padrinos, más aparte lo que se da en la fiesta y el arroz, frijol y de la carnita

¿Qué significan para usted los alimentos tradicionales? ¿Cuál es la importancia que tienen para usted estos platillos?

Pues que antes digamos tenían todos sus ingredientes a la mano, iban a la milpa cosechaban, sembraban, iban al bordo. Sí sí casi toda la gente, así todo es más nutritivo más sano

Categoría: Hábitos, factores sociales y culturales

8. De acuerdo con su experiencia ¿se han modificado los ingredientes y los platillos tradicionales de la comunidad?

9. ¿Cuáles serían los principales cambios?

Pues que ahora ya venden la sopa maruchan, si hay pero pues depende las huevonas ya depende del sabor

Subcategoría factores

10. ¿A que le atribuye el cambio que han sufrido los alimentos tradicionales?

¿Puede mencionar las razones económicas, sociales, culturales de esos cambios?

Depende también que les den de comer en sus casas, yo por ejemplo sí trabajo un día a la semana en casa y aquí ahora unas que otras trabajan y pues no hacen de comer igual

11. ¿En qué afectan estos cambios a los alimentos tradicionales de la comunidad?

¿Hay alimentos que se han perdido o modificado debido a los cambios?

Sí eso ahora ya no hay pues eso sí ha cambiado, por ejemplo las muchachas de ahora dicen de los acociles, a poco se comían estas, también lo de, pues todo de semillas y pues, pues sí los acociles ya no

El pulque acostumbra todavía se toma pero aquí ya no hay magueyes nada más se compra el pulque también pero ya no es pulque natural también ya hacen el curado

12. ¿La comunidad ha resentido los cambios?

¿De qué formas?

No porque todo mundo hace su comida aquí todo el mundo cocina todos cocinamos, raro, aquí casi no escuchamos que nadie vaya eso todos cocinamos, pero ahora ya hay que comprar las cosas

Categoría: Identidad y preservación (cambios sociales y culturales)

13. ¿Considera que los alimentos tradicionales de la comunidad tengan algún riesgo de desaparecer?

Yo digo que si. Pues sí los quelites Pues sí, por la tierra que ya no es buena y luego porque los de ahora ya no saben qué es eso

¿Cómo ha observado este riesgo?

Pues que ya la gente no va a pescar ahora el charal se tiene que comprar

14. ¿Qué pasaría si se pierden algunos alimentos tradicionales?

¿Cree que cambiarían los hábitos y las prácticas alimentarias de la comunidad?

Pues ahora si que cada quien va comiendo de lo que hay, y si ya no hay se tiene que comprar o hacer otra cosa

Subcategoría Identidad

15. ¿Considera que los alimentos tradicionales de su comunidad la hacen diferente de otras comunidades?

Pues si porque estamos muy cerca pero aquí todavía siguen con su milpa y con sus ingredientes y los seguimos buscando aunque ya no los puedan sembrar porque es más nutritivo esto que eso

¿Cómo se siente al respecto?

Pues así siempre ha sido

16. ¿Le parece que los alimentos tradicionales ayudan a su comunidad a mantener sus costumbres?

¿Podría dar un ejemplo de las costumbres que se mantienen gracias a los alimentos tradicionales?

Pues el día de la fiesta, aquí el platillo más importante es el mole rojo o mole verde como quieran pero es el más el mole rojo, o también cuando se casan, se les dan canastos grandes a los padrinos guajolote entero así vivo aparte su comida que se les da los padrinos aquí son así

17. ¿Cuál le parece que es la actitud de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

Yo mis hijas si comen de todo eso todavía, pero ya de aquí mañana sus hijos de ellos ya no, a lo mejor ya no los van a conocer

¿A qué cree que se debe esta actitud?

Pues muchas cosas ya no hay

¿Considera que es una actitud positiva o negativa para la comunidad?

Eso si quién sabe

¿En qué cree que pueda afectar la respuesta de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

Pues es malo, yo creo por eso hay ahora muchas enfermedades

¿Considera que es importante para su comunidad que se sigan elaborando alimentos tradicionales? ¿Por qué?

Sí porque son de lo que antes se comía, de lo que sembramos, y están más ricas estás cosas que las otras

Número de Entrevista: 1 **Duración**: 1:01:47 horas

Fecha: 20/08/2019 **Hora**: 11:58 horas

Lugar (ciudad y sitio específico): San Pablo Autopan, Toluca Estado de México, domicilio del entrevistado

Entrevistador(a): Bibiana González / Arlen Sánchez

Entrevistado(a): Aracely Cayetano Gómez

Edad: 39 años **Género:** Femenino **Actividad:** Ama de casa

Lugar de procedencia: Los ejidos San Pablo Autopan

Preguntas de Entable

¿Hace cuánto tiempo cocina?

Yo desde que me casé

¿Quién le enseño a cocinar?

Viendo nada más

¿Para cuántas personas cocina usualmente?

Nosotros somos cinco

¿Qué es lo que más le gusta de la cocina?

Categoría: Alimentos tradicionales (historia)

1. ¿Cocina diariamente?

Si

¿Cuántas veces al día?

Dos porque en la mañana es desayuno, puede ser un té una leche o cereal para los niños con leche para la escuela nada más

¿Cuánto tiempo dedica a la cocina diariamente?

Pues a veces pasado de media hora una hora, a más tardar una hora, Pero por cada comida, no

2. ¿Qué ingredientes utiliza principalmente?

Chile tomate cebolla ajo, chilaca también, calabaza, Verduras, carne ahorita está carísimo, verdolagas, acelgas espinacas flores de calabaza, frijoles arroz sopa, charales, pescado seco

¿Siempre ha utilizado los mismos ingredientes?

Pues antes cuando era niña yo sí comía mucho pescado, ahora ya casi no

3. ¿Dónde adquiere sus ingredientes?

Yo también siembro, si, sí completo el tomate en el mercado los martes. Sí también ella echa las semilla de vinagrera también salen sus maceta, yo tengo pollo no voy a centro comercial, antes Si hasta tenían los borregos o la vaca ahora todo es comprado en la recaudería

¿Cuál es la razón por la que adquiere ahí sus ingredientes?

Lo que sembramos es más natural, y lo que se compra pues porque el pescado fresco del bordo ahorita ya no se consigue o sea sí pero comprado pero antes yo recuerdo que era todo lo que se comía el pescado sacado del bordo ranas acociles mucho quelite que se que se cortaba en las milpas y yo recuerdo que yo vivía por el río y en este tiempo mi mamá nos

decía vayan a traer vinagreras y nuestra abrazadota de vinagreras o vayan a traer corazones y nuestra abrazada de corazones o vayan a juntarme unas malvas y salíamos con nuestra abrazada y ahorita pues ya con el mismo fertilizante Se está perdiendo todo eso

4. ¿Qué platillos considera tradicionales de su comunidad?

Qué decía que los charales, Pues sí yo todavía porque mi mamá lo hacía también, bueno quelites

Si eso todavía

De estos platillos ¿cuáles elabora usted?

Yo todavía el arroz, frijoles, quelites, vinagreras, los charales, los tamales

¿Con qué frecuencia?

Pues lo que se nos va antojando y dependiendo el tiempo que tenga

5. ¿Desde cuándo se elaboran y consumen los platillos tradicionales en la comunidad?

Yo todavía me acuerdo de cuando mi abuelita cocinaba

¿Existen recetarios?

No que yo sepa

¿Quiénes son los encargados de preservar las recetas?

Las mamás van enseñando nada más viendo

6. ¿Hay platillos o ingredientes que tengan un significado especial?

Aquí nomás lo que se hace en la feria que se hace en el pueblo pero es el santo patrono

¿Cuáles son y qué significado tienen?

Pues es el mole, el arroz

7. ¿Hay platos que elaboren entre toda la comunidad? ¿Con qué motivo?

Si, lo que se da en la boda, los 15 años bautizo primera comunión, confirmación, el velorio, cuando alguien tiene una fiesta vamos y luego cuando nos toca a nosotros ya los vamos a invitar y ya vienen a ayudar la familia, los vecinos porque aquí no se contrata para que hagan la comida

¿Qué significan para usted los alimentos tradicionales? ¿Cuál es la importancia que tienen para usted estos platillos?

Pues es que es la historia, es lo que siempre hemos comido, la gente de antes yo me acuerdo las cosas que hacían y que ahora ya se van perdiendo y los jóvenes ya no saben de eso que era más bueno y más sabroso

Categoría: Hábitos, factores sociales y culturales

8. De acuerdo con su experiencia ¿se han modificado los ingredientes y los platillos tradicionales de la comunidad?

Pues nada más unos. Yo así que diga no del mole no, de hierbas y otras cosas si porque ahorita ya les dan eso y dicen Ay a poco andas comiendo eso yo no le dice ay sí está bien rico como mi hijo apenas le invité un taco de trébol así crudo con su cebollita y su jitomatito ensalada y yo se lo di y decía mamá esto está muy horrible y le digo a ver pruébalo y ya me dices si sí o no y ahora diario quiere estar comiendo trébol dice pues es que está bien rico está bien rico

9. ¿Cuáles serían los principales cambios?

Yo siento que unos, verdad?

Pues ya ahorita a mis hijos les gusta su sopa de arroz o cómo dice su pollo con verduritas pero ya haga de cuenta que si yo compro quelites y se los pongo es como ay y esto cómo se come, yo le digo pues en taco con su salsa de chilaca bien frititos pues saben bien ricos y entonces ellos pues antes cuando estaban chiquitos les daba y no les gustaba y ahorita que ya tengo mis señoritas les doy un taco y me dicen mami a poco esto comías? Sí, mi mamá acostumbrada matar pollo pero casero pollo de casa y ahorita pues ya es todo pollo pero comprado carne comprada

Subcategoría factores

10. ¿A que le atribuye el cambio que han sufrido los alimentos tradicionales? ¿Puede mencionar las razones económicas, sociales, culturales de esos cambios?

Pues de las mamás lo que vayan enseñando, ahora si que yo creo que va dependiendo no, porque yo mis hijas prefieren mil veces comer en la casa pues sí en la escuela si se compran algo se comen algo ligero no, unas enchiladas o algo, para comer prefiere mil veces en la casa la comida, pero pues ya la mayoría a qui en San Pablo trabaja de mujeres, porque yo recuerdo que cuando yo iba creciendo una que otra casi ni se veía eso pero ahorita ya la mayoría que pues ya salen a trabajar se ayudan entre pareja no, y ya no preparan lo mismo porque yo recuerdo que antes se casaban y a su casa y ahorita la mayoría ya no, tienen dos tres niños y ya se salen a trabajar

11. ¿En qué afectan estos cambios a los alimentos tradicionales de la comunidad?

No pues ya ahorita ya tenemos gas, más fácil, todos tienen estufa ahorita ya gracias a Dios pero para las fiestas no ahí también se utiliza leña como antes es más fácil, sí porque calienta más rápido las cazuelas para que esté rápido la comida, porque en gas no tarda es muy lento si hay parrilla pero no es cosa como la leña más rápido más rico

¿Hay alimentos que se han perdido o modificado debido a los cambios?

Los quelites, que luego ya no halla uno y tiene que comprar o las ranas y los acociles

12. ¿La comunidad ha resentido los cambios?

¿De qué formas?

Bueno, pues que ahora por eso hay muchas enfermedades por que consumen muchos botes de lata de verdura, la sardina, chilitos, los chilitos curados, mucho se consume, nosotros cosas en lata no compramos,

Categoría: Identidad y preservación (cambios sociales y culturales)

13. ¿Considera que los alimentos tradicionales de la comunidad tengan algún riesgo de desaparecer?

Si, yo veo que si,

¿Cómo ha observado este riesgo?

Pues que las personas cambian lo que comen, a lo mejor ellos consumirían más otras cosas diferentes a lo que nosotros nos enseñaron

14. ¿Qué pasaría si se pierden algunos alimentos tradicionales?

¿Cree que cambiarían los hábitos y las prácticas alimentarias de la comunidad?

Si porque ya muchas cosas se dejan de usar, ya casi no se va al molino a moler, ya no se usa el metate, el molcajete

Subcategoría Identidad

15. ¿Considera que los alimentos tradicionales de su comunidad la hacen diferente de otras comunidades?

Pues que yo sepa pues si es diferente de Toluca

¿Cómo se siente al respecto?

Pues que lo de nosotros es más rico y más nutritivo

16. ¿Le parece que los alimentos tradicionales ayudan a su comunidad a mantener sus costumbres?

Yo digo que si con la siembra pero eso ya se va acabando

¿Podría dar un ejemplo de las costumbres que se mantienen gracias a los alimentos tradicionales?

Pues ir a cocinar a las fiestas, también que aquí tomamos hierbitas de las de antes todavía, los tés, hierba de aquí casera que sea natural no compramos los sobrecitos , diario cambiamos que ya me aburrí de la manzanilla pues ahora voy por el cedro o te de limón, tenemos una planta limón pues voy por unas hojitas a que ya se me antojó un té de hierbabuena pues voy a cortar porque ahí también tenemos o sea qué se va variando aquí tenemos en la mano también todas esas yerbitas no compramos ningún te eso es lo que hacemos, sí así es aquí, es mejor, más sano.

17. ¿Cuál le parece que es la actitud de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales? ¿A qué cree que se debe esta actitud?

Bueno yo mis hijas son jovencitas este ahorita una de 16 y una de 15, ahorita desde chiquitas les decía ayúdame a moler la salsa, ayúdame a picar, pícame mis papás pícame mis nopales o voy a hacer esto y asáme aquí friéme acá, igual ahorita o hazme una sopa o Hazme unas papas o Hazme esto y ellas Ya solas hacen sus cosas, yo nada más les digo, lava los trastes. Bueno yo les he inculcado en principio desde chiquitas les digo ayúdame no se hagan lo que ustedes puedan una sopa unas papas una salsa, cómo le digo porque dios quiera ahorita yo estoy mañana no me enfermo como estoy en un hospital como van a decir no como porque no está mi mamá, nunca porque, les digo nada más las flojas son las únicas que no se acercan, pero ustedes desde ahorita aprendan Aunque sea a moler se una salsa y que las veces que no he estado y ya llegó me dicen Mami ya hicimos tacos de esto O ya hicimos comida de esto o sea ya ellas ya no me esperan porque ya Ellas ya lo que encuentran ellas solas hacen, Y sí pues yo digo es bueno para ellas, porque gato se casan jovencitas y así no es que yo no sé ni hacer una sopa toda quemada y una celadora y toda la sopa toda quemada y le digo no cuando ya va a la mitad la sopa le bajan la Flama y se Dora suavecito y también le digo una cosa también para guisar es con amor y es con amor y como si lo fueras a ser para ti aunque vayas en cualquier lado, siempre dorando, todo con amor te queda rico Porque si nada más cocinas de ahí se va como quiera y ya como sepa le digo a veces la comida tiene sabor pero también la comida tiene cómo decirle cocinarlo con amor y hacerlo con amor también el fin de que sea rico su sazón dijeran porque a veces decimos ahí es que tiene buen sabor pero a veces

nada más decimos por lo que le puso lo que le echó, pero también esas son tiene que ver con el amor con que lo cocine

¿Considera que es una actitud positiva o negativa para la comunidad?

Pues yo digo que no es bueno

¿En qué cree que pueda afectar la respuesta de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

Bueno yo, a veces mis hijas dice mami que se me antojó una sopa maruchan y le digo mira te preparó una sopita de fideo y ya cuando se la comen calientita le pones tantita salsa valentina y su limoncito y le mueven y vas a ver qué te sabe más rica que la sopa maruchan y entonces le digo hagan la prueba y me dicen si no entonces yo les preparó su sopita y le ponen su salsa valentina y su limoncito y dicen ay sí es cierto sabe más rica que la sopa Maruchan Jajaja.

¿Considera que es importante para su comunidad que se sigan elaborando alimentos tradicionales?

¿Por qué?

Si porque lo natural tiene un sabor diferente, porque no es lo mismo a que vayamos y compremos, mejor si un día dice mi hija mami dame para unos frijoles refritos para cuando hacen su milanesa o algo así y no tengo frijoles y dice mami se me antojaron unos frijoles refritos y van y lo compran y digo si están ricos pero no me saben igual no es lo mismo a que yo se los haga y se los vuelvo a referir y ya se los aplaste y ya con su cebollita bien picadita porque saben bien diferentes los frijoles, de bote a los de aquí le digo porque los de aquí son naturales y los de allá son procesados y quién sabe cuánto tiempo

Número de Entrevista: 2 **Duración**: 32:59 minutos

Fecha: 27/08/2019 **Hora**: 12:10 horas

Lugar (ciudad y sitio específico): San Pablo Autopan, Toluca Estado de México, oficinas de la delegación de San Pablo Autopan

Entrevistador(a): Bibiana González / Arlen Sánchez

Entrevistado(a): Paz Téllez González

Edad: 42 años **Género:** Femenino **Actividad:** Empleada de la delegación

Lugar de procedencia: Barrio de Jesús Primera Sección, San Pablo Autopan

Preguntas de Entable

¿Hace cuánto tiempo cocina?

Antes de los 15 años yo creo

¿Quién le enseño a cocinar?

Sí pues es que aquí todo se aprende así, viendo, aquí por ejemplo a mí me enseñaron o lloviendo así veo cómo se cocina cierta comida y no lo anotó yo todo me lo grabó y así pasa

¿Para cuántas personas cocina usualmente?

Cinco casi siempre

¿Qué es lo que más le gusta de la cocina?

Pues yo creo que lo más rápido pollo bistec por ejemplo yo tengo tres hijos dos de ellos y cocina también lo mismo o sea pero a veces ya no es tanto natural sino comida procesada como el chicharrón en salsa verde con habitas

Categoría: Alimentos tradicionales (historia)

1. ¿Cocina diariamente?

No diario ahorita ya no me da tiempo de cocinar diario pero ahorita ya no ya no me da tiempo pero cuando tengo tiempo si cocino, yo tengo quien me ayude a hacer la comida también es comida casera pero pues cuando definitivamente no hay quien cocine pues un huevito frito y nada más

¿Cuántas veces al día?

Una nada más

¿Cuánto tiempo dedica a la cocina diariamente?

Pues entre una hora o una hora y media cuando se cocina una comida regional

2. ¿Qué ingredientes utiliza principalmente?

Pues productos locales de aquí de la comunidad, Sí incluso tengo sembrados varios tomates acelgas siembro huazontles son naturales de aquí tengo también unos jitomates y de chiles manzanos, el tomate, el chile la pepita de calabaza las pepas de los chiles también son importantes

¿Siempre ha utilizado los mismos ingredientes?

No porque eso es en cuestión de la comida aquí las presas estaban muy limpias y se pescaba había charalito había acociles, ajolotes, ranas, pescado y había tepocates qué son los renacuajos y se hacía una comida aquí las mamás preparaban eso en salsa roja los charales, los acociles con vinagreras recuerdo que mi mamá al guajillo le molía masita para que estuviera espesito y era una comida pero ahorita ya no comemos eso porque las presas de aquí ya son muy sucias

3. ¿Dónde adquiere sus ingredientes?

Pues como ya no encontramos cosas naturales como antes ahora lo tenemos que comprar y no sabemos si está limpio a mi mamá le gustaba pescar mucho mucho mucho era una de las personas que salía y pescaba y en época de que se vaciaban las presas del agua ella llegaba con sus costales de pescado a la casa y lo secaba los colgaba lo secaba con sal y ya en la temporada de que no había pescado pues eso era lo que comíamos

¿Cuál es la razón por la que adquiere ahí sus ingredientes?

Pues es que antes se sembraba mucho y se iba a los bordos a pescar pero como les digo ya ahora no se puede

4. ¿Qué platillos considera tradicionales de su comunidad?

Un platillo tradicional de aquí de la comunidad que mucha gente lo hacía y mi mamá también lo hace es de cocinar los charales con papas también en salsa de guajillo con Pepita de calabaza es una comida muy de aquí este se podía hacer todo el año otra comida tradicional que se hacía mucho aquí son las calabazas con elotes en su jugo con epazote a la mexicana con calabacitas naturales de aquí en esta temporada también mucha gente come las flores de calabaza con charales pero así digamos solamente en agüita así con las venas de los chiles y la cebolla y el epazote es la comida tradicional de aquí entonces mucha gente se come en esta temporada eso.

También había el maicito que supuestamente se comían los ratones ese es un tipo de pozole dulce también riquísimo porque era el maíz que se partía decían ellos que era porque se comió el ratón y nosotros escogimos todo ese maicito pero pues era prácticamente maíz a la mitad y de ese maíz se pone a remojar de un día para otro y se cocía como el maíz para el pozole y se hace un pozole pero dulce se le ponía canela azúcar piloncillo y se cocía el maicito

De estos platillos ¿cuáles elabora usted?

Pues las calabazas, las flores de calabaza, los charales, yo ya no hago ni tamal agrio, ni el atole ni el pozole dulce

¿Con qué frecuencia?

Pues cuando es temporada

5. ¿Desde cuándo se elaboran y consumen los platillos tradicionales en la comunidad?

Eran los abuelitos quienes lo hacían

¿Existen recetarios?

No, no se tiene nada de eso

¿Quiénes son los encargados de preservar las recetas?

Quienes más elaboran esta comida que son los abuelos los bisabuelos tatarabuelos y una que otra persona que aprendió hacer los platillos

6. ¿Hay platillos o ingredientes que tengan un significado especial?

Yo creo que si

¿Cuáles son y qué significado tienen?

El día de la cruz se hace un atole de olote quemado, un atole que no a todos les gusta porque está como entre salado y dulce pero es muy rico

7. ¿Hay platos que elaboren entre toda la comunidad? ¿Con qué motivo?

Pues aquí en la comunidad la gente se junta para cuando va a haber una fiesta grande

¿Qué significan para usted los alimentos tradicionales? ¿Cuál es la importancia que tienen para usted estos platillos?

Pues es que era nuestro, lo tradicional de la comunidad, de hecho eso era como más natural la comida de aquí porque íbamos a la presa y había de comer y vamos a otro lado y había de comer aquí también había una frutita los talayotes era una frutita alargada verde me dice mi mamá que era como un chile si como si fuera un chile manzano era verde y se daba mucho

aquí en el cerro ahorita ya no se da y ya no se come y la gente actualmente no los conoce y se pierden esas cosas buenas

Categoría: Hábitos, factores sociales y culturales

8. De acuerdo con su experiencia ¿se han modificado los ingredientes y los platillos tradicionales de la comunidad?

Pues si, pues porque ya va uno creciendo y uno ya no lo hace, por ejemplo yo ya no cocino igual que mi mamá, como el atole, en mi caso yo no lo sé hacer lo hacía mi mamá y así se han perdido muchas cosas, de ingredientes que ya ni conocemos

9. ¿Cuáles serían los principales cambios?

Hay personas que han tratado de conservar todo esto pero hay personas que no entonces hay gente que si come comida procesada y gente que no. Yo me acuerdo que iba a cuidar mis borregos y vacas con mi abuelita haya una de las presas entonces mi abuelita se cargaba sus tortillas con salsa Con salsa pero ya estando en el bordo como estaba limpio había unos quelites de agua este que uno se mete a cortarlos a limpiarlos y se le pone al taco y eso era lo que comíamos, ahora ya la gente no hace eso

Subcategoría factores

10. ¿A que le atribuye el cambio que han sufrido los alimentos tradicionales?

¿Puede mencionar las razones económicas, sociales, culturales de esos cambios?

Pues es que empezaron a meter los drenajes yo creo que esto ya tendrá como unos 27 años todavía hace 27 años recuerdo que íbamos a pescar acociles los charalito el pescado, toda la comunidad iba veía usted mucha gente veía pasar a una persona con sus maclas era una red así redonda con un palo alargado pero era una red se llamaban maclas como un tipo cucurucho y veían pasar mucha gente que iba a las presas todos llevaban su macla para pescar acociles pescado charal es lo que cayera en la macla pero iba muchísima gente a veces veía usted un camino y toda la gente y va formada porque en cierto lugar se vaciaba el bordo o sea la presa se vaciaba y entonces toda la gente pescaba y llevaba a su casa sí ahorita ya no hay mucho de eso

11. ¿En qué afectan estos cambios a los alimentos tradicionales de la comunidad?

Ahorita ya se dejó de comer mucho el pescado

¿Hay alimentos que se han perdido o modificado debido a los cambios?

Si como el atole que le digo, mi mamá nos decía que a veces eso lo consumían también como una sopa, como nosotros ahorita una crema de calabaza, ellos preparaban una salsa y ya eso le echaban y era como una comida

12. ¿La comunidad ha resentido los cambios?

¿De qué formas?

Si por ejemplo la gente de aquí de San Pablo las señoras que sabían pescar o que juntaban vinagrera hacían tortillas e Iban a Santiaguito la comunidad de Santiaguito para que llevaban esa comida y se iban caminando de aquí hasta Santiaguito que pertenece ya me parece al municipio de Almoloya Bueno pues porque allá elaboran Cazuelas y ollas jarritos platitos Entonces ellos llevaban pescado lo que aquí sobraba lo llevaban allá para hacer un trueque un cambio yo llevo mis acociles mis tortillas y tú me las cazuelas Las Ollas los jarritos todo se llevaba y entonces aquí bueno se han perdido todas esas cosas bueno por ejemplo yo recuerdo que era muy niña cuando aquí se iba el agua cuando nos quitaran el agua en las casas y mucha gente se iba a lavar al bordó ahí en las piedras la lleva la ropa y todas esas actividades ya no se llevan a cabo

Categoría: Identidad y preservación (cambios sociales y culturales)

13. ¿Considera que los alimentos tradicionales de la comunidad tengan algún riesgo de desaparecer?

Desafortunadamente si, le digo que todo lo que yo comía de niña muchas cosas ya no se saben preparar o simplemente ya no se encuentran por la contaminación

¿Cómo ha observado este riesgo?

Hay personas que han tratado de conservar todo esto pero hay personas que no entonces hay gente que si come comida procesada y gente que no

14. ¿Qué pasaría si se pierden algunos alimentos tradicionales?

¿Cree que cambiarían los hábitos y las prácticas alimentarias de la comunidad?

Pues se van perdiendo las tradiciones como ir a pescar, bañarse en el bordo, la siembra de varios productos, se van perdiendo valores

Subcategoría Identidad

15. ¿Considera que los alimentos tradicionales de su comunidad la hacen diferente de otras comunidades?

Pues si, como le digo antes aquí había productos que en otros lados no y por eso las señoras iba a hacer trueques

¿Cómo se siente al respecto?

Pues es que eso era lo más bonito porque la comida tradicional de aquí no la había en otros lugares y a la gente le gustaba

16. ¿Le parece que los alimentos tradicionales ayudan a su comunidad a mantener sus costumbres?

Pues como lo del atole y los tamales agrios de haba si, porque ahora ya se dan otras cosas de comer y ya la fecha no tiene el mismo significado porque ya se puede comer cualquier cosa que uno quiera

¿Podría dar un ejemplo de las costumbres que se mantienen gracias a los alimentos tradicionales?

Pues la siembra de los diferentes tipos de maíz, o hacer el mole

17. ¿Cuál le parece que es la actitud de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

Como que ya no les importa

¿A qué cree que se debe esta actitud?

Pues es que ellos ya tienen otro estilo de vida, y es precisamente por eso que se va perdiendo la gastronomía por el estilo de vida

¿Considera que es una actitud positiva o negativa para la comunidad?

Pues no está bien porque hay que rescatar lo que propio de nosotros

¿En qué cree que pueda afectar la respuesta de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

Afecta porque nosotros ahora aquí en la comunidad hacemos hincapié de que las enfermedades como la diabetes el cáncer que es lo que se da más en nuestra comunidad es originado por la comida procesada, entonces anteriormente pues decía que no se enfermaban mucho Incluso no había personas gorditas porque caminaban mucho y comían cosas naturales como los quelites las habas que son de aquí los frijoles antes yo me acuerdo que mi mamá sembraba mucha haba y sembraba frijol Entonces en este tiempo había mucho ejote y el ejote lo hacía con huevo de casa de gallinas de guajolotes Y eso era lo que comíamos, comíamos pollo pero pollo que era de aquí criollito

¿Considera que es importante para su comunidad que se sigan elaborando alimentos tradicionales?

¿Por qué?

Si porque eso ayuda a que la gente siga saludable más tiempo porque es mejor que los alimentos procesados, además es bueno saber lo que antes había aquí en la comunidad

Número de Entrevista: 2 **Duración**: 32:59 minutos

Fecha: 27/08/2019 **Hora**: 12:10 horas

Lugar (ciudad y sitio específico): San Pablo Autopan, Toluca Estado de México, oficinas de la delegación de San Pablo Autopan

Entrevistador(a): Bibiana González / Arlen Sánchez

Entrevistado(a): Carmen Martínez González

Edad: 53 años **Género:** Femenino **Actividad:** Empleada de la delegación

Lugar de procedencia: Barrio de Jesús Primera Sección, San Pablo Autopan

Preguntas de Entable

¿Hace cuánto tiempo cocina?

Más de 35 años yo creo

¿Quién le enseño a cocinar?

Pues yo veía a mi mamá y luego ya empecé a cocinar sola

¿Para cuántas personas cocina usualmente?

Para mi esposo y yo

¿Qué es lo que más le gusta de la cocina?

Pues todo la verdad

Categoría: Alimentos tradicionales (historia)

1. ¿Cocina diariamente?

Ahorita ya no siempre

¿Cuántas veces al día?

Cuando hacía diario pues dos veces

¿Cuánto tiempo dedica a la cocina diariamente?

Pues más o menos una hora o hora y media cuando no pues ya nada más todo lo tienen ahí así rápido

2. ¿Qué ingredientes utiliza principalmente?

Nopal, atún, jamón, queso, chilaca, pollo, flores de calabaza, huazontle, tomates, jitomates, chiles, habas

¿Siempre ha utilizado los mismos ingredientes?

Pues antes no había que atún o jamón, antes eran más quelites y pescado, pescado seco, verdolagas

3. ¿Dónde adquiere sus ingredientes?

Pues en el mercado los martes, a veces en la tienda, en la recaudería vamos a las tortillas o en lo que sembramos

¿Cuál es la razón por la que adquiere ahí sus ingredientes?

Puyes es que ahorita como le decía ya no tengo tiempo de nada, luego estamos aquí (en la oficina) hasta bien tarde

4. ¿Qué platillos considera tradicionales de su comunidad?

las tortas de flores de calabaza rellenas con atún o queso capeado en salsa verde también el nopal lo que es en la temporada se hace nopales ahogados se hacen nopales rellenos ya sea con atún jamón queso o lo que tú quieras lo haces capeado en jitomate pero es comida tradicional de aquí y las vinagreras que aquí hay en las milpas también es con charal o con pescado. También hay un tamal qué se hace cuando los abuelos de antes Bueno cuando ellos lo hacían el tamal agrio que es del nixtamal cuando lo hacían era el de haba cocían el maíz amarillo el morado o el negro cualquiera de eso se agarra y luego cosen las habas y se ponen a moler en el metate y ya lo hacían yo veía mi abuelita ponía su metate y hacían unas como tipo bolitas los amasaban de un color y luego del otro color y luego el haba y como que al último quedaban como torcidos los dos que daban los tres colores hacían en el metate hacían uno mismo y luego ya se ponían a cortar los trocitos y envolverlos en hoja verde pero dejaban agriar la masa si con hoja verde de maíz ahorita como está el maíz se cortan las hojas las limpian y ahí echaban la masa y empezaban a envolver y quedaban como triangulitos y eran para las fiestas como ahorita que acabamos de pasar la fiesta de aquí de agosto las abuelitas preparaban el mole preparaban los tamales agrios que es una masa que se dejaba agriar de un día para otro y esa masa la atendían en el metate con el haba molida heladera con cáscara

pero la ponían a cocer con tequesquite y se hacía como café entonces de ahí tendrían toda la masa iban quitando de pedacitos la masa y la iban envuelven en la hoja verde del maíz y luego hacían unos tamalotes así grandotes que envolvían la hoja y eran los que ponían primero y luego ya los cortaban en rebanaditas y estaban bien sabrosos hasta la presentación era especial había chiquito se había grandes la calabaza en dulce también el chilacayote el Tejocote en el dulce. Y luego también está el atole de pinole se muele el maíz negro no lo endulzan con azúcar pero era mejor con piloncillo aunque ahora le pones la lechera y sabe más rico. También los sacamiches que son unos como oruga pero peludas que se dan en un cierto tiempo más o menos como en mayo mayo junio y luego todo el patito está lleno son como azotadores pero son negros y se alimentan de puro pasto entonces aquí también las abuelitas salían a juntar mucho eso había montones de eso y venían y no sé si lo servían o los freía creo que lo servían con sal y ya cocidos dejaban una consistencia un poco rasposita en la garganta pero dos o se alimentaba también la gente de los sacamiches ahora ya no también de los tlaxcales de los hongos hongos de maíz los tlaxcales esos lo sacan solamente cuando hay elote tamal de elote.

De estos platillos ¿cuáles elabora usted?

Por ejemplo los corazones nada más se hacen al vapor ya sea que o se fríen o los cosen con tequesquite para que sepan más dulcecito el huazontle. Los tlaxcales todavía se elaboran por ejemplo ahorita que hay elote se muele y hacen sus gorditas esto es de consumo de las casas a veces muy raras veces los andan por ahí vendiendo cuando hay es cuando uno come mucho de eso yo me acuerdo cuando era niña agarraba mi mamá y hacía figuritas y mi abuelita hacía figuritas muñequitos estrellas lunas triangulitos y ya sean un chiquihuite y era lo que nos daban de comer con atole de elote. Si todavía yo cuando puedo hago tamales de huazontles eso llevan huazontles picado en crudo llevan cebolla picada chiles manzanos y sea más así le pone su sal y ya prepara si quieres le pones queso si no así nada más y saben bien sabrosos esos tamales también hago una sopa de verduras, huazontles fritos, habas ejotes y salsas de molcajete rojas con guajillo y salsa verde pero en molcajete

¿Con qué frecuencia?

A mi si me gusta comer seguido eso, siempre que podemos comemos calabazas o las tortas de flor de calabaza que le digo

5. ¿Desde cuándo se elaboran y consumen los platillos tradicionales en la comunidad?

Uy desde siempre yo creo, desde los tatarabuelos más atrás

¿Existen recetarios?

No aquí no se hace eso nunca se ha hecho

¿Quiénes son los encargados de preservar las recetas?

Pues uno, cada quien conforme los vaya preparando o ya no

6. ¿Hay platillos o ingredientes que tengan un significado especial?

En las fiestas que son los platillos más tradicionales,

¿Cuáles son y qué significado tienen?

Pues es el mole el arroz los tamales los frijoles las carnitas el arroz los mixiotes, mole verde, mole rojo

7. ¿Hay platos que elaboren entre toda la comunidad? ¿Con qué motivo?

Las carnitas, los moles, los tamales para las fiestas

¿Qué significan para usted los alimentos tradicionales? ¿Cuál es la importancia que tienen para usted estos platillos?

Significan cómo le dijera, que eso es lo de antes, son importantes porque eso era lo que veíamos de los abuelitos y nos enseñaba y ahora ya no se enseña, ya va uno a comprar tortillas o cosas más diferentes que no son tan buenas

Categoría: Hábitos, factores sociales y culturales

8. De acuerdo con su experiencia ¿se han modificado los ingredientes y los platillos tradicionales de la comunidad??

Pues si un poco

¿Cuáles serían los principales cambios?

Pues antes no se ponía atún a los nopales ni jamón, nada más era la verdura con su cebolla y su epazote y chiles

9. De acuerdo con su experiencia ¿se han modificado los platillos tradicionales de la comunidad?

¿Cuáles serían los principales cambios?

Pues eso, que ya a las recetas se les pone azúcar en lugar de piloncillo o la lechera o para las torticas capeadas ya se pone atún o queso o lo que más hay ahora es el chicharrón

Subcategoría factores

10. ¿A que le atribuye el cambio que han sufrido los alimentos tradicionales?

¿Puede mencionar las razones económicas, sociales, culturales de esos cambios?

Pues es que uno como yo ya no tiene el tiempo o ya no se saben las recetas como antes o también de los esos sacamiches ya no hay, ya va uno al campo y ya no los encuentra, antes estaba el pasto lleno

11. ¿En qué afectan estos cambios a los alimentos tradicionales de la comunidad?

Muchos ya se van perdiendo la verdad, ya no cocina uno como las mamás de antes

¿Hay alimentos que se han perdido o modificado debido a los cambios?

Si, unas cosas se han cambiado, otras hay nuevas, antes no había tanta carnitas, y se hacían más guisos porque había más maíz, bueno aquí todavía se siembra el blanco, amarillo, rojo, morado, negro que le llaman pero ya no toda la gente, antes las señoras hacían sus tortillas y ahora compran y ya no saben igual

12. ¿La comunidad ha resentido los cambios?

¿De qué formas?

Pues ahora estamos más gorditos, y sale todo más caro

Categoría: Identidad y preservación (cambios sociales y culturales)

13. ¿Considera que los alimentos tradicionales de la comunidad tengan algún riesgo de desaparecer?

Si

¿Cómo ha observado este riesgo?

Pues con todas esas cosas que ya no hay como antes y que ya casi nadie sabe preparar, antes entonces básicamente uno salía todos los días y lo que encontrará por ahí ya era lo que se comía, si en los bordos también los acociles también se hacían en salsa de guajillo, entonces ahorita ya dejaron de consumir mucho pescado, sí mucho pescado ya no también los quelites

14. ¿Qué pasaría si se pierden algunos alimentos tradicionales?

Yo creo que se pierde la variedad y las costumbres

¿Cree que cambiarían los hábitos y las prácticas alimentarias de la comunidad?

Pues si, ya la gente no siembra tanto y no todos cocinan ya y por eso luego la gente come en la calle

Subcategoría Identidad

15. ¿Considera que los alimentos tradicionales de su comunidad la hacen diferente de otras comunidades?

Pues lo tradicional típico de aquí si

¿Cómo se siente al respecto?

Pues bien, no se

16. ¿Le parece que los alimentos tradicionales ayudan a su comunidad a mantener sus costumbres?

Si, porque la gente se junta y prepara lo mismo para las fiestas

¿Podría dar un ejemplo de las costumbres que se mantienen gracias a los alimentos tradicionales?

Pues nosotros hacemos lo que se llaman elotadas, se pone una olla de barro grandota donde se cocinan los elotes y cada quien se los preparaba a su gusto con su chile y su limón o con lo que quisiera otros asados al carbón

17. ¿Cuál le parece que es la actitud de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

Po creo que mucho ya se perdió, ya lo de antes , ahora piensan en ir por comida procesada o cosas, que las Sabritas, el refresco

¿A qué cree que se debe esta actitud?

Pues el tiempo más que nada, ya no hay tiempo

¿Considera que es una actitud positiva o negativa para la comunidad?

Pues yo creo que es malo porque ahora ya hay más enfermedades

¿En qué cree que pueda afectar la respuesta de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

Pues que luego ya no se va a preparar los de antes

¿Considera que es importante para su comunidad que se sigan elaborando alimentos tradicionales?

¿Por qué?

Pues sí, eran más sabrosos, más baratos y uno lo tenía en sus casas

Número de Entrevista: 3 **Duración**: 17:02 minutos

Fecha: 27/08/2019 **Hora**: 13:05 horas

Lugar (ciudad y sitio específico): San Pablo Autopan, Toluca Estado de México, tienda de tortillas hechas a mano, centro de San Pablo

Entrevistador(a): Bibiana González / Arlen Sánchez

Entrevistado(a): María Isabel Olmos Salazar

Edad: 46 años **Género:** Femenino **Actividad:** Elaboración y venta de tortillas

Lugar de procedencia: Barrio de Santa Cruz, San Pablo Autopan

Preguntas de Entable

¿Hace cuánto tiempo cocina?

¿Quién le enseño a cocinar?

Yo pues me acostumbré a cocinar hacer la comida, pues viendo sí viendo se aprende

¿Para cuántas personas cocina usualmente?

Para mi esposo y yo nada más

¿Qué es lo que más le gusta de la cocina?

como ahorita en este tiempo la flor de calabaza las calabazas los chilacayotes eso lo que uno siembra ahorita unas habas los chícharos y pues están muy ricos y porque tienen Mucha vitamina

Categoría: Alimentos tradicionales (historia)

1. ¿Cocina diariamente?

Sí pues tenemos que hacernos de comer no?

¿Cuántas veces al día?

Yo una o dos depende si me queda comidita de la tarde

¿Cuánto tiempo dedica a la cocina diariamente?

Pues una media hora depende de lo que uno va a cocinar

2. ¿Qué ingredientes utiliza principalmente?

Huevo, papas, corazones, frijoles, maíz

¿Siempre ha utilizado los mismos ingredientes?

Yo si, lo de ahora a mi la verdad no me gusta

3. ¿Dónde adquiere sus ingredientes?

Pues sí yo siembro un poquito de maíz también el frijol la papa veces es lo que le digo a la señora antes comíamos masa no Porque eran unos frijoles quelites unas habitas unas papas de lo que se comía más bien ahorita ya casi por lo normal puras sopas Maruchan y cosas de esas pero a mí no me gustan porque eso ya no es nutritivo yo la verdad no, no me gustan eso ya no es bueno no lo como

¿Cuál es la razón por la que adquiere ahí sus ingredientes?

Pues porque eso es lo mejor, lo de la tienda ya no es nutritivo la verdad

4. ¿Qué platillos considera tradicionales de su comunidad?

Pues antes yo me acuerdo que también por ejemplo hacían los quelites los huazontles hacían las tortitas de huazontles me acuerdo que también mi mamá nos hacía tamales de esos de las semillas de los quelites y de esos ahorita ya no hay le llamaban torta de guaje y era quitar la semilla al quelite y también me acuerdo que mi mamá nos hacía el trigo pero así como mojado o algo así el chícharo incluso también lo molían y nos hacían cómo se llamaba antes le llamaban poches pero era una comida los chilacayotes incluso nada más los ponía servir con chile les picaba cebolla y chile y estaba muy sabroso todo así y ahora ya no lo hacen antes A qué hacían un atole también de cazuela con tequesquite y a ver que ahorita ya no lo conocen y nosotros todavía Sí bueno yo la verdad sí todavía en diciembre hicimos un atole de esos muy sabroso con tequesquite en cazuela de barro abajo en la lumbre y con piloncillo muy sabroso Es atole que aquí la verdad ya se perdió eso

De estos platillos ¿cuáles elabora usted?

Los quelites, el arroz, frijoles, unas papas

¿Con qué frecuencia?

Pues lo que come uno diario, lo que haya

5. ¿Desde cuándo se elaboran y consumen los platillos tradicionales en la comunidad?

Pues desde que yo me acuerdo era así

¿Existen recetarios?

No

¿Quiénes son los encargados de preservar las recetas?

Pues sólo que uno las siga haciendo

6. ¿Hay platillos o ingredientes que tengan un significado especial?

Pues qué será Pues el mole qué es el que ahorita También ya se está perdiendo ahorita ya nada más lo has encontrado ya no vienen al molino Ya ven que antes lo preparaban

¿Cuáles son y qué significado tienen?

Pues para cuando hay un evento especial

7. ¿Hay platos que elaboren entre toda la comunidad? ¿Con qué motivo?

También el mole muy sabroso todo se molían metate muy sabroso ahora ya casi se perdió esa tradición ya casi puras carnitas

¿Qué significan para usted los alimentos tradicionales? ¿Cuál es la importancia que tienen para usted estos platillos?

Pues que ya a veces y hacen daño a veces ya no es el mismo producto

Categoría: Hábitos, factores sociales y culturales

8. De acuerdo con su experiencia ¿se han modificado los ingredientes y los platillos tradicionales de la comunidad?

Si

9. ¿Cuáles serían los principales cambios?

Si yo desde que me acuerdo desde que yo era Chica mi mamá no se enseñaba a moler en metate y hacerlo a mano, antes se hacían unas gorditas así grandes que preparaban las gorditas grandes les ponían su manteca y era lo que comíamos así apura mano lo sacaban ellos las hacían las echaban manteca y nos las comimos con una salsita y todo eso ya se perdió

Subcategoría factores

10. ¿A que le atribuye el cambio que han sufrido los alimentos tradicionales?

¿Puede mencionar las razones económicas, sociales, culturales de esos cambios?

Este pues sí, que antes estaba limpio incluso pues si uno se fija todavía hay pescado pero ya muy pocos van todavía a pescar los pescaditos y nos los comemos todavía o un pollo criollo porque ahorita los pollos la verdad de aquí están muy feos porque ya les ponen tanta cosa los puercos también como ahorita los puercos ya les dan todo lo de los pollos todo eso pero más en el pueblo allá todavía amarran los puercos les echan yerbita les echan maíz y ya más natural

11. ¿En qué afectan estos cambios a los alimentos tradicionales de la comunidad?

Pues que la gente ya no tiene salud, si siguiera lo de antes pues tendrían más salud

¿Hay alimentos que se han perdido o modificado debido a los cambios?

Si los quelites y las papas eran más sano más nutritivo ahora ya mucho químicos mucho chicharrón qué comen los niños y la verdad eso ya no les nutre igual

12. ¿La comunidad ha resentido los cambios?

¿De qué formas?

Pues porque todo eso ya se perdió todo eso ya como le digo , antes todo era a mano no había eso de licuadora ni aceite, era con manteca unas gorditas o unas papas en el comal ya lo hacían así o bueno mi papá ellos todavía cocinan abajo así en las brasas con la ceniza las tapaban y ahí se cocinaban las papas, los chícharos incluso abajo los charales los echaban al comal, ahora ya todo hace daño, hasta una quesadilla

Categoría: Identidad y preservación (cambios sociales y culturales)

13. ¿Considera que los alimentos tradicionales de la comunidad tengan algún riesgo de desaparecer?

Si, ya mucho desapareció

¿Cómo ha observado este riesgo?

Pues ya raro el que vaya a pescar los pescaditos de eso ya casi no comemos

14. ¿Qué pasaría si se pierden algunos alimentos tradicionales?

Se acaba la comida más nutritiva y sabrosa, ya ahora puras maruchan y la gente se pone mal

¿Cree que cambiarían los hábitos y las prácticas alimentarias de la comunidad?

Si, ya cambió, antes era más natural y no pues aquí ya casi no yo creo que no aquí ya puras carnitas y a veces hasta hacen daño porque les digo que ya no es natural ya por ejemplo aquí cocina unos frijolitos en la olla y se les hace muy rico muy sabroso porque ahora ya pura olla express

Subcategoría Identidad

15. ¿Considera que los alimentos tradicionales de su comunidad la hacen diferente de otras comunidades?

Pues los pueblos que conozco era casi igual

¿Cómo se siente al respecto?

Pues que era todo mejor

16. ¿Le parece que los alimentos tradicionales ayudan a su comunidad a mantener sus costumbres?

Si, yo pienso que con así se puede seguir usando la olla de barro y las tortillas a mano y a estar bien

¿Podría dar un ejemplo de las costumbres que se mantienen gracias a los alimentos tradicionales?

Pues cocinar abajo con leña y carbón, o los moles de las fiestas

17. ¿Cuál le parece que es la actitud de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

Yo también pienso que sí que ya ha cambiado, que los jóvenes ya no quieren cocinar, prefieren que ir a comprar el chicharrón, el chorizo

¿A qué cree que se debe esta actitud?

Pues es que ahora ya es más fácil encontrar las maruchan que los quelites

¿Considera que es una actitud positiva o negativa para la comunidad?

Yo le sugeriría a los jóvenes que volvieron a lo de antes lo más sabroso lo más nutritivo y lo más barato a veces porque por eso hay muchas enfermedades

¿En qué cree que pueda afectar la respuesta de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

Pues que se van perdiendo las costumbres, sí pues ahora es más diferente porque ahí en la ciudad como le digo ya puras carnitas y uno ni sabe si son naturales o de qué son yo la verdad cuando salgo hasta una quesadilla me hace daño porque o sea eso no está acostumbrado uno

¿Considera que es importante para su comunidad que se sigan elaborando alimentos tradicionales?

¿Por qué?

Pues era lo mejor

Número de Entrevista: 3 **Duración**: 17:02 minutos

Fecha: 27/08/2019 **Hora**: 13:05 horas

Lugar (ciudad y sitio específico): San Pablo Autopan, Toluca Estado de México, tienda de tortillas hechas a mano, centro de San Pablo

Entrevistador(a): Bibiana González / Arlen Sánchez

Entrevistado(a): Evelia Garduño

Edad: 58 años **Género:** Femenino **Actividad:** Elaboración y venta de tortillas

Lugar de procedencia: Barrio de Jesús Primera Sección, San Pablo Autopan

Preguntas de Entable

¿Hace cuánto tiempo cocina?

Uy desde chamaca le ayudaba a mi abuelita

¿Quién le enseño a cocinar?

A mí mi abuelita me enseñó a hacer tortillas a mano hacer un arroz hacer algo así cualquier cosa para comer yo vivía con mi abuelita no y ya decía eh Ya vente vamos a hacer de comer y yo me juntaba y ya veía cualquier cosa para irla pasando y ya me decía ahí te quedas y luego te dejo masita para que haga tortillas pero lo haces tú y pues ya aprendí

¿Para cuántas personas cocina usualmente?

Pues yo nada más estoy ya con mi marido

¿Qué es lo que más le gusta de la cocina?

Las papas, y hacer las tortillas

Categoría: Alimentos tradicionales (historia)

1. ¿Cocina diariamente?

Si, sólo cuando mis hijos nos convidan un taco pues ya no

¿Cuántas veces al día?

Una

¿Cuánto tiempo dedica a la cocina diariamente?

Unos 20 minutos ya por muy tardado una hora

2. ¿Qué ingredientes utiliza principalmente?

Pues lo que Dios socorre, unos frijoles, un arroz una sopa, huevo lo más barato

¿Siempre ha utilizado los mismos ingredientes?

No nosotros ahorita ya no tenemos milpa, antes vivíamos en un rancho pero mis hijos se casaron aquí nos vinimos ya para aquí para el centro del pueblo y ya nos quedamos y aquí no tenemos

3. ¿Dónde adquiere sus ingredientes?

Pues va uno a la tienda, al mercado, a la verdulería

¿Cuál es la razón por la que adquiere ahí sus ingredientes?

Como le digo ya no tenemos milpa y ya no cosechamos, ahora hay que comprar lo más barato y más cerca

4. ¿Qué platillos considera tradicionales de su comunidad?

Pues unas papas hervidas o unos atoles lavábamos el maíz y lo molemos en el metate y ese era un atole blanco que casi no se endulzaba, ahora ya le ponen con azúcar, tamales de frijol, de quintonil

De estos platillos ¿cuáles elabora usted?

Este de comer unas papas hervidas, una sopa, un arroz

¿Con qué frecuencia?

Pus yo todavía hago eso diario de comer

5. ¿Desde cuándo se elaboran y consumen los platillos tradicionales en la comunidad?

Yo desde que me acuerdo si estaba muy pequeña, mi abuelita ya hacía eso incluso mi mamá también, ella todavía cocina así

¿Existen recetarios?

No, yo de eso no se que haya, luego se ven recetas por la televisión

¿Quiénes son los encargados de preservar las recetas?

Ahora sí que yo pienso que las señoras, por ejemplo mi mamá ahorita todavía ella muele ella tiene un molinito y le da vueltas tiene una tuerquita y ahí le va echando uno el nixtamal y ya se va moliendo incluso todavía ella tiene un molino de esos, allí también muelen el frijol para hacer los tamales

6. ¿Hay platillos o ingredientes que tengan un significado especial?

Pues como dice ella pues no más el mole

¿Cuáles son y qué significado tienen?

Pues es para festejar algo importante, una boda, un bautizo

7. ¿Hay platos que elaboren entre toda la comunidad? ¿Con qué motivo?

Pues luego para las fiestas pero nada más es la familia

¿Qué significan para usted los alimentos tradicionales? ¿Cuál es la importancia que tienen para usted estos platillos?

Pues que era natural, yo me imagino que cuando uno iba y lo cortaba en la milpa y no tenía así de nada como ahora que le echan muchas cosas las semillas y todo eso no como antes que quería un chilacayote y lo iba a traer a la milpa o sea es que eso era muy bueno muy sano pues más nutritivo

Categoría: Hábitos, factores sociales y culturales

8. De acuerdo con su experiencia ¿se han modificado los ingredientes y los platillos tradicionales de la comunidad?

Si, muchas cosas, que para el sabor y si uno ya no tiene milpa y tiene que comprar pues más diferente, antes eran los chilacayotes, los ejotes, ahora ya más fácil un huevo

9. ¿Cuáles serían los principales cambios?

Si porque luego antes no se guisaba con aceite era con Manteca no le poníamos eso de Knorr Suiza porque no había nada más así y si estaba buena la comida pero ahora si uno no le pone Knorr Suiza no le sabe bueno y si no había manteca o no había con que guisar nada más se agarraba se molían los chiles y se echaba en la cazuela y se echaban las papas o lo que fuera en la cazuela

Subcategoría factores

10. ¿A que le atribuye el cambio que han sufrido los alimentos tradicionales?

¿Puede mencionar las razones económicas, sociales, culturales de esos cambios?

Ah porque ya la gente están acostumbrados a otros ingredientes, como nosotros cuando mis hijos se casaron nos vinimos para acá y ya no tenemos milpa, ahora con que alcance para comprar

11. ¿En qué afectan estos cambios a los alimentos tradicionales de la comunidad?

Por qué las personas serían más fuertes más saludables todo más sano y ahora ya no

¿Hay alimentos que se han perdido o modificado debido a los cambios?

Pues es ya mucha gente come más la carne que las verduras

12. ¿La comunidad ha resentido los cambios?

Si, ahora todo es más caro, es más difícil comprar

¿De qué formas?

Pues uno ya no puede comer lo que le gustaba de antes, ahora para lo que alcance

Categoría: Identidad y preservación (cambios sociales y culturales)

13. ¿Considera que los alimentos tradicionales de la comunidad tengan algún riesgo de desaparecer?

Si, para mi que si

¿Cómo ha observado este riesgo?

Pues antes había los acociles que sacaban del bordo, las carpas, había muchos tipos de maíz, ahora ya nada más se encuentra del blanco o amarillo

14. ¿Qué pasaría si se pierden algunos alimentos tradicionales?

Pues la gente se enferma yo creo por eso

¿Cree que cambiarían los hábitos y las prácticas alimentarias de la comunidad?

Pues sí, ya las familias come cada quién por su lado lo que puede

Subcategoría Identidad

15. ¿Considera que los alimentos tradicionales de su comunidad la hacen diferente de otras comunidades?

Quién sabe oiga depende de lo que le guste a cada quien, yo me imagino porque ya ve que a unas personas les gusta una cosa y a otras otra y unas pueden comer unas cosas y otras ya no pueden comer otras

¿Cómo se siente al respecto?

Pues como le dijera, cada quien come lo que puede

16. ¿Le parece que los alimentos tradicionales ayudan a su comunidad a mantener sus costumbres?

Pues sí, por ejemplo el mole, hacer la tortilla que desde chica aprende uno, más sano hacer el nixtamal, y uno va enseñando a los hijos y así todo es más nutritivo

¿Podría dar un ejemplo de las costumbres que se mantienen gracias a los alimentos tradicionales?

Pues los atoles yo creo, que cuando uno se enferma, o que en las cosechas la gente compartía lo que sacaba de su milpa

17. ¿Cuál le parece que es la actitud de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

Pues yo creo que los jóvenes ya no comen eso porque ahora ya casi quieren comer Pura carne bueno yo lo veo con mis nietos no ya como que los quelites ya casi ya no

¿A qué cree que se debe esta actitud?

Pues que sus papás los acostumbran a la carne y nos les enseñan a comer verduras, quelites, papas, habas, ya pura longaniza

¿Considera que es una actitud positiva o negativa para la comunidad?

Pues es lo mismo porque cada quien come lo que encuentra, siempre ha sido así

¿En qué cree que pueda afectar la respuesta de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

Pues luego ya no se van a guisar los quelites

¿Considera que es importante para su comunidad que se sigan elaborando alimentos tradicionales?

¿Por qué?

Claro, es que eso es lo mejor, y hasta más fácil

Número de Entrevista: 4 **Duración**: 15:17 minutos

Fecha: 27/08/2019 **Hora**: 13:20 horas

Lugar (ciudad y sitio específico): San Pablo Autopan, Toluca Estado de México, domicilio del entrevistado / tienda de tortillas hechas a mano

Entrevistador(a): Bibiana González / Arlen Sánchez

Entrevistado(a): Juana García Lerma

Edad: 60 años **Género:** Femenino **Actividad:** Ama de casa /Elaboración y venta de tortillas

Lugar de procedencia: Barrio de Jesús Primera Sección, San Pablo Autopan

Preguntas de Entable

¿Hace cuánto tiempo cocina?

Yo se cocinar desde que era joven 12, 15 años ya me metía a la cocina

¿Quién le enseño a cocinar?

Yo aprendí con una cuñada difunta la dueña de aquí la esposa de mi hermano el mayor porque yo viví con ella cuando mis sobrinos estaban chiquitos y yo aprendí con ella yo estaba más cerca de mi cuñada y hasta la acompañaba a lo de sus hijos

¿Para cuántas personas cocina usualmente?

Pues nada más para 6 mi esposo mi hijo mi hija y yo pero pues mi hija trabaja y mis dos nietos son los que traigo ahorita

¿Qué es lo que más le gusta de la cocina?

Pues hacer las tortillas y los esquites

Categoría: Alimentos tradicionales (historia)

1. ¿Cocina diariamente?

Ahorita ya no, a veces yo, a veces mi hija

¿Cuántas veces al día?

Pues hacemos dos, una para la comida cuando llegan los nietos de la escuela y luego algo simple para la merienda

¿Cuánto tiempo dedica a la cocina diariamente?

Pues ahora sí que dependiendo de lo que vaya a una cocinar una hora o media hora

2. ¿Qué ingredientes utiliza principalmente?

Calabaza, flores de calabaza, carne de puerco, chilacayote, no mucha carne nada más para que le dé sabor porque también sembramos los chilacayotes y pues cortamos los chilacayotes o las calabazas las calabazas las hacemos también a veces con carne molida, pescado, pescado seco, papas

¿Siempre ha utilizado los mismos ingredientes?

Si, eso no ha cambiado

3. ¿Dónde adquiere sus ingredientes?

Pues como usamos ingredientes de aquí pues de la siembra, pero si no los tenemos los compramos, Sí sembramos nosotros y mis hermanos también ellos cultivan el maíz y por eso es que yo vendo la tortilla, por ejemplo ahorita en la mañana sembramos nosotros calabazas y en la mañana ya fui a cortar flores de calabaza y las guisé para hacer unas quesadillas, y el pescado fresco pasa un señor todos los martes trae carpa la carpa nosotros la compramos regularmente aquí de dos o de 3 kg y es cuando la lavamos bien la destripados y la rellenamos

¿Cuál es la razón por la que adquiere ahí sus ingredientes?

Ah, pues es lo que tenemos cerca y es fácil de conseguir

4. ¿Qué platillos considera tradicionales de su comunidad?

Pescado este relleno así empapelado o pescado seco en chile verde como ahorita que es temporada de flores de calabaza con flores de calabaza ese también es un platillo que viene desde más antes o con vinagreras o con papas pero es el pescado seco charales también

De estos platillos ¿cuáles elabora usted?

Pues nosotros varias cosas este por ejemplo hacemos mole de olla carne de res pollo chorizo con habas verdes chorizo con chícharos

¿Con qué frecuencia?

Nosotros diario cocinamos así, a veces mi hija hace arroz, a veces yo hago el pescado, pero diario tenemos comida así de aquí

5. ¿Desde cuándo se elaboran y consumen los platillos tradicionales en la comunidad?

Yo digo que siempre se ha comido aquí así, desde hace mucho tiempo

¿Existen recetarios?

No nada de eso de recetarios no nada más así o sea pues aprendieron mis hijas bien dónde lo que yo aprendí aprendieron ellas también

¿Quiénes son los encargados de preservar las recetas?

En las familias las señoras que les enseñan a sus hijas

6. ¿Hay platillos o ingredientes que tengan un significado especial?

No le se decir bien, el mole verde con pollo para los casamientos

¿Cuáles son y qué significado tienen?

Las habas atoladas que son para cuando se levanta la cruz, pero ya casi no tantas personas las dan

7. ¿Hay platos que elaboren entre toda la comunidad? ¿Con qué motivo?

Por ejemplo el 15 de septiembre pues hacemos sopes y enchiladas o también solamente el día 11 de diciembre que festejamos a la virgen las personas se juntan para cocinarle a la virgen se hacen atoles gelatinas tamales y si uno puede pues con ponche o café

¿Qué significan para usted los alimentos tradicionales? ¿Cuál es la importancia que tienen para usted estos platillos?

Para mi es lo natura, y yo digo que sí es importante que se hagan todavía porque aquí la mayoría los come, pues ahora sí porque que son productos naturales

Categoría: Hábitos, factores sociales y culturales

8. De acuerdo con su experiencia ¿se han modificado los ingredientes y los platillos tradicionales de la comunidad?

Yo digo que se siguen conservando los mismos platillos y los mismos ingredientes que antes,

9. ¿Cuáles serían los principales cambios?

Pues yo pienso que está igual porque no hay nuevos ingredientes

Subcategoría factores

10. ¿A que le atribuye el cambio que han sufrido los alimentos tradicionales? ¿Puede mencionar las razones económicas, sociales, culturales de esos cambios?

Como le digo para mí no han cambiado las cosas, sólo ya no hay tanto maíz porque las construcciones ya se extendieron mucho

11. ¿En qué afectan estos cambios a los alimentos tradicionales de la comunidad?

Yo a mis hijos les digo ya no se extiendan Porque si se extienden mucho para construir después donde se van a comer el antojo de una calabaza

¿Hay alimentos que se han perdido o modificado debido a los cambios?

Lo único que yo he visto que se ha perdido es los tamales hechos de haba que antes los hacía también mucho mi mamá y ahorita ya no ya no los hace porque ahorita ya ya está grande y ya no los puede hacer uno de mis hermanos se acuerda que mi mamá nos los hacía y luego le dice porque no nos hace de esos tamales de haba como antes y también dice que lo que se perdió es que ella hacía atole de maíz negro pero con olote quemado pero eso ya no hay Eso sí ya se perdió

¿La comunidad ha resentido los cambios?

Me parece que no porque muchos ya no conocen esos tamales o no los saben hacer o pues ya no les gustan

¿De qué formas?

Categoría: Identidad y preservación (cambios sociales y culturales)

13. ¿Considera que los alimentos tradicionales de la comunidad tengan algún riesgo de desaparecer?

Tal vez un poco si

¿Cómo ha observado este riesgo?

Pues la verdad es que aquí sí también y consumen enlatados y si consumen porque aquí ya la mayoría trabaja y ya ni tiempo de cocinar y eso

14. ¿Qué pasaría si se pierden algunos alimentos tradicionales?

Pues la gente va a comer todavía más enlatados y cosas así que no son naturales

¿Cree que cambiarían los hábitos y las prácticas alimentarias de la comunidad?

Pues ya cuando las gentes trabajan ya no cocinan y no siembran

Subcategoría Identidad

15. ¿Considera que los alimentos tradicionales de su comunidad la hacen diferente de otras comunidades?

Pues sí casi todo se encuentra en todos lados, pues sí pues es todo lo que le digo lo que es el chorizo con habas verdes o porque de más antes así como en los tiempos de mi mamá pues guisados no hacía casi yo que me acuerde de más chica nada más hacían las habas blancas así como ellas le llamaban atoladas como tipo de caldo especitas con una salsa roja y hacían el arroz o las habas con cáscara nada más quitándole la punta así hervidas todavía unas de esas me pide mi esposo con epazote hervidas con cebolla y nada más les picaba en Chiles Verdes y ya pues sí

¿Cómo se siente al respecto?

Pues eso estaba rico y era bueno

16. ¿Le parece que los alimentos tradicionales ayudan a su comunidad a mantener sus costumbres?

Pues sí porque es lo natural, la siembra y la cosecha y luego comer eso, la gente vivía bien

¿Podría dar un ejemplo de las costumbres que se mantienen gracias a los alimentos tradicionales?

Pues el festejo de la virgen

17. ¿Cuál le parece que es la actitud de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

Pues yo pienso que sí por ejemplo aquí que se siembra los elotes pues se venden los elotes y todo se los comen los esquites por ejemplo un hermano que vive más lejos el sembró primero elotes ya cosechó y ya todos nos dio elotes entonces, ayer todos mi hija y mi mamá hicieron una cacerola grande de esquites y eso les damos a los chiquitos, entonces ellos van aprendiendo a comer lo mismo que nosotros

¿A qué cree que se debe esta actitud?

Pues es lo que uno tiene para darles, ellos se van acostumbrando así

¿Considera que es una actitud positiva o negativa para la comunidad?

Eso está bien digo yo, si no se les enseña luego no van a comer el maíz ni los esquites

¿En qué cree que pueda afectar la respuesta de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

Pues en que si siguen sembrando o no, sí siembran sí se va comer lo mismo, sí se sigue sembrando yo pienso que sí pero pues como ya se está terminando ya se están acabando los terrenos porque ya es pura construcción Pues solamente comprándolos ya hay poca milpa porque hay que ver que están invadiendo y se va a acabar y los jóvenes eso no piensan

¿Considera que es importante para su comunidad que se sigan elaborando alimentos tradicionales?

¿Por qué?

Pues hasta la fecha yo digo que si porque así somos, o sea lo que comía de chiquita todavía es lo mismo que seguimos consumiendo y así estamos bien

Número de Entrevista: 5 **Duración**: 1:01:15horas

Fecha: 14/09/2019 **Hora**: 17:06 horas

Lugar (ciudad y sitio específico): San Pablo Autopan, Toluca Estado de México, domicilio del entrevistado

Entrevistador(a): Bibiana González

Entrevistado(a): Juana Martínez Olivares

Edad: 52 años **Género:** Femenino **Actividad:** Ama de casa

Lugar de procedencia: Barrio el Cajón, San Pablo Autopan

Preguntas de Entable

¿Hace cuánto tiempo cocina?

Ya tiene muchos años yo empecé a cocinar cuando tenía como 10 años todavía recuerdo como empecé a cocinar en mi primer día hice sopa y como yo veía que lavaban el arroz yo lavé la sopa y me quedo ya le diré como y ahí aprendí

¿Quién le enseño a cocinar?

A mis hijas yo les empecé a enseñar primero haciendo las tortillas, a mí en esos tiempos nadie me enseñó por eso a perder la sopa yo sola aprendí, pues n tiempos nuestras madres no eran así que se esperaran que mira te enseño que esto va así pues no uno solo aprendía y ya casándome pues aprendí más sola

¿Para cuántas personas cocina usualmente?

El diario ahorita estoy cocinando para somos 3,4,5 personas

¿Qué es lo que más le gusta de la cocina?

A mí me gusta más cocinar hacer las tortillas hacer la comida hacer todo el quehacer a mí sí me gusta

Categoría: Alimentos tradicionales (historia)

1. ¿Cocina diariamente?

Si todas cocinamos

¿Cuántas veces al día?

Yo en la mañana a mediodía y en la tarde o sino como ahorita ya hice unas calabazas al rato voy a hacer la cena y así me la paso diario en almorzar o en la comida y en la cena

¿Cuánto tiempo dedica a la cocina diariamente?

En la mañana poco como unos 20 minutos a mediodía casi igual porque me apuro y lo hago en la tarde Pues a lo mejor como unos 20 o 30 minutos porque hago la comida y las tortillas sí como en 2 horas en total, bueno yo porque mis tortillas las hago grandes para acabar rápido por eso me tardo menos

2. ¿Qué ingredientes utiliza principalmente?

Calabazas verduras Por ejemplo ahorita las calabazas o flores de calabaza en este tiempo las habas tiernas las acelgas espinacas así o este lechuga

¿Siempre ha utilizado los mismos ingredientes?

Si, bueno los que todavía encontramos

3. ¿Dónde adquiere sus ingredientes?

Las calabazas la sembramos en este tiempo y cuando no es tiempo de siembra pues las compramos en el mercado, la cebolla también las compramos porque sembrábamos pero ya dejé de sembrarlas y ahora las compramos las calabazas los tomates también se siembran pero nosotros no sembramos nada más ahora sembramos jitomate y éste los chiles pues

también si se siembran aquí pero ahorita nosotros no sembramos todo eso lo andamos comprando

¿Cuál es la razón por la que adquiere ahí sus ingredientes?

Pues es lo que nos queda más cerca y es fresco cada ocho días

4. ¿Qué platillos considera tradicionales de su comunidad?

Lo que nos conocimos a nuestros papás es y nuestra abuelita nos hacían las habas, habas picadas en olla de barro nos los frijoles en olla de barro el trigo también cuando lo sembramos se empieza a amarillar mi abuelita lo cortaba y a desgranarlo y a tostarlo en el comal, molerlo en el metate y se hace un arroz se echaba el epazote y chilaca se molía y eso nos daban de comer y en tiempos de lluvia había unas ranitas también lo salsa vamos y los íbamos a juntar en los charcos y pues en esos tiempos no había tanto como ahorita en un charquito Luego era una fiesta porque era agua limpia y ahí nos metíamos y agarra vamos las ranas y en ese tiempo yo cuando era niña vivía aquí por bordo nuevo ahí hay una laguna y a mí me gustaba ir a la laguna porque yo pescaba hacia una macla IVA y pescaba los acociles y pues ya a completaba mis acociles y mi mamá los hacía y nos daba de cenar eso bueno yo era muy curiosa de meterme al agua también agarraba ranas unas y mi mamá las hacía las guisaba las limpiaba las guisada con chilaca hacia su chile espesito y nos tocaba una rana a cada quien con eso cenábamos en el agua también había huevos de gansos hartos gansos ponían por ahí tiraban sus huevos yo lo recogía lo llevaba para cenar y eso era para todos es que en esos tiempos mis papás se serán así tomadores y yo me preocupaba porque era la grandecita y yo me dedicaba a mis hermanos y luego mi papá a veces me enseñaba que cuando se acababa la laguna de agua que daban los Hoyos y mi papá me enseñó a poner unos lazos de ganchos y les metía yo lombrices y los aventaba al agua y sacaba yo los pescados eran carpas así naturales de ahí y mi mamá los hacían tamal con jitomate

De estos platillos ¿cuáles elabora usted?

Atole en pinol con piloncillo y a veces ahorita el maíz como sembramos el maíz negrito se tuesta en el comal y se hace el atole que le dicen de ceniza que siempre los de antes tomaban harto qué se llama de ceniza y le platicaba a mis nietos se dice de ceniza Por qué se desgrana se remoja el maicito y el olote que sale se quema deseo lote que se quema se echa al agua se remoja o en el metate se muele ya cuando está bien bonito se vuelve para que no se vaya todo se cuela con una coladera y ya la atole ya está hirviendo la masa remojada y luego ya después

se hierve se va hacer y se le pone y ese Es atole de ceniza Por qué sale más negro todo eso es muy bueno de antes los atoles como por ejemplo el cacahuazintle también se hace atole se remoja también y se hace pinol nada más que se está como más esponjadito también eso se hace en esos tiempos Pues todo eso los abuelos hacían y yo me daba cuenta porque aquí a donde me vine a casar eran unos abuelitos que también él al abuelito le gustaba todo cosa natural luego él tenía animales y decía para que van a ir a comprar mejor mata una res y nos repartimos todo y se repartía y comíamos en esos tiempos comíamos de todo de lo que había y yo digo que era mejor todo lo que es natural

¿Con qué frecuencia?

Nosotros aquí todavía diario hacemos los guisados de antes y van cambiando con la temporada

5. ¿Desde cuándo se elaboran y consumen los platillos tradicionales en la comunidad?

La verdad no sé, yo me imagino que desde siempre, de los abuelitos de los abuelitos

¿Existen recetarios?

No

¿Quiénes son los encargados de preservar las recetas?

Cada familia me imagino yo

6. ¿Hay platillos o ingredientes que tengan un significado especial?

El revoltijo, el mole aquí apenas que hubo un bautizo me puse a moler el mole si me dan ganas de hacerlo porque uno lo sabe hacer, me paré a moler en metate y créame que a veces en el metate sabe más sabroso al nixtamal también lo demolido en el metate y dice mi esposo es que sale más sabrosas las tortillas y luego martajadas y unos corazón es una salsa y quién lo va a comer rico y sí no comemos que digamos Pura carne o puro de esto no vamos poco a poco con lo que sabemos sembrar Hay que aprovechar todos esos frutos

¿Cuáles son y qué significado tienen?

Por ejemplo si en los velorios aquí todavía se ofrece la haba cuando se levanta la cruz se hierve el agua en atolada así con los nopalitos y todo eso es lo de más atrás que nos enseñaron nuestros abuelos porque si se dieran cuenta ahorita ya en vez de que den las haba ya van metiendo otras cosas que no eso quiere decir que ya no es un velorio si dan carnes y dan chorizo si dan el revoltijo eso ya sería como una fiesta antes no Porque eso significa respeto que si alguien se iba se daba esa comida y todo el demás respeto hasta que se cumplieran los

días a veces cuando brindan y eso ya no entra Estamos perdiendo como mexicano nuestras tradiciones. También las tortitas de haba

7. ¿Hay platos que elaboren entre toda la comunidad? ¿Con qué motivo?

Pues solamente cuando tenemos fiesta bodas. Hacemos aquí Cuando la boda se hace ponemos de nixtamal como 80 cuartillas y de esos 80 conseguimos un comal y todas las señoras ayudan a hacer las tortillas y en el bautizo pues también hacemos las tortillas nunca las compramos nunca las mandamos a hacer todas las hacemos

¿Qué significan para usted los alimentos tradicionales? ¿Cuál es la importancia que tienen para usted estos platillos?

Son importantes, pues yo digo que sí porque nunca los vamos a dejar de hacer mientras Dios nos dé la vida pues estaremos haciéndolos yo sí me siento contenta cuando guisamos Y de qué sale todo y de que convivimos

Categoría: Hábitos, factores sociales y culturales

8. De acuerdo con su experiencia ¿se han modificado los ingredientes y los platillos tradicionales de la comunidad?

Algunos yo pienso que sí que algunos cambian y algunos no porque yo digo que a lo mejor unas personas o algunas familias lo más fácil es que sean enlatados y por ejemplo hay mamás o hay papás o hay familias que sí les dicen a sus hijos pues no compren tanto de eso pues sería más complicado para ellos porque es más fácil que los compren así de rápido con eso comen lo más difícil es que voy y lo compró y lo hago Pero eso sería lo más rico que uno lo hiciera

9. ¿Cuáles serían los principales cambios?

Pues que muchas cosas que antes salíamos a juntar ya no hay y ahora hay cosas de alimentos procesados y la gente decide usar de esos

Subcategoría factores

10. ¿A que le atribuye el cambio que han sufrido los alimentos tradicionales? ¿Puede mencionar las razones económicas, sociales, culturales de esos cambios?

Por lo mismo de que ya existen los enlatados y es lo más fácil. Pues es que cuando tiene uno las cosas Pues sí se puede hacer pero es que si ya no se tiene pues es difícil Yo por eso le digo a mis hijas no hay que perderlos porque es lo que nos enseñaron

11. ¿En qué afectan estos cambios a los alimentos tradicionales de la comunidad?

Afecta porque pues es que ya no sembramos el trigo es un poco malo Cuando ya no vamos haciendo estas comidas porque si se va perdiendo a veces yo digo si yo siembro yo no lo pierdo porque yo sé a qué horas es se siembra se cosecha yo sé cómo se hace y así es un poco complicado pero queda todo muy rico pero hay que saber todo desde que yo lo siembro

¿Hay alimentos que se han perdido o modificado debido a los cambios?

Si, por ejemplo es que yo con mi abuelita ella hacía las gorditas de trigo se molían y se hacían y pues para cocerlos era en el comal muy grande ahí entre la brasa los metían y ahí se daban vuelta y se cocinan son cosas naturales que se pueden hacer y luego se echaba el trigo se molía junto con el nixtamal y se hacían las tortillas también porque yo me acuerdo que cuando iba con ellas molíamos al metate porque el molino estaba muy lejos y yo le decía no mejor yo muelo y usted la echa y si así nos íbamos turnando en esos tiempos por eso le digo que eso se va perdiendo o lo vamos dejando porque ya no lo seguimos porque yo sí me acuerdo de cómo hacíamos todo eso

12. ¿La comunidad ha resentido los cambios?

¿De qué formas?

Pues ahora que faltan cosas hay que ir a comprar al mercado y ya hay muchas enfermedades que antes no

Categoría: Identidad y preservación (cambios sociales y culturales)

13. ¿Considera que los alimentos tradicionales de la comunidad tengan algún riesgo de desaparecer?

Por ejemplo lo demás atrás sí

¿Cómo ha observado este riesgo?

Pues que ahora ya no vamos a juntar porque ya está sucio o ya no hay, si ya no hay ya no lo cocinamos y los nietos ya no conocen muchas cosas, por ejemplo que le diré, nos íbamos lejos hasta San Cayetano ahí y nosotros llegábamos y juntábamos también los quelites, el nabo, el quintonil corazones, todo eso pero todo eso comíamos no había otra cosa más que de esos quelites, pero ahora ya no hay de eso y hay otras cosas

14. ¿Qué pasaría si se pierden algunos alimentos tradicionales?

Pues uno tiene que buscar otras cosas que comer, como ahora que les dan las salchichas

¿Cree que cambiarían los hábitos y las prácticas alimentarias de la comunidad?

Si, porque no es lo mismo sembrar y cosechar y trabajar la tierra y uno sabe le digo que uno sabe lo que se come, ahora van a la tienda o lo que decían de la moto que pasa y no hacen tortillas, ya no

Subcategoría Identidad

15. ¿Considera que los alimentos tradicionales de su comunidad la hacen diferente de otras comunidades?

En San Cristóbal por ejemplo en las fiestas dan de comer el pollo entero nosotros no hacemos eso

¿Cómo se siente al respecto?

16. ¿Le parece que los alimentos tradicionales ayudan a su comunidad a mantener sus costumbres?

¿Podría dar un ejemplo de las costumbres que se mantienen gracias a los alimentos tradicionales?

17. ¿Cuál le parece que es la actitud de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

Yo digo que ahora los jóvenes ya no se interesan en las tradiciones, bueno que no en todas pero algunas si todavía

¿A qué cree que se debe esta actitud?

No pues no sé, tal vez para ellos aquí ya no se enseña a cocinar se van abajo porque ahora quieren hacer otras cosas pero yo sí le enseñé a cocinar a mis hijos

¿Considera que es una actitud positiva o negativa para la comunidad?

Me parece que negativa, yo para mí yo diría que se siga que no lo dejen de hacer

¿En qué cree que pueda afectar la respuesta de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

Pues si lo dejan de hacer que se espera de los demás de las nuevas generaciones ya no van a querer hacer nada que todo esté servido todos en la plaza o todos a ir a comprar algo y ya está la comida yo les digo a mis nueras a mis nietas que se aprenden que aprendan a guisar un poco hacer las tortillas

¿Considera que es importante para su comunidad que se sigan elaborando alimentos tradicionales?

¿Por qué?

Es lo más importante porque todos estos alimentos son buenos porque imagínense con pura lata dicen a veces las mamás vayan a traer una lata de frijol o jamón o queso a veces se acostumbran los niños también a comer eso, pero eso nos hace daño yo quisiera hacer ranitas pero mi esposo me dice que ya no la junté que porque ya no están limpias pero yo quisiera hacerla para enseñarle a mis nietos y que ellos vean que es lo que comíamos le digo a mi esposo porque a ti también de dónde comer eso pero él dice que ya no que porque ya está sucia la tierra que ya no aunque yo quisiera hacérselos moler la chilaca y echar las ranas ahí nadando los xicuyoles les que juntábamos, esos son unas plantitas que juntábamos saben así bien agrio como el limón pero ya cuando se sudan en el comal se hacen en salsa en el molcajete con chile cebolla sabe bien sabroso todo eso era bueno

Número de Entrevista: 5 **Duración**: 1:01:15horas

Fecha: 14/09/2019 **Hora**: 17:06 horas

Lugar (ciudad y sitio específico): San Pablo Autopan, Toluca Estado de México, domicilio del entrevistado

Entrevistador(a): Bibiana González

Entrevistado(a): Leticia García Martínez

Edad: 31 años **Género:** Femenino **Actividad:** Ama de casa

Lugar de procedencia: Barrio el Cajón, San Pablo Autopan

Preguntas de Entable

¿Hace cuánto tiempo cocina?

Desde los 17 18 años empecé a cocinar

¿Quién le enseño a cocinar?

Sí a mí sí me enseñó mi mamá

¿Para cuántas personas cocina usualmente?

Para 5 personas

¿Qué es lo que más le gusta de la cocina?

Pues lo que sea

Categoría: Alimentos tradicionales (historia)

1. ¿Cocina diariamente?

Sí, A diario, yo también mis tortillas

¿Cuántas veces al día?

Yo dos veces al día

¿Cuánto tiempo dedica a la cocina diariamente?

Yo como entre 2 y 3 horas

2. ¿Qué ingredientes utiliza principalmente?

De siempre pues el aceite la sal Nunca falta cebolla, lo que sembramos también

¿Siempre ha utilizado los mismos ingredientes?

Nosotros si lo de la milpa, Cuando no es tiempo de milpa pues el arroz sopa frijoles pescado seco papas

3. ¿Dónde adquiere sus ingredientes?

Yo compro todo en el mercado cada 8 días hay que ir a traer el mercado

¿Cuál es la razón por la que adquiere ahí sus ingredientes?

Pues es lo más cerca

4. ¿Qué platillos considera tradicionales de su comunidad?

El pozole, los tacos dorados, las tostadas, los tamales de pescado, todavía seguimos comiendo los quelites donde hay y cuando hay los tréboles, apenas hace ocho días fui a juntar y eso comimos

De estos platillos ¿cuáles elabora usted?

Sí todos, porque le digo que nos gusta más lo que es pescado, ahorita los acociles pues dijeran con esto que vamos viviendo se van perdiendo en esos tiempos también nos íbamos a buscar los hongos ahorita en este tiempo eran unos hongos blancos y unos amarillitos que se llaman barro y si hay todavía los hacemos

¿Con qué frecuencia?

Pues yo mi comida del diario es así, que las calabacitas, las flores de calabaza, unas papas

5. ¿Desde cuándo se elaboran y consumen los platillos tradicionales en la comunidad?

Pues como dice mi mami que desde los abuelitos antes de ella

¿Existen recetarios?

No todo es de lo que aprendemos

¿Quiénes son los encargados de preservar las recetas?

Aquí las señoras que les enseñan a sus hijas, nosotros veíamos de mi mamá

6. ¿Hay platillos o ingredientes que tengan un significado especial?

En el día de semana santa se hace el revoltijo

¿Cuáles son y qué significado tienen?

Es para que se vea el respeto por la fecha también se respeta porque pues Dios murió por nosotros

7. ¿Hay platos que elaboren entre toda la comunidad? ¿Con qué motivo?

Mole a veces matamos una res y alcanza para todos en una boda por ejemplo

¿Qué significan para usted los alimentos tradicionales? ¿Cuál es la importancia que tienen para usted estos platillos?

Si vale la pena continuarlo para no perderlo sea como ahorita ya hay mucha química los animales ya no son naturales que a la carne no es natural ya por ejemplo aquí el señor se da uno cuenta inyecta rápido al animal para que engorde rápido lo saqué y la carne que compramos pues ya viene con mucha química con mucho medicamento ya no es natural y pues eso es muy importante porque por lo mismo si consumimos más carne más lácteo pues de por sí en la tele se ha dicho o sea en México va número 1 de obesidad Y si seguimos así pues a dónde vamos a llegar es mejor los quelites o la verdura que consumamos que sembremos aquí en la tierra

Categoría: Hábitos, factores sociales y culturales

8. De acuerdo con su experiencia ¿se han modificado los ingredientes y los platillos tradicionales de la comunidad?

Si un poco

9. ¿Cuáles serían los principales cambios?

Yo me acuerdo del arroz del trigo y la vinagrera en pepita de la calabaza de esta que sembramos cuando se seca se tuesta las semillas las pepas y luego ya se muele al metate y con ese mismo hagan de cuenta que así fuera el chile y la vinagrera en pepita y eso está muy sabroso pero si ya tiene mucho, casi la mayoría ya no lo hace ya no muele

Subcategoría factores

10. ¿A que le atribuye el cambio que han sufrido los alimentos tradicionales? ¿Puede mencionar las razones económicas, sociales, culturales de esos cambios?

Pues que ya es más fácil comprar, sí es cierto, si hasta las tortillas ya no quieren hacer ya más fácil comprar o sea ahora pasa a la moto y a comprar su kilo de tortillas ya no hacen tortillas

11. ¿En qué afectan estos cambios a los alimentos tradicionales de la comunidad?

Pues uno ve que se van perdiendo, ya en las casas no se come lo mismo y luego ya hasta los niños toman refresco, no pues puro químico que es muy malo para la salud

¿Hay alimentos que se han perdido o modificado debido a los cambios?

Pues ese que le digo que antes hacía mi mamá, el arroz de trigo que ahora ya ni lo conocen

12. ¿La comunidad ha resentido los cambios?

Es que eso depende de las personas por ejemplo los niños de ahora que ya no probaron el arroz pues ni saben que existía y van a comer otras cosas lo que le preparen sus mamás, pero nosotras que si pues ya vemos que muchas cosas no hay más

¿De qué formas?

Pues van cambiando las tradiciones también

Categoría: Identidad y preservación (cambios sociales y culturales)

13. ¿Considera que los alimentos tradicionales de la comunidad tengan algún riesgo de desaparecer?

Sí yo creo que sí si no seguimos sembrando yo creo que sí se va a perder

¿Cómo ha observado este riesgo?

Pues que también han cambiado que antes no había estufa eran las chimeneas entonces la comida ya no sabe igual y así poco a poco todo va cambiando

14. ¿Qué pasaría si se pierden algunos alimentos tradicionales?

Se va a tener que recurrir a lo químico a los procesados Por qué no va a haber de otra

¿Cree que cambiarían los hábitos y las prácticas alimentarias de la comunidad?

Si

Subcategoría Identidad

15. ¿Considera que los alimentos tradicionales de su comunidad la hacen diferente de otras comunidades?

Pues es que por aquí cerca los que sembramos preparamos todavía lo mismo

¿Cómo se siente al respecto?

Pues no sé, así nos enseñaron

16. ¿Le parece que los alimentos tradicionales ayudan a su comunidad a mantener sus costumbres?

Si

¿Podría dar un ejemplo de las costumbres que se mantienen gracias a los alimentos tradicionales?

Es que aquí por ejemplo los hombres no cocinan, ellos se van a trabajar porque luego dicen los más grandes que porque van los hombres a hacer algo que van a crecer como poco hombres y la tradición es que las mujeres cocinan. Guardar semana Santa, o el día de la Santa Cruz

17. ¿Cuál le parece que es la actitud de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

Yo digo que no les interesa ya ni sembrar si las tradiciones

¿A qué cree que se debe esta actitud?

Pues es que luego ya salen a trabajar y ya no siembran y pues compran que los enlatados porque es más fácil

¿Considera que es una actitud positiva o negativa para la comunidad?

Yo considero que no está bien porque es lo que decíamos, luego todos esos químicos no son buenos, mejor lo que es natural

¿En qué cree que pueda afectar la respuesta de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

Que tal vez en unos años ya menos va a haber quelites, uy ya ni los van a conocer

¿Considera que es importante para su comunidad que se sigan elaborando alimentos tradicionales?

¿Por qué?

Yo diría que si para que no haya enfermedades y además pues moler y hacer la tortilla es más sabroso

Número de Entrevista: 5 **Duración**: 1:01:15horas

Fecha: 14/09/2019 **Hora**: 17:06 horas

Lugar (ciudad y sitio específico): San Pablo Autopan, Toluca Estado de México, domicilio del entrevistado

Entrevistador(a): Bibiana González

Entrevistado(a): Sandra Elizabeth García Martínez

Edad: 29 años **Género:** Femenino **Actividad:** Ama de casa / Empleada Doméstica

Lugar de procedencia: Barrio el Cajón, San Pablo Autopan

Preguntas de Entable

¿Hace cuánto tiempo cocina?

Hace 10 años

¿Quién le enseño a cocinar?

Sí a mí también me enseñó mi mamá

¿Para cuántas personas cocina usualmente?

Yo para 4

¿Qué es lo que más le gusta de la cocina?

A mí me gusta hacer la comida capeada en salsa verde o roja

Categoría: Alimentos tradicionales (historia)

1. ¿Cocina diariamente?

Sí, Bueno cuando me da flojera Yo sí compró tortilla

¿Cuántas veces al día?

Yo nada más una vez como trabajo pues una vez alcanza para todo el día

¿Cuánto tiempo dedica a la cocina diariamente?

Yo como una hora

2. ¿Qué ingredientes utiliza principalmente?

Los elotitos ahorita que es temporada nos echamos en un caldito con pollo

¿Siempre ha utilizado los mismos ingredientes?

Pues yo a veces unos chilitos en vinagre pero lo demás sigue igual

3. ¿Dónde adquiere sus ingredientes?

Si yo compro en el mercado o en la central

¿Cuál es la razón por la que adquiere ahí sus ingredientes?

Porque está más cerca y más barato o como dice mi mami tienes un invernadero y acaso a veces no llega a dar pues ya

4. ¿Qué platillos considera tradicionales de su comunidad?

Pues el revoltijo

De estos platillos ¿cuáles elabora usted?

¿Con qué frecuencia?

Ese si lo hago yo todavía para la semana mayor

5. ¿Desde cuándo se elaboran y consumen los platillos tradicionales en la comunidad?

Uy la verdad no sé, yo pues sólo me acuerdo de mi mamá porque aquí los abuelitos no cocinaban, era ella

¿Existen recetarios?

No

¿Quiénes son los encargados de preservar las recetas?

Pues depende de lo que le vaya uno a enseñar a cocinar a sus hijas así se va pasando, a nosotros mi mamá y ellas a sus hijas y así

6. ¿Hay platillos o ingredientes que tengan un significado especial?

Lo que se pone Día de Muertos bueno yo siempre he seguido ese ejemplo, también la forma en la que se acomodan los platos a nosotros nos gusta poner así toda la mesa toda rodeada de los platos y se nombran los difuntos con cada uno de sus platos yes importante para la tradición para que lo vean los chiquitos es un ejemplo que se les va a dar para que ellos sepan porque se están haciendo las cosas y que continúen con la tradición por eso en día de muertos así se hace

¿Cuáles son y qué significado tienen?

El mole, el arroz, frijoles

7. ¿Hay platos que elaboren entre toda la comunidad? ¿Con qué motivo?

Más que nada para las fiestas hemos preparado arroz, mole con pollo, una vez preparamos chicharrón bueno es que eso es lo que más alcanza si son muchas personas. También se mata puerco o chivo depende de lo que se vaya a preparar pero el mole nunca falta y los tamales, los tamales aquí son de pollo en salsa verde se hacen, también las tortillas

¿Qué significan para usted los alimentos tradicionales? ¿Cuál es la importancia que tienen para usted estos platillos?

Pues en una parte es como somos y como es una comunidad con su historia

Categoría: Hábitos, factores sociales y culturales

8. De acuerdo con su experiencia ¿se han modificado los ingredientes y los platillos tradicionales de la comunidad?

Yo sí he cambiado un poquito no mucho

9. ¿Cuáles serían los principales cambios?

Yo si uso jamón a veces, también compramos la leche de la tienda aunque no es natural

Subcategoría factores

10. ¿A que le atribuye el cambio que han sufrido los alimentos tradicionales?

¿Puede mencionar las razones económicas, sociales, culturales de esos cambios?

Pues es que yo no tengo cerca donde conseguir la leche natural y pues el jamón y el queso si está buenos y los niños les gustan, como cuando preparo el niño envuelto que son rollitos de jamón rellenos de queso capeados en salsa verde se los comen muy bien, les gustan y pues no siempre encuentro quelites o hongos

11. ¿En qué afectan estos cambios a los alimentos tradicionales de la comunidad?

Pues que se va dejando un poco de lado lo tradicional

¿Hay alimentos que se han perdido o modificado debido a los cambios?

Pues aquí era el pulque aquí todavía hay un señor por aquí adelante que tiene magueycito y él le raspa, Sí pero ya es uno que otro porque ya casi nadie tiene maguey porque ya casi ni hay y ya los jóvenes ya no lo toman, también muchas hierbas, mi mamá cuando nos aliviábamos nos hacía el té de cashana que le llaman pero ahora ya no hay

12. ¿La comunidad ha resentido los cambios?

Pues ese té por ejemplo que le digo se les daba a las señoras que acababan de tener bebé y ahora eso ya no se usa ahora ya pura medicina y doctor, no hay remedios naturales

¿De qué formas?

La gente se enferma más

Categoría: Identidad y preservación (cambios sociales y culturales)

13. ¿Considera que los alimentos tradicionales de la comunidad tengan algún riesgo de desaparecer?

Pues como lo vamos viendo que si

¿Cómo ha observado este riesgo?

Pues ya las ranas que decía mi mamá ya no hay, ya no comemos rana, ni huevos de ganso, ni tantos acociles y de quelites pues el nabo y el trébol casi ya no se ve

14. ¿Qué pasaría si se pierden algunos alimentos tradicionales?

¿Cree que cambiarían los hábitos y las prácticas alimentarias de la comunidad?

Pues como ya ese está perdiendo pues si ya están cambiando y ahora hasta estamos más gorditos

Subcategoría Identidad

15. ¿Considera que los alimentos tradicionales de su comunidad la hacen diferente de otras comunidades?

Yo digo que cada pueblo tiene una historia porque mi esposo es de San Andrés y allí comen más carne y pollo y ya casi no siembran

¿Cómo se siente al respecto?

Yo sí creo que es importante continuar con nuestros platillos tradicionales porque si no se hace cada vez se va a ir perdiendo más y más y más

16. ¿Le parece que los alimentos tradicionales ayudan a su comunidad a mantener sus costumbres?

Pues como el día de muertos y así si

¿Podría dar un ejemplo de las costumbres que se mantienen gracias a los alimentos tradicionales?

Pues cuando nos juntamos para las bodas a hacer la comida, los cazos de arroz y el mole pues yo pienso que eso es una costumbre que se tiene aquí en la comunidad

17. ¿Cuál le parece que es la actitud de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

Yo creo que muchos ya no saben hacer las cosas que se hacían desde antes

¿A qué cree que se debe esta actitud?

Pues ya no les interesa

¿Considera que es una actitud positiva o negativa para la comunidad?

Yo digo que no les afecta ni les perjudica pero sí es una tradición que se va perdiendo

¿En qué cree que pueda afectar la respuesta de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

Yo digo que no que no quieren continuar y pues entonces en unos años ya no va a haber varias cosas

¿Considera que es importante para su comunidad que se sigan elaborando alimentos tradicionales?

¿Por qué?

Pues ahora sí que depende, yo como todavía sembramos y luego nos convidamos lo que se cosecha pues todavía hacemos como mi mamá nos enseñó, pero a quien ya no le dan pues tiene que comer lo que haya y para ellos ya no es importante

Número de Entrevista: 5 **Duración**: 1:01:15horas

Fecha: 14/09/2019 **Hora**: 17:06 horas

Lugar (ciudad y sitio específico): San Pablo Autopan, Toluca Estado de México, domicilio del entrevistado

Entrevistador(a): Bibiana González

Entrevistado(a): Gloria Gómez Avilés

Edad: 33 años **Género:** Femenino **Actividad:** Ama de casa

Lugar de procedencia: Barrio el Cajón, San Pablo Autopan

Preguntas de Entable

¿Hace cuánto tiempo cocina?

A los 18 años, si 18 años tenía cuando empecé

¿Quién le enseño a cocinar?

A mí me enseñó un poco mi mamá pero pues viendo se aprende

¿Para cuántas personas cocina usualmente?

Para 4 personas cocino

¿Qué es lo que más le gusta de la cocina?

A mí me gustan más los postres pero lamentablemente a veces no hay la economía para prepararlos es más caro y más laborioso pero a mí me gusta experimentar me gustaría aprender hacer un pastel no lo sé

Categoría: Alimentos tradicionales (historia)

1. ¿Cocina diariamente?

Sí, igual, hasta tortillas

¿Cuántas veces al día?

Yo nada más una vez al día

¿Cuánto tiempo dedica a la cocina diariamente?

Yo también soy un poco lenta como una hora o más

2. ¿Qué ingredientes utiliza principalmente?

Lo que más casi lo que más utilizó es huevo es lo que se llevan las comidas para capear o para cualquier otra cosa y verduras las verduras ahorita en la temporada, carne casi no consumimos si acaso pollo una vez a la semana y carne pues a veces los fines de semana solamente

¿Siempre ha utilizado los mismos ingredientes?

Si, pero si acaso algunas veces unas salchichas para las papas a la francesa que quieren las niñas pero casi no pura comida casera

3. ¿Dónde adquiere sus ingredientes?

Yo tengo un pequeño invernadero un cachito donde siembro jitomate y unas lechugas que tengo y también tengo un abuelito acá que siembra él sí siembra de todo y el luego me anda regalando porque luego le voy a ayudar me anda regalando que los pepinos que las calabazas que el brócoli y pues ya con eso me ayudó. Casi la verdura de aquí nada más lo que se compra es tomate y chiles y lo demás pues igual aquí, la carne si la compramos, sí porque ya no tenemos, si teníamos una granjita pero ahorita ya nos hicimos flojas y ya no hemos comprado los pollos pero por lo regular son pollos de casa el pollo criollo que le dicen si no, compramos. La leche esa yo compraba de una señora que tiene una vaca que su vaca parió y desde ahí estado comprando ahorita que hay pero si se acaba tenemos que ir a la tienda son leches naturales que sí se ven más grasosas pero yo si digo que son más naturales

¿Cuál es la razón por la que adquiere ahí sus ingredientes?

Pues es lo que tenemos y lo más barato para nosotros

4. ¿Qué platillos considera tradicionales de su comunidad?

Yo Considero que las habas que antes preparaban son tradicionales son habas toladas que le dicen iban preparadas con nopalitos hervidos los nopales se guisan las habas y se les agregan y están muy ricos

De estos platillos ¿cuáles elabora usted?

Yo sigo cocinando igual como veía a mi mamá y luego también mi suegra

¿Con qué frecuencia?

Diario

5. ¿Desde cuándo se elaboran y consumen los platillos tradicionales en la comunidad?

Eso es lo que siempre ha habido aquí, más de 50 años, no más desde los tatara tatara abuelos

¿Existen recetarios?

No, aquí es como uno va creciendo, Sí desde niñas ya a veces ya les enseñamos yo tengo una de 11 y le digo vente fíjate cómo se hace esto o ayúdame a esto otro y pues ya va aprendiendo cómo se hacen las cosas

¿Quiénes son los encargados de preservar las recetas?

Sí pues todo viene desde nuestros papás, nuestros abuelos qué va pasando por generaciones

6. ¿Hay platillos o ingredientes que tengan un significado especial?

Si, para mi yo veo que si

¿Cuáles son y qué significado tienen?

Muy típico pues es en el día de los fieles difuntos se ofrece el mole pero al mismo tiempo en el plato del mole va acompañado con col entonces se le pone la col se le agrega el molito y el pollo y esa es la tradición de aquí la col cocida hervida nada más sin guisar solamente va a hervida y se le agrega al mole ya sea rojo o verde

7. ¿Hay platos que elaboren entre toda la comunidad? ¿Con qué motivo?

También cuándo va a pasar una imagen por la calle que nos piden de favor dar algo de comer pues ya nos juntamos entre varios vecinos de aquí y ya preparamos algo en especial

¿Qué significan para usted los alimentos tradicionales? ¿Cuál es la importancia que tienen para usted estos platillos?

Pues yo pienso que son sabrosos platillos, algo que si son importantes y se deben continuar usando

Categoría: Hábitos, factores sociales y culturales

8. De acuerdo con su experiencia ¿se han modificado los ingredientes y los platillos tradicionales de la comunidad?

Yo pienso que no

9. ¿Cuáles serían los principales cambios?

Subcategoría factores

10. ¿A que le atribuye el cambio que han sufrido los alimentos tradicionales? ¿Puede mencionar las razones económicas, sociales, culturales de esos cambios?

Yo igual yo no he cambiado porque por ejemplo o sea nos daban charales con nopales o sea y ahí sigue uno sea los charales y ahora los compramos pero los nopales aquí hay en la casa y pues es lo mismo charal y nopal, pero lo que si hayan cambiado yo creo que porque ahorita ya la mayoría de las mujeres trabajan entonces lo más fácil para ellos pues es ir y comprar un bote de mole es más rápido que si se pone a molerlo a prepararlo pues no le va a dar tiempo porque no pueden sus tiempos Ya no les permiten elaborar todo eso

11. ¿En qué afectan estos cambios a los alimentos tradicionales de la comunidad?

Pues la calidad de los ingredientes, no es lo mismo y por el bote de mole, eso ya es un alimento procesado no es igual natural como cuando uno lo hace y sabe de donde salen los chiles y semillas

¿Hay alimentos que se han perdido o modificado debido a los cambios?

Yo me acuerdo de las tortas de haba que antes nos daban a mí no me gustaban pero a mí me las hacía y pues me la tenía que comer a fuerza Pero eso sí se ha perdido porque antes hasta las moliendo en metate y las preparaban y las hacían bien pero ahora ya casi nadie muele entonces unas que otras personas es muy difícil que ya las hagan

12. ¿La comunidad ha resentido los cambios?

Pues la gente grande, o las que ya no pueden cocinar, yo le digo que yo si sigo igual

¿De qué formas?

Pues yo imagino que ya no comen igual de nutritivo

Categoría: Identidad y preservación (cambios sociales y culturales)

13. ¿Considera que los alimentos tradicionales de la comunidad tengan algún riesgo de desaparecer?

Si

¿Cómo ha observado este riesgo?

Sí desde ahorita estamos viendo porque según era tiempo de lluvias y no hubo lluvias entonces cómo está ahorita la sequía aquí no hay agua no se puede sembrar y más adelante cómo va a ser va a estar peor, va a tener que comprar todo y quien sabe de dónde sean las cosas

14. ¿Qué pasaría si se pierden algunos alimentos tradicionales?

Vamos a tener que comer más alimentos procesados no?

¿Cree que cambiarían los hábitos y las prácticas alimentarias de la comunidad?

Si porque por lo regular los platillos que hacemos son naturales se puede decir y si se van perdiendo pues ya se va metiendo más lo que son salchicha jamón y así alimentos procesados que van entrando y así si uno no va continuando eso que ha aprendido pues se van metiendo ingredientes platillos que ya no

Subcategoría Identidad

15. ¿Considera que los alimentos tradicionales de su comunidad la hacen diferente de otras comunidades?

Si, no es lo mismo aquí en San Pablo que en San André o en Tlachaloya o en San cayetano, menos que en Toluca

¿Cómo se siente al respecto?

Pues se siente bien porque aquí todavía tenemos tradiciones

16. ¿Le parece que los alimentos tradicionales ayudan a su comunidad a mantener sus costumbres?

Si

¿Podría dar un ejemplo de las costumbres que se mantienen gracias a los alimentos tradicionales?

La comida que dejamos para los difuntos, o como usamos el barro todavía, porque para las salchichas no se usa la olla de barro, esa es para los frijoles, o venerar las imágenes en toda la calle

17. ¿Cuál le parece que es la actitud de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

Yo creo que ahorita ya no les llama la atención tanto estar en la cocina como para que sigan una tradición

¿A qué cree que se debe esta actitud?

Ahorita la juventud ha cambiado mucho prefiere andar en la calle divirtiéndose o haciendo otras cosas que aprender a cocinar hacer un platillo o etcétera

¿Considera que es una actitud positiva o negativa para la comunidad?

Pues yo no lo veo mal, porque ellos ya han cambiado, ahora los tiempos son otros y todo es diferente

¿En qué cree que pueda afectar la respuesta de los jóvenes hacia los alimentos tradicionales?

Pues sí, con el tiempo van a desaparecer unos, pero otros siempre van a estar aunque ya no se igual como lo que le platico del mole

¿Considera que es importante para su comunidad que se sigan elaborando alimentos tradicionales?

¿Por qué?

Si. Es más natural, además es lo que aprendimos de las mamás y las abuelitas y lo que vamos a enseñar a nuestras hijas, es una forma de cuidar a la familia para que estén sanos además de que es más rico todo lo que se cosecha y se guisa está más bueno