**Universidad Nacional Mayor de San Marcos**
**Universidad del Perú. Decana de América**
Facultad de Ciencias Sociales
Escuela Profesional de Antropología

# Afectos e identidad en la cocina: Migrantes arequipeñas en Lima

**TESIS**

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Antropología

**AUTOR**

Fabiana Lucía CÁCERES CORTEZ

**ASESOR**

Dra. Stéphanie Carine BORIOS

Lima, Perú

2025



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

**Referencia bibliográfica**

---

Cáceres, F. (2025). *Afectos e identidad en la cocina: Migrantes arequipeñas en Lima.* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Ciencias Sociales, Escuela Profesional de Antropología]. Repositorio institucional Cybertesis UNMSM.

---

## Metadatos complementarios

| | |
|---|---|
| **Datos de autor** | |
| Nombres y apellidos | Fabiana Lucía Cáceres Cortez |
| Tipo de documento de identidad | DNI |
| Número de documento de identidad | 73426310 |
| URL de ORCID | https://orcid.org/0009-0007-1597-6574 |
| **Datos de asesor** | |
| Nombres y apellidos | Stéphanie Carine Borios |
| Tipo de documento de identidad | Carné de extranjería emitido en Perú |
| Número de documento de identidad | 000424148 |
| URL de ORCID | https://orcid.org/0000-0001-6562-7355 |
| **Datos del jurado** | |
| **Presidente del jurado** | |
| Nombres y apellidos | Luisa Elvira Belaunde Olschewski |
| Tipo de documento | DNI |
| Número de documento de identidad | 06511623 |
| **Miembro del jurado 1** | |
| Nombres y apellidos | Luisa Elvira Belaunde Olschewski |
| Tipo de documento | DNI |
| Número de documento de identidad | 06511623 |
| **Miembro del jurado 2** | |
| Nombres y apellidos | Martín Oliver Jaime Ballero |
| Tipo de documento | DNI |
| Número de documento de identidad | 10735459 |
| **Miembro del jurado 3** | |
| Nombres y apellidos | Diego Perez Ojeda del Arco |
| Tipo de documento | DNI |

| | |
|---|---|
| Número de documento de identidad | 72126476 |
| **Datos de investigación** | |
| Línea de investigación | No aplica |
| Grupo de investigación | No aplica |
| Agencia de financiamiento | Sin financiamiento |
| Ubicación geográfica de la investigación | País: Perú<br>Departamento: Lima<br>Provincia: Lima Metropolitana<br>Latitud: -12.046374<br>Longitud: -77.042793 |
| Año o rango de años en que se realizó la investigación | Obligatorio. Ejemplo:<br>Marzo 2023- Mayo 2024 |
| URL de disciplinas OCDE | Antropología:<br>https://purl.org/perepo/ocde/ford#5.04.03 |

Firmado digitalmente por SILVA SIFUENTES Jorge Elias Tercero FAU 20148092282 soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 20.06.2025 13:51:53 -05:00

UNMSM

**UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SA**
**(Universidad del Perú, DECANA DE AMÉR**
**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES**
**VICEDECANATO ACADÉMICO**

# *ACTA DE SUSTENTACIÓN PARA OPTAR EL TITULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ANTROPOLOGIA*

*En Lima, a las once horas del día jueves 19 de junio del dos mil veinticinco, reunidos, los miembros de la Facultad de Ciencias Sociales, bajo la presidencia de la Dra. Luisa Elvira Belaunde Olschewski y con la asistencia de los miembros del Jurado y del Dr. Jorge Elías Tercero Silva Sifuentes, Vicedecano de la Facultad, se dio inicio a la sustentación de la Tesis presentada por la Bachiller* ***Fabiana Lucía Cáceres Cortez,*** *para optar el* ***TITULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ANTROPOLOGÍA*** *titulada:*

***"AFECTOS E IDENTIDAD EN LA COCINA: MIGRANTES AREQUIPEÑAS EN LIMA".***

*A continuación, se formularon las preguntas y observaciones por parte de los miembros del Jurado. Luego de absueltas, el Jurado procedió a calificar la exposición de la tesis obteniendo la nota:*

VEINTE (20)

*El Jurado, de conformidad al reglamento General de Grados y Títulos de la Facultad, acordó otorgar a la Bachiller* ***Fabiana Lucía Cáceres Cortez.*** *el TITULO PROFESIONAL DE* ***LICENCIADA*** *EN ANTROPOLOGÍA y para dar constancia se extendió la presente Acta y firmaron:*

*Dra. Luisa Elvira Belaunde Olschewski*
*Presidente*

*Dr. Martín Oliver Jaime Ballero*
*Miembro*

*Mg. Diego Pérez Ojeda Del Arco*
*Miembro*

*Dra. Stéphanie Carine Borios*
*Asesora*

UNMSM

Firmado digitalmente por SILVA SIFUENTES Jorge Elias Tercero FAU 20148092282 soft
Motivo: Doy V° B°
Fecha: 20.06.2025 13:54:11 -05:00

*Dr. Jorge Elías Tercero Silva Sifuentes*
*Vicedecano Académico*
*Facultad de Ciencias Sociales*

UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE
SAN MARCOS
Universidad del Perú, Decana de América

## Anexo 1

## CERTIFICADO DE SIMILITUD

Yo, Dra. Stéphanie Borios en mi condición de asesora acreditada con el Dictamen de la E.P. de Antropología Nº 004-D-EPANT-2025 de la tesis, cuyo título es "Afectos e identidad en la cocina: Migrantes arequipeñas en Lima", presentado por la Bachiller Fabiana Lucía CÁCERES CORTEZ para optar el Título Profesional de Licenciada en Antropología, CERTIFICO que se ha cumplido con lo establecido en la Directiva de Originalidad y de Similitud de Trabajos Académicos, de Investigación y Producción Intelectual. Según la revisión, análisis y evaluación mediante la plataforma PIDS, el documento evaluado cuenta con el 6% de similitud, nivel PERMITIDO para continuar con los trámites correspondientes y para su **publicación en el repositorio institucional.**

Se emite el presente certificado en cumplimiento de lo establecido en las normas vigentes, como uno de los requisitos para la obtención del Título Profesional correspondiente.

Lima, 11 de junio de 2025.



Firma de la Asesora

Nombres y Apellidos del asesor: Stéphanie Borios

CE: 000424148

* Según corresponda: bachiller, magíster, doctor; título profesional o título de segunda especialidad

*La vigencia del presente certificado corresponde a un período de noventa (90) días desde la fecha de su emisión; siempre que no haya observaciones en el texto durante el proceso de revisión por el jurado informante o surja alguna contingencia.*

**Dedicatoria**

A quienes me abrieron la puerta de su hogar y me dejaron entrar a su cocina, a su corazón y sus recuerdos; esta tesis es posible gracias a su apertura y confianza en mi persona.

A mamá, quien me educó y transmitió saberes y sabores en la cocina, lo que hace hoy parte de mi identidad.

A papá, por siempre confiar en mí, en mi talento y en mis decisiones y animarme a escribir sobre una de las actividades que más me gusta: cocinar.

A la Dra. Stéphanie Borios, por orientarme y alentarme desde el inicio de este proyecto. Por escucharme y aconsejarme.

Al Dr. Martín Jaime, quien también orientó esta investigación y acompañó durante este camino.

A los docentes de la EAP de Antropología por la formación brindada; muchas de las ideas forjadas en las aulas hoy se encuentran en estas páginas.

A quienes confiaron en mí…

# ÍNDICE

**INTRODUCCIÓN** ..... 3

**1.1. Planteamiento del problema** ..... 6

**1.2. Justificación** ..... 12

**1.3. Preguntas** ..... 13

**1.4. Objetivos** ..... 13

**1.5. Hipótesis** ..... 14

***1.5.1. Hipótesis general*** ..... 14

***1.5.2. Hipótesis secundarias*** ..... 14

**1.6. Estado de la cuestión** ..... 15

***1.6.1. Estudios sobre la Identidad Cultural Alimentaria [ICA]*** ..... 15

***1.6.2. Estudios sobre el rol de las mujeres en la conservación de la cultura alimentaria*** ..... 18

***1.6.3. Estudios acerca de las memorias y los alimentos*** ..... 20

***1.6.4. Estudios acerca de los afectos y los alimentos*** ..... 21

**1.7. Marco teórico** ..... 23

***1.7.1. Identidad cultural alimentaria*** ..... 24

***1.7.2. Comensalidad*** ..... 28

***1.7.3. Afectos y alimentación*** ..... 34

***1.7.4. Mujeres, género y alimentación*** ..... 39

**1.8. Metodología** ..... 41

***1.8.1. Recolección de datos*** ..... 41

***1.8.2. Técnicas e instrumentos*** ..... 44

***1.8.3. Análisis de datos*** ..... 45

**CAPÍTULO I** ..... 46

**Mujeres y conservación de la identidad cultural alimentaria familiar** ..... 46

**1. Rol de las mujeres migrantes** ..... 47

***1.1. Importancia de la relación con las antecesoras*** ..... 47

***1.2. Funciones y organización en la cocina*** ..... 55

***1.3. Motivaciones para continuar con el legado culinario*** ..... 58

**2. Conservación de la identidad cultural alimentaria familiar** ..... 59

***2.1. Prácticas intergeneracionales*** ..... 61

***2.2. Prácticas de adaptación*** ..... 63

**CAPÍTULO II** ..... 68

**Relación entre los afectos de las cocineras y la comensalidad actual** ..... 68

**1. Desarrollo de los afectos en las familias arequipeñas** ..... 68
**2. Comensalidad actual en familias migrantes en Lima** ..... 87
***2.1. Redes de compartir alimentario*** ..... 87
***2.2. Funciones y organización de la familia*** ..... 88
***2.3. Ritualidad en la mesa*** ..... 89
**BIBLIOGRAFÍA** ..... 95
**ANEXOS** ..... 104
**Anexo 1** ..... 104
**Anexo 2** ..... 109
**Anexo 4** ..... 111
**Anexo 5** ..... 112

# INTRODUCCIÓN

Las migraciones humanas no solo implican desplazamientos geográficos; traen consigo transformaciones profundas en las estructuras sociales, culturales y emocionales de las personas que las experimentan. Estos movimientos, además de ser impulsados por la búsqueda de mejores condiciones de vida, generan la necesidad de reorganizar identidades, reconstruir costumbres y adaptar prácticas culturales en contextos que, con frecuencia, presentan grandes desafíos. En este marco, las cocinas de los migrantes arequipeños en Lima se configuran como espacios fundamentales donde convergen la memoria, la creatividad y la resiliencia cultural. A través de ellas, los migrantes logran preservar sus tradiciones alimentarias y reconstruir su identidad cultural, lo cual es un acto de resistencia frente a la homogenización global y un testimonio vivo del vínculo que mantienen con su lugar de origen. Las cocinas, entonces, se convierten en espacios simbólicos donde convergen la historia personal y colectiva, la adaptación innovadora y la continuidad de prácticas esenciales transmitidas de generación en generación.

En el ámbito migratorio, las prácticas culinarias superan con creces su función básica de sustento físico. Se transforman en un vehículo de conexión emocional, cultural e intergeneracional que permite a los migrantes revivir y redefinir su relación con su herencia cultural. Al recrear platos tradicionales, incluso ante la ausencia de ingredientes originales, los migrantes ejercen un acto de creatividad y resiliencia que reafirma su sentido de pertenencia a su región de origen. Este proceso de reinvención culinaria evidencia la capacidad humana para adaptarse a las nuevas circunstancias sin renunciar a los elementos esenciales de su identidad cultural. Profundamente anclado en los afectos, este fenómeno posibilita que los migrantes mantengan viva su identidad personal y colectiva y garantiza la transmisión de ese legado cultural a las generaciones más jóvenes. Así, se asegura la continuidad de una herencia rica y diversa que se adapta y enriquece en medio de los desafíos de un nuevo entorno.

La cocina, en este contexto, emerge como un puente tangible y simbólico entre el pasado y el presente, entre la memoria y la innovación. Es un espacio de resistencia cultural en el que las mujeres, históricamente reconocidas como guardianas de la cultura alimentaria, desempeñan un papel protagónico. Ellas preservan y adaptan recetas tradicionales, además que también transforman las cocinas en laboratorios de creatividad, memoria y compartir. Este proceso convierte a las cocinas en escenarios donde la identidad cultural se negocia, se reconstruye y se consolida. A través de la

preparación de alimentos, las mujeres migrantes recuerdan su pasado a la vez que generan un diálogo continuo con las dinámicas culturales de la ciudad receptora, demostrando cómo las prácticas culinarias se convierten en una herramienta poderosa de adaptación y resistencia.

Así mismo, la cocina se define como un espacio de resistencia y también como un lugar de encuentro y sociabilidad. Los rituales de comensalidad —el acto de compartir alimentos en familia o con amigos— refuerzan los vínculos afectivos y culturales, transformando cada comida en un acto de conexión con el pasado y el presente. En estas prácticas cotidianas, las mujeres migrantes asumen un rol crucial como mediadoras culturales, transmitiendo recetas, valores, significados y afectos que sostienen la continuidad cultural. A través de estos rituales, las cocinas se convierten en espacios donde se recrean las tradiciones, se negocian las identidades y se transmiten los lazos afectivos necesarios para enfrentar las incertidumbres del contexto migratorio.

El impacto de la globalización se refleja también en estas dinámicas. Por un lado, la globalización introduce nuevos ingredientes y prácticas culinarias que enriquecen las tradiciones alimentarias de los migrantes. Por otro lado, presenta desafíos al acceso a ciertos insumos esenciales y fomenta una cultura de consumo rápido que amenaza con erosionar las prácticas culinarias tradicionales. En este escenario, las mujeres migrantes demuestran una extraordinaria capacidad para adaptar sus recetas, preservando los sabores de su tierra natal a pesar de las limitaciones del entorno urbano. Este proceso de adaptación refleja una profunda conexión con sus raíces culturales además de darle la importancia a la cocina como un espacio de resistencia frente a las fuerzas de homogenización cultural.

El presente trabajo se centra en analizar cómo las cocinas migrantes arequipeñas en Lima han formado espacios de continuidad cultural y construcción de identidad a través de los afectos. Se estudian las prácticas alimentarias y los rituales de comensalidad de las familias migrantes, explorando cómo estos espacios permiten la recreación y transmisión de valores, memorias y tradiciones. Además, se aborda el impacto de la globalización, los desafíos inherentes a la adaptación a un nuevo entorno urbano y la manera en que la cocina se convierte en un acto de resistencia cultural y una expresión tangible de los lazos afectivos que conectan a los migrantes con su herencia y su comunidad.

Este análisis busca responder la pregunta principal de investigación: ¿Cómo las cocinas migrantes arequipeñas en Lima han formado espacios de continuidad cultural y construcción de la identidad a través de los afectos? Para ello, se desarrollaron objetivos específicos que permitieron explorar el rol de las mujeres como preservadoras de la identidad cultural alimentaria y la relación entre los

afectos y la comensalidad en las familias migrantes. La investigación combina un enfoque cualitativo, basado en testimonios y análisis etnográficos, con una revisión teórica que aborda conceptos clave como identidad cultural alimentaria, memoria y afectos, buscando aportar una visión integral de las dinámicas que ocurren en este espacio de estudio.

Al analizar la cocina como un espacio de memoria, resistencia y construcción identitaria, esta investigación contribuye al entendimiento de los procesos culturales y sociales que atraviesan los migrantes en contextos urbanos contemporáneos y también destaca la relevancia de las prácticas alimentarias como un medio para preservar y transformar la identidad cultural. En un mundo globalizado, donde las dinámicas de homogenización cultural son cada vez más intensas, la cocina se erige como un bastión de identidad y afecto. Es un espacio donde la tradición y la innovación coexisten, permitiendo a los migrantes mantener viva su herencia cultural mientras integran y contribuyen a las dinámicas socioculturales de la ciudad que los acoge. Este enfoque, centrado en los afectos y la resiliencia cultural, subraya el poder de las prácticas alimentarias como un medio de resistencia, adaptación y continuidad cultural en un mundo en constante transformación.

## 1.1.Planteamiento del problema

Desde hace más de doscientos años las palabras de diversos oradores, poetas, intelectuales e ilustrados dibujaron a través del lenguaje la fértil naturaleza de los suelos arequipeños; toda casa construida sobre dicho suelo poseía una vistosa miscelánea de árboles, una variedad de plantas frutales, legumbres, hortalizas e incluso yerbas medicinales (Travada y Córdova, 1752 en Chávez, 2015). A pesar del tiempo transcurrido, aun cuando yo era una *ccorita* recuerdo los huertos de mamá Panita, mi bisabuela, donde sacábamos los rocotos para hacer el *yatán* o acompañar las comidas con sus rodajas, ajíes para los aderezos, entre algunos otros frutos que no otorgaba la naturaleza. El jardín de mamá Nene, mi abuela y con quien vivía, a pesar de no tener la estructura de un huerto también nos entregaba una vista fructífera y abundante; incluso hoy día los niños de la casa pueden gustar aguaymantos directamente de la planta. Cabe mencionar, que incluso hasta hace unos quince años el espacio en las casas era el suficiente para poder criar una variedad de animales pequeños como pollos, cuyes o patos que podrían ser parte del condumio familiar.

Es imposible negar la arraigada tradición agrícola de la ciudad ubicada al suroeste del Perú, llamada a menudo la "Ciudad Blanca". Los orígenes de tal apelativo responden a diversidad de versiones, algunas referencian a la gran cantidad de españoles que radicaban en el territorio, otras a sus grandes construcciones de sillar; no obstante, dicha dimensión no concierne en esta investigación. Esta ciudad es la segunda más grande del país con un aproximado de 1.5. millones de habitantes (INEI, 2023); dicho espacio geográfico destaca por la bondad agrícola de sus valles que ofrecen ingredientes con sabores destacables y específicos, característicos del ecosistema donde se encuentra ubicada; además preserva un bagaje cultural sumamente sólido con respecto a sus prácticas alimentarias. Esta es una característica que nos permite el repensar en las modificaciones o pérdidas del *habitus* por las que atraviesan aquellos migrantes que se establecen en áreas urbanas de alta densidad poblacional como Lima.

En el imaginario popular, el huerto representaría una característica importante en los hogares, de tal manera que muchas familias han designado un pequeño espacio para la producción de algunos alimentos y plantas medicinales. Estos huertos son una manera de mantener vivas las tradicionales culturales y el conocimiento ancestral sobre el cultivo y uso de plantas. Las casas arequipeñas, en décadas anteriores, contaban con espacios suficientes para la cría de animales pequeños, lo que complementaba la dieta familiar con proteínas frescas y locales. Estos lugares, según la tendencia,

serían espacios principalmente de cuidado femenino, sobre todo lo que respecta a la comensalidad familiar.

No obstante, es necesario recordar que todo proceso de inmigración implica de algún modo u otro la interrupción y la reconstrucción de la cotidianidad, el estilo de vida de las personas y su reorganización en un nuevo espacio social; podrían provocar una serie de sentimientos catalogados como" negativos" a causa de las rupturas de la cotidianidad; por ejemplo, la tristeza, el dolor o el sufrimiento. La falta de contacto entre paisanos puede crear un vacío evidente a nivel de la memoria, puesto que la falta de comunidad también genera falta de comunicación. Esto último está compuesto por un sistema de símbolos que nos permite reconocernos entre miembros de una comunidad; no obstante, para *re-conocerse* es necesario, en primera instancia conocerse (Ccopa, 2018; Han, 2020).

Bajo esta premisa, los sujetos que hacen parte de la investigación no refieren a un espacio geográfico que los agrupe además de los límites de Lima Metropolitana, ciudad en la que se vive día a día de manera más individualizada. En este trabajo se busca explorar cómo es que se mantiene viva la identidad cultural alimentaria en contextos migratorios de manera que quien cocina en casa pueda generar y mantener vínculos con su región y recrear estas relaciones con su familia, a pesar de que no se puede recurrir a una comunidad de paisanos como se podría esperar, desde una perspectiva más clásica. Los casos que vamos a abordar en este estudio nos permiten explorar esta dimensión en la alimentación en este tipo de contextos migratorios.

Cuando no conoces a nadie, cuando no tienes una comunidad, la soledad puede ser abrumadora; de hecho, la vida misma en la capital tiende a ser abrumadora, te haces diminuto enfrentándote a una gran bestia de un millón de cabezas (Congrains,1954) …Un día de pronto todo lo que conoces ya no está… los buñuelos de la tarde ya no están, las caparinas tampoco, ni las chicheras en el mercado, ni la picantería donde ibas con tu familia a almorzar, mucho menos el horno donde iban a dejar los pasteles y en el parque ya nadie vendía queso helado, el pan de tres puntas, el bollito y el pan de trigo hacen falta en la mesa de las mañanas así como los voladores en el lonche; faltaba todo y al mismo tiempo mi madre hacía que no faltara nada; lo que hacía que la soledad se apaciguara, su comida me abrazaba. Ella mantuvo en mí mi identidad, a pesar de estar tan alejada de donde nací me crié sintiéndome arequipeña y siendo arequipeña; ella sin saberlo, construía quien soy hoy en día transmitiéndome los valores, los sabores e imágenes con los que ella también fue criada.

Esta tesis describe y explica cómo es que se transmite en la actualidad la identidad cultural alimentaria (ICA) mediante los afectos en los migrantes arequipeños residentes en Lima a través de la alimentación regional y tradicional recreada en un contexto migrante. Es así que se plantea que los vínculos afectivos con relación a la comensalidad que existe en las comunidades, sostenidos principalmente por quien es encargado de la cocina, permite que la identidad se cree o se mantenga respecto al lugar de origen o el lugar de los progenitores, a pesar de los procesos de transregionalización a los que se enfrentan, siendo la comida una barrera a la aculturación.

La alimentación se puede comprender como un proceso indispensable para la reproducción sociocultural, lo cual es posible relacionar con elementos económicos, culturales y ecológicos; con estas prácticas se busca la disposición de insumos para las preparaciones del día a día, las cuales requieren de la producción para el autoconsumo o del intercambio (Arellano *et al.,* 2018). La geografía de los hábitos provincianos se traslada a un medio capitalino y se presentan a la comida del migrante y sus condimentos en la dieta alimentaria al nuevo contexto de vivienda (Sassone, 2007).

A pesar de ser una niña, yo entendía que muchas cosas en la cocina cambiaron por la falta de insumos e instrumentos; era evidente la mudanza de una casa citadina provinciana a un departamento en la cosmopolita Ciudad de los Reyes. En Lima, no se podía criar cuyes, ni pollos, ni patos… no había lugar para poner un molino y mucho menos un batán. El mercado mostraba pintorescos colores en la variedad de insumos que me ofrecía, pero hacía falta algo, el lugar simplemente era desconocido; pensar en comprar airampo para la infusión de la tarde, hojas de achira para envolver los tamales, unas papayas arequipeñas para el refresco del almuerzo o guiñapo para la chicha era imposible. ¿Acaso la falta de acceso a los insumos que acostumbraba podría afectar la identidad cultural alimentaria como migrante?

Sin embargo, es importante mencionar que las arequipeñas siempre han tenido apertura a la influencia de otras cocinas regionales y han sabido reinterpretarlas en sus propias recetas con respecto a la variedad de insumos que encuentran en los mercados (Chávez, 2015). En el escenario de las ferias comerciales se puede observar el valor que los migrantes le otorgan a la vida social y a la comida como mediación de la experiencia colectiva entre el tiempo y el espacio (Sassone, 2007).

Aparentemente, podría parecer que hacer un picante para la hora de almuerzo resultaría sumamente complicado ¿verdad?... ¿Qué es un picante, mami? – preguntaba. Mamá respondía- porque es un plato que se hace a base de ají y se servía en las picanterías. ¿Y por qué no pica? – replicaba sintiéndome

orgullosa y pensando que la resistencia al picor era una característica de los arequipeños; “uno sabe que el rocoto está bueno cuando va donde la casera o donde el huerto y le muerde la puntita y le pica” es lo que decía mi tío en la mesa cuando se servía el *yatan* en su comida; para mi esta idea hacía mucho sentido. No obstante, la realidad es que los piqueos y el picante, son platos hechos a base de ají, el cual no es usado necesariamente para agregar un sabor picante a la preparación, sino que es utilizado para otorgarle textura al plato; por ejemplo, en los adobos, sopas, guisos, ceviches, sudados, chupes, entre otros (Álvarez, 2017).

¿Dónde se podía conseguir lo que se necesitaba para realizar un picante? Para mi madre esto nunca fue un problema, ella supo adaptarse y manejar la situación sin perder su identidad… con lo que ella había crecido y aprendió de su mamá y que a su vez me enseñó a mí. Si no encontrábamos calabaza pues sin problema ella hacía el ají de calabaza con zapallito italiano, si no había papaya arequipeña se traía en encomienda algunos kilos y ella lo conservaba para que nos dure varios meses, si no había hojas de achira envolvíamos los tamales en papel aluminio; sin embargo, a pesar de contar con gran variedad de ingredientes para poder recrear nuestros potajes típicos, pero…el gusto de estos era distinto, debido a la diferencia del lugar de procedencia.

Los rocotos eran más dulces, el zapallo no tenía su dulzor característico, el choclo era menos tierno y las habas un poco insípidas; por otro lado, conseguir la tripa para el chaque, el cordero e incluso diversos cortes de carne era un poco más complicado o caro. Muchas otras preparaciones se dejaron de hacer por la falta de algún ingrediente que simplemente no era sencillo ni práctico de conseguir como el guiñapo, airampo o el pan de tres puntas. Finalmente, todo esto se convertiría en nuestra cotidianidad. Aun cuando tenía nueve años ya conocía las imágenes, los sabores, los olores y rememoraba aquellos momentos con mi abuela y con mi madre, percibía los cambios que había en el plato; al final del día, uno lo que hace su madre es lo que está bien preparado … “Busco cocinar tal como lo hacía mi mamá” (Susana Navarro, 2023).

La cocina constituye un espacio central en la transmisión cultural y la adaptación alimentaria, particularmente en este tipo de contextos, donde los ingredientes y las técnicas tradicionales enfrentan cambios significativos. La labor de las mujeres en este espacio implica la preparación de alimentos, la preservación y la reinvención de la identidad cultural a través del acto culinario. Las prácticas culinarias son frecuentemente un reflejo de las enseñanzas maternas, evidenciando cómo las

relaciones intergeneracionales consolidan saberes y prácticas que resisten a las trasformaciones impuestas por el entorno.

El papel de guardianas de la cultura que se les otorga a las mujeres se inscribe en una estructura de género que, según Segato (2016), refuérza la división sexual del trabajo, asignando a las féminas tareas asociadas al cuidado y a la reproducción cultural. A través de la cocina, ellas sostienen la vida cotidiana de sus familias, además que configuran un espacio de poder simbólico donde se negocian las tensiones entre tradición e innovación, al mismo tiempo que enfrentan desafíos que impone la globalización en el acceso a insumos y técnicas tradicionales (Rosales, 2022). Por lo tanto, la cocina es un ámbito donde convergen dinámicas de género memoria y resistencia cultural.

En función a esto se puede decir que la identidad que se genera con respecto al lugar de origen se da por un patrón complejo de ideas, creencias, preferencias, sentimientos y valores; de esta forma el sujeto debe de tener autoconciencia de su pertenencia a una comunidad, lo que implica significados afectivos (Ibarra- López, 2023). En un nuevo contexto los sentimientos que surgen a partir de las memorias del migrante pretenden también satisfacer este tipo de necesidades, las afectivas emocionales.

La cocina juega un papel fundamental en la conformación de la identidad de las personas, ofreciéndoles una conexión tanto física como emocional con su cultura y sus raíces. Especialmente para los inmigrantes, la oportunidad de revivir las tradiciones culinarias en su nueva ubicación les permite recordar su lugar de origen y su familia y les ayuda a establecer lazos con sus paisanos y con miembros de diferentes comunidades en la ciudad de acogida. Aunque los migrantes se adaptan a las prácticas alimenticias de la nueva región y a sus condiciones socioeconómicas, la preparación de platos tradicionales les ofrece una experiencia gustativa que los conecta con sus orígenes, contribuyendo así a la preservación, al menos en parte, de su identidad personal. Además, la recreación de estos platos tradicionales a menudo implica la incorporación de nuevos ingredientes y prácticas culinarias, lo que enriquece y diversifica aún más la experiencia gastronómica (Le Bretón, 2006; Fisher, 1995).

“Cuando vine acá quise comer comida arequipeña, pero siempre faltaba” (Cipriano Zaraías). El caso de Cipriano no es una particularidad; en caso, la excepción a la regla sería poder llegar a una comunidad migrante totalmente establecida donde uno puede encontrar reproducciones cuasi exactas de los platos que se preparaban en su región de origen y aun así la generación de un afecto sensorial

(Calvo, 2014) de los alimentos como suyos requiere una costumbre con la que uno está familiarizado rememorando así hechos significativos de la infancia (Ccopa, 2018) en donde la madre tiende a ser la figura principal.

La relación entre los afectos, es decir, las formas de sentir, percibir y recordar, y la comensalidad es fundamental para comprender cómo se construye y se mantiene la identidad cultural alimentaria en contextos migratorios. Mediante la experiencia sensorial y emocional que proporciona la comida tradicional, las personas pueden revivir recuerdos de su lugar de origen y establecer conexiones con su pasado, su familia y su comunidad. La cocina se convierte así en un vínculo tangible con las raíces culturales, ofreciendo a los individuos un sentido de pertenencia y continuidad en medio de los cambios y las distancias geográficas. Cabe mencionar, que la práctica de recrear platos tradicionales con ingredientes disponibles en el nuevo entorno preserva la identidad personal y enriquece la experiencia gastronómica al fusionar elementos de diferentes culturas gastronómicas. En última instancia, la alimentación se convierte en un espacio donde transversalizan las emociones, las memorias y la sociabilidad, proporcionando consuelo y conexión en medio de la experiencia migratoria.

Gloria, Susana, Cipriano, Evelynne, Luisa y Rosa representan estos espacios, donde a pesar de no contar con barrios de respaldo se esfuerzan constantemente en mantener la identidad que han formado con y para sus familias. Es necesario tener en cuenta que ellos asumen esta responsabilidad desde su rol como amas y responsables de las labores del hogar, lo que les permite tener una interacción directa en la toma de decisiones alimentarias. Estas parten de su identidad y autodefinición como arequipeños y el reconocimiento de un ciclo constante que parte desde la socialización y la tierra y culmina en la socialización y la mesa, revalorizando así su legado agrónomo el cual va de la mano con el gastronómico.

El estudio de caso del presente trabajo de investigación radica en la comunidad migrante arequipeña establecida de manera permanente en Lima. A comparación de otros grupos migratorios los arequipeños en la capital se encuentran dispersos, por lo que no es común encontrarse con barrios de población characata; esto se podría deber a que el porcentaje de este grupo migrante representa solo el 3.8% en la población interna peruana a la capital (INEI, 2015). No obstante, este grupo destaca por tener un fuerte sentido de pertenencia con respecto a su identidad étnica y cultural, la cual permite una fuerte apreciación con lo que respecta a las costumbres, tradiciones, festividades, prácticas religiosas

y alimentarias, siendo esta última un pilar fundamental en la construcción de la identidad pues ha generado una conexión profunda con las raíces de los individuos en cuestión (Quiroz, 2012)

### 1.2. Justificación

La importancia de la presente investigación radica en enriquecer desde una mirada descriptiva los aspectos afectivos y de memoria que aborda la culinaria regional arequipeña. La perspectiva presentada es esencial para entender cómo la comida no es solo un sustento físico, pues es también un medio crucial para la preservación y transmisión de la cultura gastronómica. Los estudios de la comensalidad ofrecen una ventana hacia la compresión de cómo los alimentos y las prácticas culinarias están profundamente interrelacionados con la identidad cultural y la memoria colectiva de una comunidad.

El condumio es una manifestación rica y multifacética de la cultura, la cual abarca aspectos sociales, económicos y emocionales. La comida es un componente esencial en la construcción de la identidad cultural, pues mediante la comensalidad se transmiten valores, tradiciones y prácticas culturales de generación en generación. La manera en que las personas preparan, consumen y comparten los alimentos refleja y refuerza las identidades colectivas y personales (Mintz & Du Bois, 2002).

La alimentación en sus diferentes formas actúa como un catalizador para la evocación de recuerdos y la construcción de la identidad cultural. Según Sevilla (2019), la memoria culinaria tiene el poder de activar recuerdos y sentimientos relacionados con la identidad cultural y la experiencia personal. Este fenómeno es particularmente evidente en las prácticas culinarias tradicionales, donde la preparación y el consumo de ciertos platos pueden conectar a los individuos con sus antepasados y con una historia compartida. Particularmente este trabajo aborda la relación que existe entre la idea tradicional de comida en su lugar de origen tiendo como contraparte la relación de los individuos con los alimentos en su nuevo contexto. La investigación diverge de otras al entender la relación cultura/alimentación desde las perspectivas que poseen los migrantes que no cuentan con comunidades de respaldo que tradicionalmente se aborda en otras pesquisas.

El rol que cumplen las mujeres en la preservación de la cultura gastronómica es un aspecto que merece especial atención, pues son ellas quienes desempeñan un papel central en la transmisión de conocimientos culinarios y en la conservación de recetas tradicionales. Counihan (1999) señala que las féminas han sido históricamente las guardianas de la cocina familiar y comunitaria, asegurando que las tradiciones culinarias perduren a través de sus habilidades y conocimientos.

Por otro lado, el presente texto tiene como relevancia académica permitir entender cómo se mantiene la identidad cultural en espacios migratorios individuales que no cuentan con una comunidad de respaldo en el territorio donde se encuentran viviendo en su actualidad, dado que, en el Perú, los estudios migratorios no suelen abordar las dimensiones afectivas, de comensalidad y de individualidad. Pues se suele tomar posturas tradicionalistas propias de la región, por ejemplo: posturas económicas de la migración del campo a la ciudad, diversidad étnica e interculturalidad, posturas desarrollistas y movimientos sociales. En tanto, el presente estudio opta por analizar subjetividades y el transporte de los pensamientos e imágenes identitarias a partir de los alimentos y los rituales de comensalidad, lo que lo hace inédito en su tipo para la región y la casa de estudios.

### 1.3. Preguntas

En el sentido de lo mencionado se plantea responder a la siguiente pregunta principal: ¿Cómo las cocinas migrantes arequipeñas en Lima han formado espacios de continuidad cultural y construcción de la identidad a través de los afectos? Así mismo, a propósito de contestarla adecuadamente se ha propuesto las siguientes cuestiones secundarias:

- ¿Cuál es el rol que cumplen las mujeres migrantes en la conservación de la identidad cultural alimentaria de sus familias?
- ¿Qué relación hay entre los afectos de las cocineras migrantes arequipeñas y la comensalidad actual en sus familias?

### 1.4. Objetivos

Bajo lo propuesto en la problemática, el objetivo principal de la presente investigación es describir cómo las cocinas migrantes provenientes de Arequipa han formado un espacio de continuación cultural y de construcción de la identidad a través de los afectos en el contexto limeño de la actualidad.

Con el fin de poder lograr lo establecido se han propuesto dos subobjetivos:

- Describir el rol que cumplen las mujeres migrantes arequipeñas en la conservación de la identidad cultural alimentaria de sus familias.
- Conocer la relación que existe entre los afectos de las cocineras migrantes arequipeñas y la comensalidad en sus familias.

## 1.5. Hipótesis

### *1.5.1. Hipótesis general*

Las cocinas migrantes en Lima son centros de continuación de la identidad alimentaria transmitida de las madres migrantes a sus hijos transregionales mediante los afectos, es decir, mediante la percepción de emociones, memorias y sensaciones. Estos forman parte del proceso cultural alimentario, puesto que las sensaciones que se perciben mediante la estesia nos permiten generar vínculos emocionales que se traducen en experiencias positivas o negativas, las cuales se convertirán en las memorias que nos posibilitan generar un sentido de identidad.

Es decir que los afectos son la base de la preservación de la identidad, puesto que las percepciones sensoriales que se transfieren a través de los alimentos juegan un rol en la construcción de la identidad del individuo.

### *1.5.2. Hipótesis secundarias*

1. Las mujeres migrantes arequipeñas son quienes sostienen viva la herencia gastronómica de su lugar de origen, de manera de que los valores culinarios se mantienen vigentes. En ese sentido, la transmisión de conocimientos culinarios y la preservación de recetas tradicionales constituyen un medio para reforzar la identidad cultural y establecer un sentido de pertenencia en un contexto migratorio.

   El rol asignado a las mujeres evidencia la aún existente división sexual del trabajo, donde son ellas quienes asumen la responsabilidad de preservar la identidad cultural alimentaria en el ámbito doméstico. A pesar de las dificultades que pueden surgir en el entorno migratorio, como las diferencias en el acceso a los ingredientes o a la presión de adaptarse a las costumbres locales, las arequipeñas en Lima encuentran en la gastronomía una forma de resistencia cultural, manteniendo vivos sus valores y prácticas alimentarias.

   Al preparar y compartir condumios típicos, las mujeres estarían conservando su herencia culinaria, además, también generarían espacios de encuentro donde las relaciones familiares y comunitarias se recrean. Así mismo, la comida actúa como un vínculo tangible entre el pasado y el presente, conectando a las nuevas generaciones con sus raíces a través de rituales y sabores compartidos, a pesar de las adversidades que pueden surgir en el contexto migratorio.

2. Los vínculos afectivos generan la continuidad de los rasgos culturales tradicionales que conforman parte de la comensalidad de las familias migrantes. Esta es un acto cargado de

significado cultural, donde se recrean tradiciones, se comparten historias y se consolidan los valores comunitarios.

La práctica de convidar los alimentos va más allá de la satisfacción de las necesidades fisiológicas, pues este espacio de interacción social refuerza los lazos afectivos entre los miembros de la familia. En el caso de las familias migrantes, estos momentos en la mesa permiten la *(re)*producción de prácticas alimentarias tradicionales, lo que fomenta la cohesión social y fortalece la identidad cultural en un contexto de desplazamiento.

La continuidad de las costumbres, a menudo, se enfrenta a diversas tensiones que derivan de las dinámicas laborales o distancias geográficas, pero que a través de las prácticas de comensalidad, las familias logran resistir a la erosión de prácticas culturales y, al mismo tiempo, adaptan sus costumbres a la nueva realidad migratoria.

## 1.6. Estado de la cuestión

El desplazamiento social que generan las migraciones acarrea también el traslado de saberes culturales; entre ellos el conocimiento culinario, el cual posee gran carga simbólica que se ve reproducida en la nueva realidad del individuo. Sin embargo, cabe señalar que en Perú no existe una abundante bibliografía que aborde de manera profunda las relaciones entre migración y alimentación, ni la conexión entre la alimentación y los afectos. Las investigaciones en este contexto tienden a centrarse en aspectos más tradicionales de los desplazamientos, dejando de lado otras dimensiones que acompañan las prácticas alimentarias de los migrantes.

### *1.6.1. Estudios sobre la Identidad Cultural Alimentaria [ICA]*

El ser humano ―como cualquier otro ser vivo― ha buscado la manera más adecuada de satisfacer sus necesidades básicas, una de ellas y la que nos es más relevante en esta investigación es la de alimentarse. Evidentemente, nosotros como especie no nos hemos visto totalmente determinadas a lo que la naturaleza nos ofrece para saciar el hambre, sino que (como menciona Levi- Strauss) hemos desarrollado la cultura, lo que nos diferencia de otras especies.

En la búsqueda de las formas más deleitantes de consumir los alimentos solo hemos admitido como comestibles aquellos productos naturales que culturalmente aceptamos, a estos los hemos sometido a una serie de manipulaciones con el fin de mejorar su sabor y su textura (Meléndez y Cañez, 2009).

1Bajo esta premisa podemos empezar a evaluar cómo se crea una identidad con los alimentos con respecto al lugar de origen que tenemos cada uno de nosotros. Duhart (2002) propone el concepto de identidad alimentaria entre las dimensiones que posee el ser humano con respecto a la comida; estas se desarrollan en facetas variables con respecto a las regiones y a los gustos, pero cumplen una constitución en el imaginario culinario nacional mediante emblemas. Esta formación de la identidad también funciona como un contra peso frente a la aculturación o al abandono de la propia cultura, pues las reglas y métodos culinarios evidencian los ritos que se mantienen entre los miembros de una comunidad (Denegri – Coria et *al.*, 2016; Maury, 2010).

En este punto, es preciso mencionar que la identidad cultural alimentaria camina de la mano con la comensalidad, por lo que es un factor sumamente importante para la construcción de la ICA. Esto se debe principalmente a que las practicas que se relacionan a los ritos y al consumo alimentario hacen cotidiana la distinción que existe entre los que comen y beben ciertos productos y los que no (Delgado, 2008). El momento en el que un grupo comparte los alimentos se socializa y se transmiten valores, lo que supondrá una mayor producción simbólica para el grupo; en este contexto (que puede ser familiar, hogareño o comunal) se transmiten significados sociales y la propia identidad (García, 2014).

Los símbolos identitarios no se limitan únicamente la receta o el plato como producto, sino que existe una relación identitaria con respecto a los ingredientes, al menaje, las técnicas de preparación, utensilios de cocina, incluso la forma de servir el plato y los acompañamientos, son elementos identitarios en estos espacios, todos estos elementos son parte de lo que implica la comensalidad. Sutton (2007) menciona al respecto que los utensilios con lo que se elabora un plato son herramientas que adquieren la identidad de sus portadores, pues recolectan historias, vivencias y experiencias de las manos que lo utilizan. Si extrapolamos lo mencionado a realidades migrantes, estos objetos, ingredientes e incluso la vajilla brindan una cercanía al individuo con su lugar de origen, por lo que estos objetos respaldan, acogen y acercan al migrante a su lugar de origen.

Ante las dificultades que se pueden presentar en la preparación de los alimentos de los grupos no originarios de un lugar, estos tienden a adaptar sus recetas con el fin de obtener los sabores más parecidos a los que solían degustar en su tierra natal; no obstante, con el tiempo es posible obtener gustos muy similares, los cuales van a convivir con la sociedad receptora y poseerán un auge como símbolo identitario (Abu-Shams, 2008). Es posible poner como ejemplo las corrientes gastronómicas que han surgido como consecuencia de la migración; verbigracia, el tusán, el nikei, el tex-mex; a pesar

de que estas formas culinarias se han establecido de manera permanente como resultado del sincretismo cultural; no obstante, es importante mencionar que mientras más crecía la comunidad obtener productos desde su lugar de origen se vuelve mucho más sencillo, en su defecto su sabor será mucho más próximo al que recuerdan.

En otras palabras, cuando un grupo o individuo se moviliza de su lugar de origen hacia el exterior, independientemente de los motivos, uno de los elementos más importantes de identificación con ellos mismos y para con los otros es el condumio; el cual en sus primeras fases será adaptado e intentará ser perfeccionado. Tarrés (1999, p. 85 en Abu-Shams, 2008, p.p. 178- 179) menciona que las migraciones son procesos mucho más rápidos que la modificación de los elementos alimentarios, por lo que, aunque los ingredientes puedan modificarse según el nuevo lugar de residencia, los procesos se mantienen.

En esa línea, se puede entender que consumir preparaciones propias de su tierra es sumamente significativo para las familias migrantes, puesto que a pesar de la lejanía les permite mantener el sentido de identificación con su región de origen. En consecuencia, se crean estrategias para poder afrontar las dificultades que pueden presentarse en la obtención y la satisfacción de esta necesidad representativa (Castro y Fabron, 2018); es importante, mencionar que la constante reunión entre personas que poseen un arraigo cultural es lo que forma hábitos y gustos alimentarios de una colectividad, lo cual puede ser por motivos religiosos, sociales, económicas, etc. Aun así, existe una variedad en los gustos de cada individuo, por lo que podemos decir que lo que construye una identidad son las imágenes con las que un grupo cultural se siente identificado, incluso antes que el sabor (Abu-Shams, 2008; Nunes, 2007; Duhart, 2002; Ibañez y Huergo, 2012).

En síntesis, la Identidad Cultural Alimentaria se configura a través de la inculcación de valores y prácticas durante los procesos de socialización que se materializan en la comensalidad: lo que se come, cómo se come y con quién se come. Esto evidencia que la identidad demás de estar determinada por el contexto social, los artefactos y productos naturales que conforman estas prácticas también cumplen un rol relevante. En contextos migratorios, la comensalidad se convierte en un espacio crucial de comunidad, donde los elementos del lugar de origen actúan como herramientas simbólicas que refuerzan y resignifican la identidad cultural de los individuos.

### *1.6.2. Estudios sobre el rol de las mujeres en la conservación de la cultura alimentaria*

Una parte de la bibliografía fija su atención en el rol de las mujeres en la conservación de la ICA; sin embargo, los estudios revisados con la comensalidad y la alimentación carecen en su mayoría de perspectiva de género. Esto deja sin explorar preguntas fundamentales sobre quiénes son los actores sociales que participan en la preparación, reproducción y construcción de la identidad cultural de su comunidad, que en este caso se refleja a través de la comensalidad. En ese sentido, este trabajo contribuye al campo de los estudios alimentarios al incorporar una lectura desde el género en el análisis de las prácticas alimentarias transregionales, pues este enfoque ha sido poco profundizado en la literatura revisada. De esta manera se colma un vacío en la investigación y se amplía la comprensión sobre el papel de las mujeres en la transmisión cultural alimentaria.

Las mujeres, en la mayoría de las sociedades, son quienes, tradicionalmente, se ocupan de las labores de cuidado en sus hogares, lo que implica la elaboración de los alimentos y llevar la administración de la economía del hogar. Ellas cumplen un rol necesario como "guardianas de la cultura", puesto que ellas son las encargadas de la alimentación del hogar en sus contextos y las responsables de adaptar el presupuesto familiar a la inversión de los ingredientes (Aparici, 2014 en Solans, 2014; Bertrán, 2017; Solans, 2014; Solans, 2019) que requiere para representar los platos de su región natal, de su pareja e incluso de sus hijos, quienes pueden estar desarrollándose en un contexto totalmente diferente; para lograr este objetivo, se opta por un adecuado aprovechamiento y conservación de los insumos que son utilizados para diversas preparaciones (Pérez, 1997).

Evidentemente, las maneras de conservación de los alimentos pueden funcionar muy bien en el ámbito doméstico; estas prácticas pueden tener una importancia significativa en contextos migrantes. Sin embargo, en la naturalidad, los alimentos que pertenecen al lugar de origen son preparados según su disponibilidad, lo que implica que la mayoría de estos sean frescos. Por factores como el transporte, la falta de espacio o la propia geografía del lugar, encontrar ingredientes propios de su lugar de origen puede representar una seria dificultad en la preservación de la cultura alimentaria. Debido a esto las encargadas de la cocina deben de optar por conseguir insumos parecidos que se encuentren en el lugar de origen o conservar los productos que traen consigo de su lugar natal (Denegri-Coria *et al.*, 2016).

En contextos migrantes, son las emigrantes mayores o las de primera generación quienes realizan un mayor esfuerzo en mantener vivas las pautas tradicionales culinarias. Esto puede deberse a que en la mayoría de los casos ellas suelen ser amas de casa, trabajar en el ámbito doméstico o ser voluntarias

en comedores, donde usualmente conviven con sus paisanos (Denegri – Coria *et al*., 2016; Abu-Shams, 2008; Solans, 2019). El grupo femenino de adultos mayores son quienes suelen tener la atribución para preservar y mejorar la alimentación del grupo social y parenteral. Todo este conocimiento suele ser transmitido de manera oral a las generaciones menores con el fin de mantener la perpetuidad de la cultura gastronómica de manera tradicional facultando la perpetuación de recetas a través del tiempo de generación en generación (Pérez, 1997; Troncoso, 2019), lo que posteriormente podría adoptar nombres como "el guiso de la abuela".

Este enfoque que les da la principal atención a las mujeres en las prácticas gastronómicas, hace que las mujeres dueñas de negocios de este rubro tengan una preferencia por tener hijas que continúen con su legado; por ejemplo, las picanteras señalaban que tenían miedo de no tener hijas que en el futuro se encargaran de resguardar y conservar los secretos culinarios transmitidos de generación en generación por las cocineras arequipeñas. Estos recintos siempre han estado a cargo de mujeres, quienes en sus inicios fueron marginadas hasta la llegada del boom turístico, lo que ha permitido una valorización del quehacer, conocimiento y oficio (Cornejo, 2014; Fuentes, 2014).

En ese sentido, es importante tener en cuenta que la cultura alimentaria no solo implica una preservación de las recetas y técnicas culinarias, sino que también es necesario entender el contexto histórico social en el que surgen, se modifican y se adaptan alrededor de la comida (Harris y Mair, 2013); debido a esto es que los productos gastronómicos pueden variar sin perder su esencia a lo largo del tiempo.

Las investigaciones destacan el papel fundamental de las mujeres en la conservación y transmisión de la identidad cultural alimentaria, subrayando su protagonismo tanto en el ámbito doméstico como en contextos migratorios. Las mujeres, en su rol de guardianas culturales, adaptan recursos y técnicas culinarias para mantener la esencia de los platos frente a los desafíos que supone un cambio de localización.

La transmisión del conocimiento gastronómico se realiza principalmente de manera oral, asegurando que las recetas y prácticas alimentarias se perpetúen en las generaciones futuras. Además, es posible observar cómo las dinámicas culinarias están profundamente entrelazadas con el contexto sociohistórico, reflejando la herencia cultural y las adaptaciones necesarias para responder a los cambios sociales y económicos. Este panorama evidencia los avances que existen en el reconocimiento y valorización del quehacer culinario femenino, aunque persisten los retos para

profundizar en los estudios que integren de manera amplia la migración, el género y el contexto socioeconómico que interactúan en la conservación de estas tradiciones.

### *1.6.3. Estudios acerca de las memorias y los alimentos*

La memoria alimentaria, un campo de estudio antropológico fascinante que se encuentra en constante evolución, ha cautivado a investigadores explorando la intersección de la línea temáticas culturales, identitarias y alimentarias. Los estudios contemporáneos han ampliado el enfoque, explorando las dimensiones emocionales y afectivas de la comida. Sutton (2001) destaca cómo los recuerdos asociados con el condumio cargan consigo un significado emocional, conectando a la memoria alimentaria con la nostalgia y las experiencias afectivas. Por otro lado, la comprensión de los rituales alimentarios actúa como medios simbólicos para la transmisión de valores culturales y la construcción de la identidad social (Douglas y Nicod, 1974).

La globalización agrega un añadido a la complejidad de la memoria alimentaria, transformando estas prácticas a través de migraciones e interacciones culturales. Por ejemplo, Korsmeyer (2005) examina cómo la diáspora y la multiculturalidad influyen en la formación de la memoria alimentaria, desafiando nociones tradicionales de identidad alimentaria arraigada en un solo contexto cultural.

La formación de la identidad alimentaria, para este trabajo en específico, implicaría entonces dos elementos clave: la memoria y las emociones. En este contexto, la cocina y la mesa se convierten en lugares de resistencia a la aculturación, permitiendo mantener vínculos identitarios con el lugar de origen. La memoria alimentaria actúa como un refuerzo de la relación entre el migrante de primera generación y el proceso de transmisión intergeneracional para la decendencia. Estas enseñanzas orales se materializan a través de la elaboración de alimentos, reproduciendo las capacidades de sus ancestros en el proceso de comensalidad (Castro y Fabron, 2018; Poulain, 2019).

Cuando las migrantes cambian de vivienda, llevan consigo sus ideas, comportamientos y sus remesas sociales, como el capital social, normas y prácticas alimentarias (Levitt, 2001). La crianza crea recuerdos que se mantienen vivos en la vida cotidiana, dando lugar al concepto de "alimento-memoria" (Nunes, 2005). Este término hace referencia a alimentos cuyo consumo desencadena vivencias nostálgicas conectadas con significados simbólicos, ya sea a nivel individual o colectivo. La conexión resultante posibilita la activación de la memoria gustativa, como describe Gimenes (2008).

La capacidad humana de almacenar recuerdos sensoriales a lo largo de la vida, como el olfato que evoca momentos pasados, contribuye a la consolidación de preferencias alimentarias; esta habilidad, inherente a los seres humanos, adquiere relevancia en la construcción de un archivo de memoria que se recupera en cada estímulo olfativo y gustativo (Fernández y Mondragón, 2023). Así, la memoria alimentaria se integra en los procesos asociados al acto de comer, permitiendo acceder a recuerdos previamente almacenados; en conjunto, estos estudios revelan conexiones fundamentales entre la comida, la cultura y la identidad en un mundo en constante cambio.

Desde otra perspectiva, se han explorado como la globalización y las migraciones transforman las prácticas alimentarias y dan lugar a procesos de "etnicidad en movimiento" (Appadurai, 1988). Este concepto destaca como las identidades alimentarias se adaptan y evolucionan en contextos de cambio cultural, proporcionando un marco teórico sólido para comprender cómo las personas negocian y reconfiguran su identidad culinaria en entornos nuevos.

Con lo que respecta al ámbito sensorial, se ha ahondado en la importancia de la memoria gustativa y olfativa en la formación de preferencias alimentarias (Shepherd, 2006). El trabajo de Shepherd (2006) resalta cómo las experiencias sensoriales contribuyen a la construcción de un archivo de memoria que enriquece la conexión entre la comida y la identidad. La capacidad de reaccionar ante diversos alimentos de manera positiva o negativa, como se señala, contribuye a la formación de una memoria asociada al acto de comer, aportando capas adicionales a la intrincada red de significados que rodea la alimentación. En conjunto, estos enfoques contemporáneos amplían nuestra comprensión de la memoria alimentaria, demostrando su capacidad de adaptarse y moldearse en respuesta a los cambios sociales y tecnológicos.

### *1.6.4. Estudios acerca de los afectos y los alimentos*

Con relación a los estudios de los afectos y la alimentación, diversos autores han explorado desde diferentes perspectivas la influencia de las emociones en los hábitos alimenticios y viceversa. A través de un análisis interdisciplinario que abarca la filosofía, la antropología, las neurociencias, entre otras áreas, se ha profundizado en la compleja dinámica entre los estados afectivos y la alimentación humana.

Bajo la lógica de los afectos que los otorga Baruch de Spinoza desde la antropología de las emociones, Calvo (2010) argumenta que las emociones influyen en las decisiones alimenticias y que estas a su vez pueden afectar el estado emocional del individuo. Por ejemplo, el placer experimentado al comer

ciertos alimentos puede estar relacionado con la liberación de dopamina en el cerebro, lo que refuerza los comportamientos alimenticios asociados con ese placer; bajo esta perspectiva se puede entender que existe una conexión constante entre mente, cuerpo y emoción con relación a la alimentación.

Esto abre una línea de investigación que está redefinida por el reconocimiento de las relaciones anteriormente mencionadas, lo cual nos permite conocer la complejidad cultural además de la biológica a partir de la neurociencia. Salvetti (2013) hace una evocación necesaria a la mente como evocadora de imágenes, las cuales se clasificarán en un proceso primario e inmediato como imágenes emocionales y en un proceso secundario y voluntario, imágenes sentimentales; así, los vínculos que formemos con el pasado crearán procesos perceptivos. Entonces, los impulsos inconscientes o reprimidos— los cuales podríamos considerar una represión de las imágenes— saldrán a la luz y se manifestarán a través de los comportamientos alimenticios, revelando así una compleja interrelación entre el universo interno (mente, emociones y sentimientos) del sujeto y la relación con los alimentos (Leivi, 2016).

En la misma línea, Balladares y Saiz (2015) analizan el papel de los sentimientos y afectos en la experiencia alimentaria, destacando cómo estas dimensiones emocionales influyen en la percepción y en el disfrute de los alimentos. Ellos examinan cómo los afectos pueden modular la experiencia sensorial y cognitiva de la comida, así como influir en los hábitos alimenticios a largo plazo; las emociones, tanto individuales como colectivas, influyen en la producción, distribución y consumo de alimentos, así como en la construcción de identidades culturales y sociales (Crapanzano, 1994).

Atendiendo una posición más filosófica al respecto, Surrallés (2005) aborda la relación entre afectividad y epistemología en las ciencias humanas, destacando cómo las emociones influyen en la construcción del conocimiento en el campo de la alimentación; es así que define a los afectos como una cualidad sensitiva de la experiencia mediante la experiencia personal (valga la redundancia) de la relación con las cosas a través de la estesia, es decir nuestra capacidad sensorial y perceptiva de un individuo. Para esto es necesario tener en cuenta que el afecto tiene tres formas de entenderse: afecto como percepción, afecto como sentimiento y afecto como pensamiento (Calvo, 2010).

En tanto, Favret (1990) reflexiona en torno al concepto del *ser afectado* (*être affecté*) y su relevancia para comprender como las emociones influyen sobre la experiencia alimentaria. Esta perspectiva fenomenológica destaca la importancia de la subjetividad y la experiencia personal en la relación entre los afectos y la alimentación, subrayando cómo las vivencias moldean los hábitos y preferencias. A su

vez, Crapanzano (2019) ofrece reflexiones sobre una antropología de las emociones que arroja luz sobre cómo las prácticas alimenticias son mediadas por procesos emocionales y sociales. Se explora como las emociones, tanto individuales como colectivas, influyen en la producción, distribución y consumo de alimentos, así como en la construcción de identidades culturales y sociales. Esta interacción entre las emociones y la alimentación resalta la complejidad de la relación entre la experiencia emocional y los comportamientos alimenticios, evidenciando cómo factores individuales y sociales se entrelazan para influir en nuestros hábitos alimentarios y en la configuración de nuestras identidades socioculturales.

En conjunto, las investigaciones resaltan como las emociones y los afectos desempeñan un papel central en la percepción, disfrute y hábitos alimenticios, influyendo también en los procesos de producción, distribución y consumo de alimentos, así como en la construcción de la identidad con respecto al habitus. Estas interrelaciones subrayan la necesidad de abordar el estudio de la alimentación desde una perspectiva multidimensional que contemple tanto factores individuales como dinámicas sociales. La bibliografía revisada apunta hacia una comprensión más profunda de cómo las experiencias emocionales y contextuales moldean las prácticas alimentarias y configuran identidades culturales, destacando la importancia de integrar enfoques interdisciplinarios para analizar este fenómeno de manera más completa.

### 1.7.Marco teórico

El estudio de la comensalidad en contextos migratorios requiere un enfoque que articule diversas dimensiones teóricas para comprender cómo se configuran y transforman las prácticas culinarias. En este marco, se abordan cuatro líneas conceptuales clave: la identidad cultural alimentaria, la comensalidad, los afectos y la perspectiva de género en estos entornos. Mediante estas perspectivas, se analiza cómo la transmisión de conocimientos culinarios, las dinámicas de socialización en torno a la mesa, la carga emocional asociada a la alimentación y la distribución de roles de género en la cocina configuran la experiencia de los migrantes. La comensalidad inscribe un entramado de significados culturales que refuerzan la identidad y el sentido de pertenencia. En contextos como el que analizaremos cómo este tipo de prácticas se ven atravesadas por tenciones entre la continuidad y cambio, evidenciado procesos de adaptación, resistencia y resignificación en un entorno en constante transformación.

### *1.7.1. Identidad cultural alimentaria*

La identidad cultural alimentaria [ICA] hace referencia a la construcción del reconocimiento que tiene el sujeto para consigo mismo y con su comunidad mediante las prácticas alimentarias que poseen, puesto que esta actividad posee una gran carga simbólica con aspectos arraigados a un grupo en específico (Smith, 2001). En el caso de los migrantes arequipeños, la ICA permite mantener un sentido de pertenencia en un entorno distinto, como lo es Lima, donde la adaptación de insumos y técnicas culinarias locales es fundamental. En esa línea, lo propuesto aporta a nuestra investigación entender de manera clara cómo es que quienes son los responsables de la alimentación conservan y transforman su identidad cultural a través de la cocina y los rituales alimentarios familiares.

Esta dimensión de la identidad proporciona un sentido de pertenencia entre individuos y genera una memoria colectiva, puesto que las formas en las que elegimos comer los alimentos que seleccionamos forman un puente entre el pasado y el presente transmitiendo así conocimientos, valores y tradiciones de generación en generación, ya que las prácticas culinarias son un reflejo del contexto histórico, social y geográfico de una comunidad (Montanari, 2006; Johnston y Baumann, 2009), es decir, las prácticas y elecciones culinarias de un grupo o individuo se entrelazan con una identidad cultural más amplia.

La conceptualización de la comida, desde la perspectiva de Douglas (1972), contribuye significativamente al argumentar que el condumio es un sistema simbólico que refleja y refuerza las normas culturales. Además, la ICA se transforma en un vehículo a través del cual se expresan y mantienen las características de una comunidad.

En el caso de la comunidad arequipeña en Lima, los migrantes buscan mediante sus recetas la representación y reproducción de imágenes que les recuerden a su tierra de tal manera que la alimentación no solo cumple con satisfacer la necesidad biológica de nutrirse, sino que también cubre el imperativo de mantener la identidad a través de los sabores, imágenes y valores tradicionales.

Esto también es explicado por Bourdieu (1984) al introducir el concepto de habitus; puesto que se argumenta que las preferencias alimentarias y las prácticas culinarias son expresiones de la posición social y las estructuras culturales más amplias. La identidad cultural alimentaria, según Bourdieu, se manifiesta a través de la internalización de disposiciones hacia la comida que reflejan la posición social y cultural del individuo. De esta manera, la comida se convierte en un marcador de identidad que revela la posición en la jerarquía social. Por ejemplo esto se puede observar de manera más

concreta en la jerarquía que existe en extornos filiales en las cocinas migrantes; al ser la mujer, en la mayoría de casos, la jefa de la cocina es quien también decide qué es lo que se va a cocinar y cuándo se va a cocinar; esto se debe a varios factores como el orden gastronómico qué ella conoce, la economía del hogar, los tiempos y los insumos a los que se tiene que adaptar en su nuevo entorno. A pesar de la continuación de cultural, los otros miembros de la familia como los hijos requieren también satisfacer las necesidades alimentarias que han adoptado del nuevo entorno.

Es así que Ray (2016) destaca cómo la identidad cultural alimentaria se construye y se negocia en el contexto de la diáspora y la globalización. Mediante esta afirmación se sostiene que la comida es más que un reflejo de la identidad cultural de una comunidad, pues también es un medio a través del cual las comunidades migrantes mantienen y transforman sus identidades en entornos transculturales. La identidad cultural alimentaria, en este enfoque, se convierte en una herramienta de resistencia y adaptación cultural.

En resumen, la identidad cultural alimentaria, según este marco teórico, se entiende como un fenómeno complejo en el que las prácticas alimentarias actúan como marcadores de la cultura, la posición social y la expresión emocional de la identidad en el contexto de las interacciones sociales y culturales.

#### *1.7.1.1.Construcción de la identidad en relación con la alimentación*

La construcción de la identidad a través de la comensalidad es un fenómeno intricado que se ha explorado mediante diversas perspectivas teóricas en las ciencias sociales, revelando cómo las prácticas alimentarias contribuyen a la formación y expresión de la identidad personal y colectiva. Según el contexto con el que estamos trabajando, cuando un individuo se muda de su tierra de origen a la capital, en este caso de Arequipa a Lima, encontramos la coalición de dos contextos sociales y culturales diferentes al que se enfrenta un mismo individuo. Si en la etapa inicial de su vida fue influenciado por figuras como su madre y sus abuelas (su parentela en general) tendrá una valoración particular positiva con respecto a la comida casera o tradicional de su región con la que creció; no obstante, en el nuevo espacio donde el tipo de alimentación tradicional es diferente, pero además está en constante competencia con nuevas formas de alimentación como la comida rápida y nuevos restaurantes, donde la normas y prácticas culinarias son diferentes (por ser foráneas o experimentales). Teniendo en mente este ejemplo, vamos a desmenuzar bajo una mirada teórica.

Bajo esta premisa, el habitus (Bourdieu, 1984) resulta clave para comprender cómo la comida se vincula y contribuye a la construcción de la identidad; la comensalidad expresa posiciones sociales, estructuras culturales y, aunque en menor medida, elecciones individuales. En este contexto, los alimentos adquieren un carácter simbólico que refuerza y comunica las identidades sociales; de este modo, las experiencias y los valores adquiridos a lo largo de la vida, tanto en el entorno familiar como en los estilos de vida adaptados, moldean las preferencias y las elecciones. Este proceso permite que los individuos reproduzcan sus costumbres culinarias regionales como una manera de preservar su identidad, mientras incorporan nuevos elementos y tendencias derivadas de la interacción con nuevos contextos.

Desde una perspectiva contemporánea, el tema de la construcción de la identidad alimentaria se enriquece al integrar enfoques de género y de individualización de la comunidad. Las prácticas alimentarias y elecciones culinarias desempeñan un rol fundamental en la construcción y expresión de las identidades de género (Counihan, 1999); el condumio se convierte en una herramienta de negociación y comunicación que refleja las normas y expectativas de género. Por otro lado, se encuentra la idea de que en las sociedades modernas la identidad se vuelve más reflexiva y personal (Giddens, 1991); en un mundo marcado por una multiplicidad de opciones y estilos de vida, las decisiones sobre el qué y cómo comer adquieren una dimensión solitaria y reflexiva, configurando la identidad desde un espacio más individualizado.

En conjunto, la alimentación es un símbolo de identidad, tanto en su dimensión individual y colectiva. Para los migrantes arequipeños, las prácticas alimentarias además de satisfacer una necesidad biológica crean un puente emocional y cultural con su lugar de origen. Este enfoque permite comprender el rol de las mujeres migrantes en la transmisión de estas prácticas a sus hijos y nietos, asegurando la continuidad de la ICA familiar. Los enfoques presentados, aunque diversos, convergen en señalar cómo los alimentos transcienden lo meramente funcional para convertirse en un elemento central de construcción identitaria, ya sea a través de prácticas tradicionales, negociación de roles de género o las decisiones circunstanciales al contexto.

#### *1.7.1.2. Resistencia cultural en las cocinas migrantes*

La resistencia cultural, durante los procesos de migración, es un elemento central que se hace necesario para preservar las prácticas que definen la identidad de una comunidad. Para las arequipeñas en Lima, la cocina se convierte en un espacio crucial donde la memoria, la creatividad y la adaptación

confluyen para hacer frente a los retos impuestos por el entorno. A través de la comensalidad, estas mujeres logran mantener vivas las tradiciones de su lugar de origen, transmitiendo valores y conocimientos que fortalecen su identidad cultural en un contexto urbano y globalizado.

La resistencia es un acto en el que se puede apreciar la adaptación de las tradiciones a las limitaciones de un nuevo entorno. Este proceso incluye tanto la sustitución de ingredientes como la innovación de técnicas utilizadas, mostrando una capacidad excepcional para preservar la esencia, en este caso, de sus platos. La cocina es un espacio doméstico que actúa como un vínculo simbólico con sus raíces, permitiendo enfrentar las presiones de la globalización. Este esfuerzo contribuye a mantener su identidad personal y comunitaria, pues se renegocia y redefine en un contexto transcultural (Ray, 2016; Castro & Fabrón, 2018)

Dentro de este espacio, las mujeres desempeñan un papel central como transmisoras de saberes y tradiciones, consolidando su rol como guardianas de su legado culinario; no obstante, es importante mencionar que es la propia estructura social la que propicia establecerlas en este rol del juego social. Para Bourdieu (1984), las prácticas relacionadas con la alimentación representan un tipo de capital cultural que se transmite intergeneracionalmente, asegurando la continuidad de las costumbres. Este proceso resulta especialmente significativo en escenarios de migración, donde las dinámicas económicas y sociales pueden amenazar las tradiciones. En ese sentido, la cocina se convierte en un ámbito de negociación entre los valores tradicionales y los cambios impuestos por el nuevo entorno.

La comensalidad o el acto de compartir ocupa un papel elemental en la preservación de la identidad cultural, pues este intercambio fortalece los lazos familiares y comunitarios, creando espacios donde se perpetúan valores y conocimientos. En ese contexto, los alimentos dejan de ser un recurso biológico para transformarse en un símbolo de cohesión social y cultural; a través de la comensalidad, los valores tradicionales encuentran continuidad, resistiendo a los desafíos impuestos por la vida urbana globalizada (Castro y Fabrón, 2018).

La capacidad de adaptarse sin perder la esencia de sus tradiciones es una característica distintiva de esta resistencia cultural; ante la falta de ingredientes tradicionales, las mujeres migrantes buscan formas ingeniosas de replicar los sabores de su región, lo que refleja su apego a sus raíces y su creatividad para superar dificultades. Este proceso de adaptación enriquece las prácticas culinarias y fomenta un dialogo entre las tradiciones del lugar de origen y las nuevas influencias del entorno (Ray, 2016)

En conclusión, la resistencia cultural en las cocinas migrantes arequipeñas representa un proceso dinámico y significativo; las prácticas alimentarias aseguran la preservación de las tradiciones y permiten transformarlas y adaptarlas a las nuevas realidades. A través de la cocina, las mujeres refuerzan su identidad y enfrentan los desafíos del cambio, haciendo de este espacio un pilar fundamental para el migrante. En un análisis etnográfico, estas prácticas revelan la profundidad de los lazos culturales y el ingenio necesario para mantener vivas las tradiciones en un contexto de constante transformación.

### *1.7.2. Comensalidad*

La comensalidad es un fenómeno central en esta investigación, pues se refiere a la práctica que involucra de manera central al compartir alimentario estableciendo conexiones fundamentales con la identidad social, el ritual y la estructura simbólica de las comunidades humanas.

Las prácticas de alimentarias poseen estructuras complejas de socialización, las cuales se pueden dar en diversos contextos como el hogar, el trabajo, la comunidad, etc. donde se pueden analizar normas y reglas en diferentes ámbitos (Maury, 2010); verbigracias, en la cocina: ¿qué cocino? ¿cómo lo cocino?, en la comunidad: ¿con quién como? ¿con quién comparto?, en el hogar: ¿cómo ingiero los alimentos? ¿qué quiero comer?, etc. La comensalidad es una manifestación que se desarrolla dentro y fuera del ámbito familiar; es el acto de compartir comida y la bebida con otros miembros de la comunidad, lo cual hace alusión a cierto grado de convivencia (Iborra, 2020).

Esta manifestación también posee connotaciones emocionales y afectivas que promueven el estado de bienestar y satisfacción entre los individuos. De hecho, Rozin *et al.* (2003) mencionan que la comensalidad cubre necesidades básicas emocionales como la de aceptación y pertenencia; compartir los alimentos es un medio de expresar afecto, cuidado y apoyo. En esa línea, la pertinencia puede definirse como el sentido de integración y reconocimiento que experimentan los individuos dentro de un grupo, basado en la afectación mutua, la participación en las prácticas compartidas y la construcción de una identidad colectiva (Fischler, 1988).

Al explorar las estructuras de los mitos y rituales culinarios, Lévi-Strauss (1964) argumenta que la preparación y el consumo de alimentos son prácticas simbólicas que expresan dualidades fundamentales en estructura social y cultural. Según esta perspectiva, la comensalidad se convierte en un medio a través del cual se negocian y representan relaciones simbólicas y cosmológicas. Además, el compartir alimentario crea obligaciones recíprocas entre los participantes, estableciendo lazos

sociales y económicos (Mauss, 1938); desde este enfoque se puede indicar que la ingesta de alimentos es una expresión tangible de las obligaciones y conexiones sociales en una comunidad.

Counihan (1999) propone que las prácticas culinarias y los rituales de compartir alimentos están entrelazados con la identidad cultural y de género; se destaca que la comensalidad es un acto social y culturalmente construido que refleja y reproduce las normas de la sociedad en la que tiene lugar. Bajo esta perspectiva, la práctica se convierte en un fenómeno que incorpora significados culturales y género, afectando la identidad y las relaciones sociales e implicando que el compartir alimentario marca momentos significativos de la vida colectiva. En este entorno, los afectos juegan un rol crucial, ya que los vínculos emocionales se fortalecen y se manifiestan en los actos de compartir y preparar alimentos, convirtiendo la mesa en un espacio de conexión y cuidado; las dinámicas de comensalidad permiten la creación y reafirmación de lazos afectivos, en lo que los alimentos poseen valor simbólico en relación con la pertenencia, cuidado y solidaridad en el tejido social.

En un contexto globalizado, como en el que vivimos hoy, la comensalidad se ve influenciada por las transformaciones laborales y los cambios de las estructuras socioculturales; un ejemplo de esto es la fragmentación del tiempo de los espacios, es decir, debido a que las formas de ocupación del tiempo para la producción no se encuentran estructuradas en momentos y lugares específicos no se le dedica el tiempo necesario a las actividades sociales (entre ellas la alimentación), las cuales se encuentran dispersas a lo largo del día y en diferentes espacios (Berardi, 2003). Esto nos permite visibilizar una modernidad líquida, es decir, transitoria, flexible, constante cambio, consumista y de alto grado de individualización (Bauman, 1999); las características presentadas, según Han (2020), han erosionado la ritualidad tradicional debido a la falta de cohesión social y la disminución del sentido de comunidad, aspectos que anteriormente podrían ser reforzados en el compartir culinario.

En esa línea, es necesario entender a los rituales en torno a la alimentación como necesarios para la cohesión social y la transmisión de valores culturales; sin embargo, debido al acelerado ritmo de vida que se tiende a llevar en la actualidad y a la economía del tiempo, donde este se vuelve escaso y valioso, factores como la comida rápida y servicios de entregas a domicilio se convierten en la realidad de muchos individuos, reemplazando a la ritualidad que posee la comensalidad. Warde (1999) sostiene que este tipo de prácticas han convertido a la experiencia de comer en un acto meramente utilitario e individual, desvinculado de las dimensiones sociales que estos espacios poseen.

Otro factor, sumamente relevante para nuestro tema es cómo se involucra la tecnología en la transformación de la comensalidad, pues desde el uso de pantallas hasta el uso de las redes sociales ha cambiado en la forma en la que se interactúa con los alimentos y con las personas en todo el proceso de orden gastronómico. Pienso que aquí se da apertura a dos temas relevantes para nuestra investigación: el estar presente y el intercambio cultural. El primero parte de la interferencia comunicativa que se da al estar en un mismo lugar con más personas, pero con diversos estímulos que contribuyen a la superficialización de la experiencia; al respecto, Turkle (2011) advierte de la presencia de dispositivos electrónicos durante las comidas puede interferir con la comunicación y la interacción cara a cara, elementos esenciales para mantener vínculos sociales y establecer vínculos afectivos.

En segundo lugar, la reconfiguración de estas prácticas debido a la interconexión reestructura el tiempo e introduce influencias culturales diversas, lo que puede llegar a modificar las formas tradicionales de preparación y consumo de alimentos. El acceso al conocimiento tan diverso y la accesibilidad de insumos genera una disociación con las prácticas del origen del individuo; la identidad alimentaria está sumamente enraizada en la cultura y la tradición, la globalización puede llevar a la "deslocalización" de la comida, donde los valores pierden su contexto cultural y simbólico original (Fischler, 1988).

En este trabajo, la comensalidad se debe de entender como un fenómeno social y cultural que trasciende la simple ingesta de alimentos, funcionando como un espacio donde se negocian identidades, valores y vínculos afectivos. En contextos migratorios, esta práctica se transforma, ya que las mujeres asumen el rol de preservación de las tradiciones culinarias mientras se enfrentan a los retos de la globalización de la fragmentación del tiempo; la tecnología y los nuevos estilos de vida han alterado la ritualidad del compartir alimentario, afectando la cohesión social y la transmisión cultural, sin embargo, la comensalidad sigue siendo clave para mantener y adaptar la identidad cultural en entornos cambiantes.

#### *1.7.2.1.Lo cultural del gusto*

Para abarcar el presente apartado, se abordará el tema del gusto cultural como un fenómeno complejo que refleja y moldea las dinámicas socioculturales de una sociedad. El gusto no es solo una cuestión de preferencia individual, de hecho, que está intrínsecamente ligado con la cultura, la sociedad y la historia de una comunidad.

Situémonos en una parentela multicultural que vive en una ciudad cosmopolita, la cual está conformada por padres migrantes y sus hijos, uno de ellos llegó junto sus progenitores desde muy pequeño y el otra nació en el nuevo entorno, donde se entrelazan diversidad de culturas. La elección de preparar un plato tradicional encapsula los valores compartidos de respeto por la herencia familiar; sin embargo, también se hace necesaria una apertura hacia la diversidad y la inclusión, dando lugar a los nuevos aprendizajes del lugar de residencia (Solans, 2019).

El gusto se puede abordar como un sistema de símbolos que otorga un significado cultural (Geertz, 1973). Este enfoque se centra en cómo es que las prácticas culturales ―incluyendo las preferencias estéticas― encapsulan valores compartidos en una sociedad específica. Bajo este argumento, se busca entender las manifestaciones culturales para desentrañar los significados subyacentes de las elecciones estéticas, situándose en el contexto más amplio de la cultura; esta perspectiva simbólica resalta la importancia de interpretar el gusto como una forma de expresión cultural con significados profundos. En línea de lo mencionado, esta relación entre la preferencia y la estructura social sugiere que la clasificación del gusto es un proceso que refleja normas y valores de una sociedad (Douglas, 1966); así mismo se resalta cómo es que esta dimensión clasificatoria contribuye a la construcción y al mantenimiento de las normas sociales.

El gusto está arraigado también a las divisiones de clase y a la búsqueda del capital simbólico (nosotros nos enfocaremos en este último) (Bourdieu, 1984); desde esta óptica, las elecciones culturales sirven como un marcador de posición en la jerarquía social. De esta forma se destaca cómo el gusto contribuye a la configuración de un valor cultural más amplio. Así mismo, es necesario mencionar que las prácticas culturales, incluyendo las del gusto, son tan dinámicas como la civilización (Elías, 1978), puesto que la conexión entre la evolución de las costumbres y la cultura del gusto está vinculada al desarrollo social. Esto quiere decir que el gusto no es estático, sino que se transforma en paralelo con el cambio social y cultural. Para Elías, el refinamiento y los procesos no regulados no son estados estáticos, son procesos históricos que reflejan una creciente racionalización de las normas y comportamientos en las sociedades. Esto implica que lo que se considera "refinado" o "civilizado" responde a una regulación progresiva de las emociones y conductas, marcando diferenciaciones simbólicas según el contexto social y cultural. En el ámbito del gusto, esta racionalización transforma las preferencias alimentarias en expresiones codificadas que reflejan jerarquías sociales y procesos de adaptación al cambio cultural.

En otras palabras, la exploración de nuevos insumos del nuevo lugar para su adaptación o adopción en la alimentación del día a día, hace de los individuos un actor agente de los cambios que se dan con respecto a las preferencias alimentarias en paralelo con una permutación sociocultural; esto principalmente dependerá de quién tiene la mayor jerarquía en la economía del hogar y la cocina, es decir la madre, y será secundado por los deseos del proveedor, o sea el padre.

De esta manera, se puede abordar, desde diferentes perspectivas, cómo el gusto y las preferencias alimentarias están arraigados a contextos culturales amplios y cómo contribuyen a la construcción y mantenimiento de identidades. El concepto cultural del gusto puede aplicarse en este trabajo analizando cómo las preferencias alimentarias de las familias migrantes reflejan una conexión con sus raíces culturales, mientras que se adaptan a los nuevos contextos socioculturales. Este enfoque permite explorar como el gusto funciona como un sistema simbólico que encapsula valores, historia y normas sociales, destacando el papel de las madres como mediadoras principales en la elección y adaptación de los alimentos, lo que contribuye a la preservación y transformación de su identidad cultural en un entorno migratorio.

#### *1.7.2.2.El capital cultural en la comensalidad*

El capital cultural es un conjunto de recursos y competencias adquiridas a través de procesos educativos, sociales y familiares (Bourdieu, 1986); en el ámbito de la comensalidad, este concepto se traduce en la transmisión de prácticas vinculadas a la preparación y el consumo de alimentos como recetas, técnicas y valores relacionados al acto de compartir. Estas acciones consolidan vínculos interpersonales y refuerzan identidades colectivas, destacándose como un medio clave para perpetuar tradiciones y adaptarlas a nuevas realidades (Ray, 2016)

Un ejemplo pilar del capital cultural en la comensalidad es la transmisión de recetas ancestrales; las generaciones mayores, especialmente madres y abuelas, desempeñan un papel crucial al enseñar preparaciones tradicionales y sus hijos y nietos. Las recetas encapsulan historias, emociones y experiencias que conectan a las familias con su herencia cultural; estas son más instrucciones, pues son narrativas vivas que fortalecen el sentido de pertenencia a través del tiempo (Sutton, 2001).

La conservación de los métodos de cocina y el uso de ingredientes característicos también hacen parte del capital cultural alimentario; en contextos migrantes, las familias adaptan sus platillos típicos con los recursos disponibles demostrando ingenio y resiliencia. Este proceso preserva la esencia de los sabores originales y, además, representa un acto de resistencia cultural frente a los cambios del

entorno; esta capacidad de innovación reafirma las raíces culturales mientras permite a las comunidades mantenerse conectadas con su identidad.

Otra dimensión del capital cultural es el uso de herramientas y utensilios tradicionales; objetos como el batán, ollas de barro, fogones, etc. además de sus funciones prácticas simbolizan una conexión con un legado cultural específico. Estos adquieren valor simbólico a través de su aplicación en contextos específicos, reforzando la transmisión de saberes y tradiciones que consolidan la memoria cultural.

El acto de compartir alimentos durante la comensalidad fomenta valores fundamentales como la solidaridad y la reciprocidad, y estos momentos de interacción promueven la cohesión social comunitaria. El simple hecho de comer juntos se convierte en un ritual cargado de significados donde se reproducen dinámicas sociales y culturales que refuerzan los vínculos familiares y sociales (Montanari, 2006). Así mismo, a través de estos rituales se transmiten normas sociales y comportamientos aceptados para una comunidad; las prácticas alimentarias actúan como vehículos para comunicar y perpetuar valores colectivos (Johnston y Baumann, 2009). Estas interacciones permiten a las nuevas generaciones asimilar y entender el rol que desempeña dentro de su grupo, consolidando su identidad en el proceso.

El significado simbólico de ciertos alimentos es otra manifestación del capital cultural en la comensalidad; los platillos emblemáticos e ingredientes específicos pueden representar rituales, festividades o conmemoraciones, convirtiéndose en un lenguaje simbólico que une a las personas con sus tradiciones (Ray, 2016). Este conocimiento, transmitido en la mesa, asegura que las prácticas culturales sigan vivas incluso en entornos que exigen adaptación, por ejemplo, situaciones de migración. Bourdieu (1984) destaca que este capital legitima la pertenencia cultural y actúa como un recurso que las comunidades utilizan para reafirmar su identidad en contextos extranjeros; la habilidad para recrear sabores y experiencias culinarias familiares fortalece el sentido de pertenencia y sirve como un medio de resistencia ante las presiones de asimilación.

La valorización de los platos tradicionales parte de la adquisición de la habilidad de preparar alimentos, disfrutarlos y evaluarlos en función de los estándares propios de una cultura. Sutton (2001) destaca que estas habilidades no son innatas, ya que que son aprendidas y transmitidas en los entornos de comensalidad, donde se profundiza el entendimiento de la identidad cultural. Esto trasciende el ámbito privado y se extiende a los eventos comunitarios. Durante festividades y celebraciones, los alimentos adquieren un papel central, funcionando como símbolos de unión y cohesión social.

A través de la preparación, el consumo y la interacción en torno a los alimentos las comunidades refuerzan su identidad, adaptando tradiciones y consolidando valores compartidos. En contextos migratorios, estas dinámicas adquieren una dimensión adicional al servir como un medio de resistencia cultural y conexión con las raíces. La comensalidad nutre al tejido social como un puente entre las generaciones y contextos culturales, lo cual nos permitirá evidenciar como este fenómeno preserva valores y normas sociales que refuerzan la cohesión familiar y comunitaria. Además, enriquecerá la interpretación etnográfica al conectar estás con el concepto de capital cultural, proporcionando un marco teórico sólido que articula los procesos de resistencia cultural, adaptación y transmisión intergeneracional.

### *1.7.3. Afectos y alimentación*

Los afectos en relación con los alimentos constituyen un fascinante campo de estudio que abarca sentimientos, emociones y experiencias asociadas con la comida, los cuales pueden variar en su naturaleza, sea esta positiva o negativa, y están influenciados por factores como la cultura, personalidad y las experiencias individuales. Explorar esta compleja relación entre los afectos y los alimentos nos brinda una comprensión profunda de cómo la comida puede ser un medio para expresar nuestras emociones y conexiones con el mundo que nos rodea.

¿Qué es un afecto? El diccionario de la Real Academia Española [DRAE] (2024), en su primera acepción, define a los afectos como un adjetivo que se refiere que hay una inclinación hacia algo o alguien; pero, también los apegos pueden ser: percepciones estésicas, experiencias sensitivas (emociones y sentimientos) y pensamientos (Calvo, 2014; Salvetti, 2016; Surrallés, 2005)

Nuestras elecciones alimentarias están influenciadas por nuestros afectos y emociones. Por ejemplo, el concepto de *comfort food* (comida reconfortante) está relacionado con la nostalgia y la búsqueda de consuelo emocional; por lo tanto, la decisión de consumir ciertos alimentos puede estar ligada a experiencias pasadas o a la necesidad de sentirnos conectados con nuestras raíces culturales. Según Butler (2018), los afectos como la nostalgia, el placer y el dolor, son formas de resistencia y vulnerabilidad que nos permiten conectarnos con otros y con nuestro entorno; esto implica que las emociones juegan un papel crucial en la manera en que interactuamos y nos relacionamos con el mundo que nos rodea, sugiriendo que las experiencias afectivas son una forma de resistencia al aislamiento, ya que permiten un sentido de pertenencia y conexión.

En el contexto alimentario, los afectos pueden ser la nostalgia que sentimos al comer un plato familiar, el placer que experimentamos al degustar un sabor nuevo o el dolor que experimentamos al recordar un plato que nos recuerda un momento difícil; es decir, la relación entre los afectos y los alimentos es compleja y multifacética. Por ejemplo, los alimentos evocan sentimientos y emociones que están relacionados con la memoria y la nostalgia, es así que la alimentación es una forma de recordar nuestra identidad cultural y personal. El condumio actúa como un puente al pasado, ya que permite recordar y reforzar nuestra identidad; es decir, nos permite reconectar con nuestra historia y cultura (Fischler, 1988).

Ambos autores coinciden en la idea de que el afecto tiene un papel fundamental en la construcción y mantenimiento de la identidad. Mientras Butler se centra en cómo las emociones nos conectan y crean resistencia frente a la vulnerabilidad, Fischler destaca que estas emociones se expresan de manera tangible a través de la alimentación, reforzando la identidad cultural y personal. Así, la teoría de Butler sobre los afectos como formas de conexión y resistencia encuentra una manifestación concreta en la propuesta de Fischler, donde los alimentos actúan como medio de evocación de los afectos y refuerzan la identidad, creando conexiones profundas con el entorno cultural y personal.

En conclusión, la relación existente entre los afectos y los alimentos es un campo de estudio que combina la antropología, la filosofía y la psicología para analizar la relación entre los alimentos y los sentimientos, emociones y experiencias que se asocian con ellos. Los afectos que se asocian con los alimentos pueden ser una forma de expresar y reforzar nuestra identidad cultural, manifestar nuestra virtud y nuestra razón, y conectarnos con nuestro pasado y con nuestra cultura. Estos están asociados a la cocina y a la alimentación; no solo crean vínculos emocionales entre los individuos, sino que también actúan como un motor para la resistencia cultural en contextos migratorios

#### *1.7.3.1.Afectos sentimentales*

La culinaria emocional es entendida como la conexión entre la alimentación y las emociones. Esta se ha convertido en un área de interés para las ciencias sociales, explorando cómo los aspectos afectivos sentimentales se entrelazan con las prácticas culinarias y el consumo de alimentos.

La importancia de la experiencia corporal en la relación a la comida y las emociones genera interés, pues sostiene que la experiencia sensorial y afectiva de comer es una expresión de identidad, placer y pertenencia (Le Bretón, 2006). Así mismo, la culinaria percibida a través de las emociones moldea la percepción que tenemos del alimento y la construcción de significados sentimentales en torno a la

comida. En otras palabras, el acto de preparar viandas y consumirlas es una expresión de la herencia cultural y familiar, ya que cada bocado implica una experiencia, la cual se interconectará con una estructura social más amplia (Poulain, 2002).

Los afectos que se vinculan con los alimentos son influenciados por discursos culturales que establecen que es lo que es apropiado o deseable dentro de un ambiente de comensalidad, de forma que se destaca que estas prácticas son más que experiencias interoceptivas, pues están incrustadas en dinámicas sociales que definen las normas emocionales y alimentarias en una sociedad dada (Lupton, 1996). La valoración de las tradiciones culinarias familiares refleja cómo las normas culturales influyen en las preferencias alimentarias y en la construcción de significados emocionales en relación con la comida.

Por otro lado, Rozin (1999) propone que la ICA está conectada con las emociones y representaciones culturales; es decir, las preferencias alimentarias y las prácticas culinarias están arraigadas a las experiencias emocionales pasadas y presentes, y la comida actúa como un medio a través del cual se expresan y experimentan emociones culturales. Así la ICA es una forma de expresión emocional de la cultura.

Los afectos sentimentales en relación con la culinaria revelan un fascinante campo de estudio que examina la intrincada relación entre la alimentación y las emociones mediante la praxis gastronómica, la cual es más que preparar y consumir alimentos, ya que moldea la percepción del cuerpo y se construyen significados emocionales en torno a las viandas. En conjunto, la culinaria emocional emerge como una forma compleja y rica de expresar y experimentar emociones a través de la comida, revelando cómo nuestros hábitos alimentarios están intrínsecamente ligados a nuestra identidad y experiencia emocional afectiva.

#### *1.7.3.2.Afectos estésicos*

Los afectos estésicos son un tema fascinante de abordar, ya que nos permiten explorar la compleja relación entre nuestras experiencias sensoriales, la memoria y la construcción cultural de nuestras preferencias alimentarias. La memoria estésica ofrece una perspectiva valiosa para comprender cómo las prácticas y los significados culturales más amplios influyen en nuestras elecciones.

La alimentación es un acto que se construye socialmente de tal manera que refleja y reproduce estructuras sociales; la memoria sensorial surge y se transmite a través de las prácticas culturales

arraigadas (Goody, 1982). Experiencias sensoriales tales como los olores, sabores y texturas específicas asociadas a la comensalidad, se convierten en marcadores que contribuyen a la formación de la identidad y colectiva (Sutton, 2001). En un caso práctico las asociaciones de los olores y sabores crean vínculos emocionales con respecto a la imagen cálida del hogar, las celebraciones y a la familia, lo cual se convierte en vínculos emocionales para la identidad cultural y parentelar. A pesar de la lejanía física del hogar estas memorias sensoriales continúan influyendo en las preferencias alimentarias y en la relación con la comida de manera que se da una conexión emocional con el pasado y con quienes se vinculaba.

La experiencia del sistema sensorial de la infancia puede entenderse como una expresión simbólica de las estructuras cognitivas subyacentes de la sociedad. En ese sentido, esto se convierte en un componente clave para la reproducción de significados culturales a través de la alimentación (Lévi-Strauss, 1966) y en la reafirmación de la identidad cultural.

En síntesis, la memoria sensorial alimentaria es un tema que nos permite explotar la compleja relación entre nuestras experiencias sensoriales, la memoria y la construcción de nuestro sistema cultural de preferencias alimentarias. Los sabores, olores y texturas son un vehículo clave para la preservación de la identidad cultural des migrantes porque esta dimensión es útil para explorar cómo la estésia con respecto a los alimentos permite a las cocineras y a sus familias recrear y mantener vínculos con su herencia arequipeña.

#### *1.7.3.3.Afectos cognitivos*

Los afectos cognitivos hacen referencia a cómo las experiencias culinarias están intrínsecamente relacionadas a los recuerdos individuales y colectivos; así mismo, la comida evoca emociones referentes a momentos específicos de nuestras vidas (Sutton, 2010). Mediante la comensalidad se transmiten historias y tradiciones familiares, por lo que las memorias alimentarias forman parte de nuestra herencia y la comida funciona como un cimiento de la memoria colectiva y de la preservación de la ICA con respecto a una comunidad (Hirsch, 2008).

Desde las ciencias sociales se explora cómo los recuerdos, las experiencias y narrativas asociadas al condumio contribuyen a la formación de identidades culturales y sociales. En esa línea, Sutton (2001) destaca que la memoria juega un papel sumamente relevante en la construcción de las prácticas alimentarias; los recuerdos asociados a las prácticas de comensalidad son colectivos, porque las historias compartidas sobre la alimentación contribuyen a la formación de la memoria cultural de la

comunidad. En este enfoque, la comida se convierte en un medio a través del cual se preservan y se transmiten las tradiciones y la identidad.

Los afectos cognitivos implican procesos mentales relacionales con la percepción, la memoria, la interpretación y la construcción de significados a partir de las experiencias emocionales, a diferencia de una respuesta emocional, la cual es puramente instintiva, en tanto la cognición está mediada por la evaluación y procesamiento de la información en el cerebro (Rozin, 2005). En el contexto alimentario, esto significa que las experiencias culinarias generan los tipos de respuesta: la inmediata y emocional y las que se almacenan en la memoria. Estas últimas son las que tienen más relevancia en este trabajo, pues influyen en la identidad cultural, las decisiones alimentarias y las estructuras cognitivas universales (símbolos) (Lévi- Strauss, 1964).

Por otro lado, Elías (1978) aborda este concepto desde la perspectiva de la historia social; pues, plantea que las prácticas alimentarias se transmutan junto con los procesos de refinamiento, y la memoria asociada con el condumio se conecta con la transformación de las costumbres a lo largo del tiempo. La memoria alimentaria, según esta perspectiva, refleja y contribuye a la evolución de la sociedad y las normas culturales. Esta afecta las preferencias alimentarias, las decisiones y las elecciones; además, la experiencia emocional está vinculada a los alimentos se convierte en parte del afecto cognitivo, influyendo en las elecciones futuras (Rozin, 2005). La memoria actúa como un filtro a través del cual se interpretan y seleccionan las experiencias alimentarias, contribuyendo a la formación de preferencias y aversiones.

A diferencia de la racionalización que busca explicar o justificar una experiencia de manera lógica y consciente, los afectos cognitivos integran emoción y memoria en la toma de decisiones. La racionalización implicaría eficiencia, estandarización y un detrimento de la carga afectiva y cultural (Weber, 1922). Sin embargo, la persistencia de los afectos cognitivos en la comensalidad muestra cómo las emociones y recuerdos continúan influyendo en las prácticas alimentarias, lo que generaría una resistencia a la racionalización de los alimentos.

Se puede acentuar el vínculo entre los afectos cognitivos y la nutrición, destacando cómo la memoria- tanto personal como comunitaria, se conforma y se expresa a través de los hábitos culinarios y las narrativas alimentarias que tejen la vida social. La memoria culinaria se convierte en un mecanismo para preservar las tradiciones y mantener una conexión emocional con el lugar de origen. Los recuerdos de la cocina en la infancia y las prácticas culinarias transmitidas por las generaciones

anteriores tienen un papel fundamental para la identidad cultural. En este caso, las cocineras arequipeñas en Lima recrean estos recuerdos y es posible analizar cómo esto afecta la comensalidad actual en sus familias.

### *1.7.4. Mujeres, género y alimentación*

Al investigar el género y su conexión con la comida, se ha evidenciado que las costumbres alimenticias se vinculan intrínsecamente con las ideas sociales y culturales sobre el papel femenino en las relaciones sociales. Tradicionalmente, la cocina y la elaboración de la comida han sido ámbitos asignados sobre todo a las mujeres; en estos espacios en los que se realizan tareas del hogar y donde se edifican y divulgan valores culturales, sociales y emocionales. Esta conexión entre las mujeres y la cocina se ha fortalecido gracias a la creencia de que la alimentación es vital para la unidad y el futuro familiar, lo que les otorga a las mujeres un papel importante en la perpetuación de la identidad cultural familiar (Counihan, 1999).

Analizado esto desde una perspectiva de género, el acto de cocinar y alimentar es más que un deber doméstico; es un medio para negociar y comunicar las normas de género. Counihan (1999) argumenta que las decisiones culinarias y las prácticas alimentarias son piezas clave en la creación y manifestación de las identidades de género. Para las mujeres que migran, la cocina se transforma en un lugar donde se preservan las costumbres culinarias de su tierra, pero también donde fortalecen su papel como cuidadoras y transmisoras de la cultura. En el caso de las migrantes arequipeñas en Lima, estas costumbres culinarias sirven como una forma de resistencia contra la asimilación cultural, ya que, al preparar los platos para sus familias, conservan un lazo fuerte con su identidad arequipeña.

En el mundo actual, la identidad tiende a ser más una construcción individual y consciente (Giddens, 1991); esto se podría interpretar como que las mujeres redefinen quiénes son en un mundo con muchas opciones y cambios. En el caso de la migración, esto es mucho más claro: las mujeres tienen que acostumbrarse a las nuevas formas de vida y de comer que presenta la nueva ciudad, como la competencia de la comida rápida o los restaurantes de moda. No obstante, esto no siempre significa que pierden su identidad cultural en la comida; al contrario, usan sus conocimientos culinarios para adaptarse y mantenerse firmes (Ray, 2016).

Cabe mencionar que, si tomamos en cuenta la idea de *habitus* de Bourdieu (1984), entendemos que las mujeres no solo repiten las tradiciones de su comunidad al cocinar, sino que también las cambian para ajustarse a su nueva situación, sin olvidar su lugar en la sociedad y la cultura. El *habitus*

alimentario de las mujeres que migran desde Arequipa está marcado tanto por lo que aprendieron de sus madres y abuelas como por lo que encuentran en su nuevo hogar; este implica la incorporación de la tradición interiorizada, la adaptabilidad al contexto y la reproducción de símbolos lo que refuerza su identidad. Así, la cocina se vuelve un lugar importante donde las mujeres pueden mantener o cambiar la identidad de su familia y su cultura, al elegir qué cocinar y cómo adaptar las recetas a los ingredientes que hay en Lima.

Por otro lado, Julier (2013) aporta una visión clave sobre cómo las prácticas alimentarias son herramientas mediante las cuales las mujeres pueden resistir las imposiciones del mercado moderno y las expectativas sociales sobre el rol de género. Se destaca que, a pesar de que la globalización y las presiones económicas influyen en las decisiones alimentarias de las mujeres, ellas siguen utilizando la comida como un vehículo para expresar afecto, cuidado y resistencia cultural. Particularmente en este caso de estudio, el hecho de seguir preparando platos tradicionales para sus familias puede ser visto como una reafirmación de su identidad y como un acto de resistencia frente a la alienación y las dinámicas impersonales de la vida urbana en Lima.

Las costumbres en la cocina y la forma en que comemos están cargadas de simbolismos sociales que afianzan o cuestionan los roles de género (Counihan, 1999; DeVault, 1991). Las mujeres, al ocuparse de la comida en casa crean y fortalecen los lazos de cariño, mantienen vivas las costumbres familiares y, muchas veces, se convierten en las guardianas de la identidad cultural de su familia. En contextos migratorios mujeres cumplen un rol esencial en la conservación de su identidad cultural alimentaria, ya que, a través de lo que hacen en la cocina, se aseguran de que las nuevas generaciones sigan sintiendo ese vínculo emocional y cultural con su lugar de origen.

Al analizar las prácticas alimentarias, la división sexual del trabajo y la separación entre lo público y lo privado han sido clave en la asignación de roles según el género. Históricamente, todo lo relacionado con la cocina y la alimentación se ha relegado al ámbito del hogar, considerándose tareas de mujeres, mientras que a los hombres se les ha asociado con el mundo exterior y el sustento económico. Estas dinámicas han contribuido a reafirmar el ideario colectivo de que las tareas del hogar, como cocinar, son formas "naturales" de cuidado y afecto por parte de las mujeres, reforzando así su papel en el hogar (DeVault, 1991) generando una imagen de maternidad que es asignada e impuesta a las mujeres en general.

Esta división de espacios y roles también ha influido en cómo se valora el trabajo doméstico, considerándolo menos importante que las actividades realizadas en el ámbito público (Oakley, 1974). En el caso de las mujeres migrantes, esta división de roles se vuelve aún más complicada, ya que deben compaginar las responsabilidades del hogar con las exigencias de la vida en la ciudad, que a menudo implica la necesidad de encontrar un trabajo. Esta situación las obliga a desenvolverse en ambos mundos, sin dejar de lado por completo las expectativas culturales tradicionales asociadas a su género.

En definitiva, la relación entre las mujeres, el género y la alimentación nos muestra cómo las prácticas culinarias se convierten en un espacio de poder, negociación y transmisión cultural, especialmente en contextos de migración. Las mujeres migrantes de Arequipa que viven en Lima, al mantener vivas las tradiciones culinarias de su tierra a la vez de preservar su identidad cultural se convierten en agentes de resistencia frente a la pérdida de su cultura original. A través de sus prácticas alimentarias, estas mujeres fortalecen los lazos familiares y protegen una parte fundamental de su identidad arequipeña, asegurando que se mantenga viva a lo largo de las generaciones.

## 1.8.Metodología

La metodología utilizada en el presente trabajo consistió en la recolección de datos para posteriormente realizar un análisis antropológico que nos permitió dar respuesta a nuestras preguntas de investigación. No obstante, cabe mencionar que la problemática surge a partir de las percepciones y recuerdos de la autora con respecto a su comensalidad y a su estatus de migrante en la capital. Para lograr esto, fue necesario especificar cómo abordamos el ámbito espacial- temporal contemplado en este trabajo. Por lo tanto, se estableció que la investigación constaría de una etnografía con un fin descriptivo y exploratorio. Como instrumentos principales, se utilizaron las entrevistas semiestructuradas, la observación participante junto con el uso del diario de campo y las notas de campo; cabe mencionar que la ficha para las entrevistas fue realizada de manera manual.

### *1.8.1. Recolección de datos*

#### *1.8.1.1.Grupo de estudio*

Para realizar el trabajo de investigación, se consideró a seis personas: cinco mujeres y un varón, entre los 45 y los 65 años, con quienes se llevaron a cabo entrevistas semiestructuradas. En esa línea, se establecieron una serie de criterios que permitieron encontrar la información requerida. En primer lugar, se contó con individuos migrantes de Arequipa de primera generación, quienes cocinan

cotidianamente para su familia, por lo que se aceptaron dentro del grupo de investigación a quienes tenían hijos o nietos nacidos en otras regiones o en Lima. En segundo lugar, los individuos debían reconocerse como arequipeños, lo que implica poseer valores tradicionales respecto a la alimentación de su ciudad de origen. Además, se realizaron entrevistas secundarias en el entorno familiar para poder contrastar y evaluar la transmisión de la identidad cultural.

Los actores sociales que formaron parte del proyecto de investigación fueron:

*Rosa Castillo (55) - técnica en enfermería*

Migrante de primera generación, Rosa es oriunda de Arequipa y se mudó a Lima a los 14 años en busca de mejores oportunidades laborales. Aunque su ocupación principal es la de técnica en enfermería, nunca ha dejado de lado su pasión por la cocina, la cual fue inculcada por su madre desde una edad temprana. En su hogar, Rosa es la encargada de preparar las comidas diarias, manteniendo vivas las tradiciones culinarias de su tierra natal. A pesar de su apretada agenda laboral, encuentra tiempo para cocinar platos típicos arequipeños, especialmente los fines de semana, cuando cocina para su familia extensa. Rosa cree firmemente en el poder de la comida para unir a las personas y transmitir cariño, una filosofía que ha adoptado tanto en su vida personal como profesional.

*Cipriano Zaraías (60)- picantero en El Misti de Oro*

Nacido en el corazón de Arequipa, Cipriano Zaraías creció inmerso en la riqueza cultural y gastronómica de su región. Desde joven, tuvo una conexión especial con la cocina, aprendiendo las artes culinarias de su familia y, posteriormente, en el ambiente picanteril. A lo largo de su vida, se dedicó a la gestión de picanterías, llevando consigo las tradiciones arequipeñas a cada plato. Su habilidad para crear platos auténticos y su amor por la cocina lo han convertido en un referente en la escena gastronómica local. A pesar de ser el único varón su aporte en esta investigación es importante, porque nos permite entender cómo influye la imagen materna en la cocina desde un género diverso al femenino. No nos enfocaremos directamente en el rol de Ciprino como cocinero, sino cual es el rol que cumplieron su madre y su esposa en su actuar en la cocina.

*Gloria Villegas (57)- picantera en La Estrellita del Sur*

Gloria Villegas es migrante de segunda generación. Su historia está entrelazada con la enseñanza de su madre y la tradición familiar. Desde temprana edad, su mamá la introdujo en el arte de la cocina,

inculcándole no solo habilidades prácticas, sino también el amor por la buena comida. A medida que creció, Gloria llevó consigo estas enseñanzas y decidió continuar la tradición familiar en el ámbito de las picanterías, haciéndose cargo de uno de los locales que fueron anteriormente de sus padres y de manera paralela se desempeña como docente de educación primaria.

*Evelynne Cortez (47)- ama de casa*

Evelynne, migrante de primera generación, es egresada de la carrera de Ingeniería de Sistemas de la Universidad Nacional de San Agustín; también tiene formación técnica en panadería y pastelería, pero se desarrolla en el oficio de la joyería como artesana. No obstante, desde su mudanza a Lima en 2011, se dedicó de manera exclusiva al cuidado del hogar. Es responsable de la preparación de las comidas de lunes a sábado, delegando esta tarea a su hija mayor los domingos. Esta responsabilidad en la cocina no es nueva para Evelynne; desde temprana edad asumió estas tareas debido a su posición como hermana mayor en una familia monoparental, situación que la obligó a encargarse de diversas actividades domésticas.

*Luisa Pérez (65)- ama de casa*

Luisa, migrante de primera generación, se desempeñó a lo largo de su vida como asistente contable y ama de casa de manera paralela. Ella heredó el gusto de cocinar por parte de su madre desde temprana edad, puesto que era una de las encargadas de cocinar para sus hermanos menores, mientras sus padres trabajaban. Se mudó a Lima durante la pandemia a vivir junto con su hija y su familia, luego del fallecimiento de su esposo y su hijo por Covid-19. Aquí en Lima, su actividad principal en el hogar es cocinar, haciéndose cargo de esta responsabilidad de lunes a domingo, como una forma de retribuir el cariño a su familia.

*Susana Navarro (63) - cocinera*

Nacida en Arequipa, Susana Navarro ha dedicado su vida a la cocina, influenciada por las recetas tradicionales que heredó de su madre y abuela. A lo largo de su carrera, ha trabajado en diferentes comedores familiares y eventos, perfeccionando su habilidad para recrear los sabores auténticos de su tierra. La cocina, para Susana, no es solo un trabajo, sino una forma de mantener viva la herencia cultural de su familia. Aunque migró a Lima en la década de 1990, siempre ha mantenido la conexión con su identidad arequipeña a través de los platos que prepara para su familia y amigos, transmitiendo el sabor y los recuerdos de su niñez en cada comida que sirve. Actualmente, Susana se encuentra a

cargo de la cocina de su restaurante menú, donde ha sabido adaptarse a los menús criollos sin perder su identidad.

Las seis personas que participaron en este estudio tienen en común varias cosas que resaltan lo crucial que es la cocina para mantener viva la identidad cultural de Arequipa, sobre todo cuando se vive lejos. Para empezar, todas son migrantes de primera o segunda generación y, aunque tienen trabajos y vidas distintas, están de acuerdo en que la cocina es muy importante en su día a día. Cada una de ellas ha seguido cocinando como se hacía en su tierra, generalmente como lo había aprendido de sus madres o abuelas, pero adaptándolo a su nueva vida en Lima. La cocina, de muchas maneras, no es solo algo que hacen en casa o en el trabajo, sino también una forma de mostrar cariño y mantener viva su cultura. Además, casi todos mencionan que la comida típica de Arequipa les ayuda a conectar su pasado con el presente, fortaleciendo sus lazos familiares y comunitarios, y les ayuda a recordar sus costumbres, a pesar de estar lejos. Finalmente, todos quieren enseñar a los más jóvenes a cocinar, lo que muestra su deseo de que su identidad siga viva a través de la comida.

Es importante mencionar que, en esta investigación, se utilizaron pseudónimos para proteger la identidad de las participantes, especialmente en aquellos casos donde no se obtuvo consentimiento explicito para el uso de su nombre real. Esta decisión responde la naturaleza sensible de los temas abordados y al respeto por la privacidad de las experiencias compartidas, En los pocos casos que se usaron nombres reales, esto se hizo únicamente con el consentimiento informado de las personas involucradas, conforme a los principios éticos del trabajo antropológico.

### *1.8.2. Técnicas e instrumentos*

#### *1.8.2.1.Entrevistas*

Probablemente, el uso de las entrevistas ha sido el instrumento que más me ha costado implementar ya que es un primer paso al uso de los demás instrumentos que se han propuesto para la investigación (a excepción de la revisión bibliográfica), y puesto que implica un acercamiento a las personas con intención de conocer ámbitos más personales de su vida.

Para las entrevistas a profundidad se ha establecido una ficha de entrevista que consta de diez partes las cuales nos permitirán indagar en los siguientes aspectos: datos personales, proceso migratorio personal, estilo de vida en el contexto migrante, cocina como espacio de preparación de alimentos, métodos y técnicas de preparación, celebraciones, recuerdos, identidad y autodefinición, afectos en torno a la cocina y rol de la mujer en la cocina.

Por otro lado, se ha hecho uso también de entrevistas informales a las familias de los sujetos de investigación para poder contrastar la información recolectada de la entrevista principal y conocer desde otras perspectivas cómo se vive la comensalidad dentro del hogar en cuestión.

#### *1.8.2.2.Observación participante*

La observación participante conforma una etapa relevante de la recolección de datos, puesto que es beneficiosa para realizar una descripción adecuada del lugar que nos interesa dentro de la casa: la cocina. Así mismo, permitió conocer de manera más minuciosa procesos culinarios como la selección de insumos y recopilar recetas. Además, ayudó a contrastar de manera más transparente cuales son las dinámicas en el hogar con respecto a las funciones y roles de cada integrante y las dinámicas en la mesa y la cocina.

#### *1.8.2.3.Notas de campo*

Las notas de campo han sido necesarias en esta investigación, ya que han permitido tomar apunte de datos relevantes que se han dado en medio de conversaciones informales, ya sea con la familia de la entrevistada (quien cocina) o con su familia. De esta manera, se puede tomar en cuenta data adicional para la triangulación de los datos o el análisis.

### ***1.8.3. Análisis de datos***

Con respecto al análisis de datos, se utilizaron matrices de sistematización y codificación de datos que permitieron organizare interpretar de manera panorámica y estructurada la información obtenida durante el trabajo de campo (notas de campo, observación y entrevistas), así como los aportes teóricos provenientes de la literatura revisada. Las matrices fueron construidas en Excel y también trabajadas de manera impresa, lo cual facilitó la agrupación de fragmentos relevantes según los ejes temáticos previamente definidos en la guía de investigación. El proceso de codificación fue manual y se basó en una lectura detenida y reiterativa del material empírico, especialmente de las entrevistas, las cuales fueron escuchadas en múltiples ocasiones.

La codificación se realizó de manera abierta para identificar categorías emergentes, seguida de una codificación axial para vincular estas categorías con los objetivos de la investigación. Este procedimiento permitió identificar patrones, contrastar discursos y detectar vacíos de información. A pesar de no utilizar softwares especializados para el análisis cualitativo, el enfoque manual favoreció una mayor inmersión de los datos y un vínculo reflexivo entre los empíricos y lo conceptual, asegurando así una interpretación coherente y rigurosa.

# CAPÍTULO I

En el presente apartado se aborda el rol que desempeñan las migrantes arequipeñas en Lima en la conservación de la identidad cultural alimentaria de sus familias y comunidades. A través de sus prácticas culinarias ellas preservan recetas y técnicas tradicionales, las cuales transmiten valores, saberes y vínculos culturales a las nuevas generaciones, enfrentando desafíos como la urbanización, la globalización y las transformaciones de los estilos de vida. La cocina es un espacio de resistencia memoria y poder simbólico donde las mujeres, guiadas por antecesoras, adaptan sus costumbres a las nuevas realidades sin perder la esencia de su legado cultural.

## Mujeres y conservación de la identidad cultural alimentaria familiar

En el actual contexto migratorio, la esencia cultural de las personas y los grupos sociales se topa con retos y cambios incesantes. Particularmente, las mujeres, en estos procesos, cumplen un rol esencial en el cuidado y en el traspaso de las costumbres culturales, sobre todo aquellas ligadas a la comida y al arte culinario.

La cocina personifica un sitio simbólico donde se juntan recuerdos, individualidad y cultura. Para las mujeres de Arequipa que viven en Lima, este rincón cobra una importancia clave al volverse el camino principal para mantener viva y contagiar la identidad cultural gastronómica. Por medio de su labor en la cocina, estas mujeres resisten a las presiones de la globalización y la evolución, defendiendo así sus orígenes culturales en un ambiente que, muchas veces, pone a prueba sus usos y costumbres. Este hecho subraya el valor de las mujeres como figuras vitales en la permanencia de los actos culturales en situaciones de migración, pues la cocina genera continuidad cultural, donde la transmisión de saberes y comensalidad hace frente a la disolución de lo comunitario, a la ruptura de tradiciones y la economía del tiempo, pues se apuesta por darle tiempo al proceso.

En esta situación, las mujeres se desempeñan como guardianas de una herencia que pasa de padres a hijos, como consecuencia de la estructura social a las que son sometidas, por ejemplo, el cuidado asociado a la maternidad. Sus saberes en la cocina, aprendidos mediante la interacción y la mirada atenta a sus predecesoras, son destrezas que derivan en una forma de oponerse culturalmente a los cambios urbanos y sociales. La migración trae consigo nuevos aprietos que demandan ajustes en las maneras de comer, como el uso de productos distintos, herramientas modernas y preparaciones

mezcladas. A pesar de ello, estas mujeres consiguen preservar lo esencial de sus raíces culturales a través de la creatividad y la resiliencia.

Esta indagación se adentra en la tarea de las mujeres arequipeñas en un entorno migrante de Lima en el mantenimiento de la identidad cultural gastronómica familiar, resaltando su papel como difusoras de saberes y valores, así como su habilidad para amoldarse a las nuevas condiciones urbanas. Se estudia cómo las acciones en la cocina se vuelven espacios de resistencia y acuerdo, consintiendo a estas mujeres reafirmar su identidad en ambientes de transformación. Aparte, se medita sobre las luchas entre costumbre y avance, y cómo estas tocan la transmisión de las usanzas culinarias a los jóvenes.

## 1. Rol de las mujeres migrantes

En este contexto, las mujeres arequipeñas cumplen un rol clave al salvaguardar la cultura alimentaria familiar, labor que se basa en la herencia que sus ancestras han dejado a través del tiempo: sus saberes y métodos de cocina. La conservación de recetas y técnicas tradicionales además de la gestión y organización de la cocina refleja siglos de historia y cultura; algunas de las razones que las impulsa a continuar el legado culinario son mantener la conexión con sus raíces el cual se refleja en el sentido de orgullo y otorgar a sus familias un nexo real con su acervo cultural.

En el marco migratorio, estas costumbres culinarias son un emblema de resistencia a la aculturación y continuidad en su relación a su lugar de origen, fortaleciendo la identidad arequipeña en sitios nuevos y cuidando que las siguientes generaciones mantengan viva la costumbre**.**

### *1.1. Importancia de la relación con las antecesoras*

Las mujeres al emigrar logran mantener vivas sus señas de identidad cultural, gracias a que transmiten sus costumbres y saberes de generación en generación (Salih 2003). Esta dinámica es crucial para entender el proceso conservación de la cultura durante la migración. Estas mujeres custodian la memoria colectiva, usando la cocina y la comida como una forma de reconstruir sus propios recuerdos y reafirmar su identidad en un entorno desconocido y, a menudo, desafiante.

La cocina y la alimentación son espacios privilegiados para la transmisión de valores, tradiciones y recuerdos. Las recetas, técnicas culinarias y rituales asociados con la preparación de alimentos se convierten en vehículos de transmisión cultural que conectan a las generaciones presentes con sus antepasados. Esta conexión preserva la identidad cultural y proporciona un sentido de continuidad, es

decir, un vínculo físico con sus recuerdos y el espacio original, y pertenencia en medio de la dislocación y la adaptación que conlleva la migración.

Las antecesoras, en estos espacios, son figuras clave cuyo comportamiento y características dejan una huella profunda en sus descendientes. Gloria Villegas al contar que su “mamá demostró que con su trabajo se puede surgir," resalta una característica común de las antecesoras: la resiliencia y el espíritu de superación, el cual puede también entenderse como la búsqueda de ascenso social en la estructura socioeconómica. Esta resiliencia es vital para enfrentar los desafíos de la migración y mantener vivas las tradiciones culturales en un entorno nuevo y, a menudo, hostil.

Por otro lado, las palabras de Luisa Pérez en relación con el recuerdo que tiene de su madre, "yo la verdad no recuerdo que haya sido una mamá cariñosa. . . ha sido una mamá exigente," muestran otra faceta de estas madres: la disciplina y la firmeza. Este tipo de relación, aunque a veces pueda parecer fría, es esencial para transmitir habilidades y conocimientos prácticos necesarios para sobrevivir y tener éxito en un nuevo entorno. La exigencia de estas madres puede interpretarse como una manera de preparar a sus hijas para un mundo que les impone exigencias específicas por su género, las cuales deben ser satisfechas.

De forma parecida, Evelynne Cortez comenta sobre el entorno en el cual creció que "No es alegre. . . quiere que siempre hagan las cosas como ella dice," lo que revela un cierto control y rigidez al transmitir conocimientos. Esta supervisión estricta puede verse como un intento de mantener la pureza y la autenticidad de las costumbres, asegurando que no se debiliten o se pierdan al adaptarse a una cultura diferente.

Si analizamos esto desde una perspectiva teórica, la relación con las antecesoras puede ser analizada a través de diversas lentes. La teoría del capital cultural (Bourdieu, 1986) es particularmente útil para entender cómo los conocimientos y habilidades culinarias se transmiten y valoran dentro de la familia; este tipo de capital se refiere a las competencias y conocimientos que se adquieren a través de la socialización y que son valorados dentro de una cultura específica. En este contexto, las antecesoras actúan como portadoras y transmisoras de este capital cultural, asegurando su continuidad a través de generaciones; no obstante, es relevante mencionar que son portadoras por su propia condición social de mujer, es decir, la estructura social se les impone.

Las prácticas culinarias constituyen actividades domésticas cotidianas, pero también funcionan como marcadores simbólicos de pertenencia y diferenciación social. La distinción (Bourdieu, 1979) permite entender como algunas formas de cocinar, saber comer o valorar determinados ingredientes pueden convertirse en expresiones de un gusto socialmente condicionado, ligado a la posición que se ocupa en el campo social. Tomando en consideración la teoría del habitus (Bourdieu, 1990), podemos entender cómo las prácticas culinarias y las relaciones de poder dentro del hogar se internalizan y reproducen de manera inconsciente, las cuales se manifiestan principalmente en tres dimensiones que parten de la exigencia: control, transmisión de conocimientos y resiliencia como ejercicio de influencia y autoridad.

*A) Poder a través del control y la exigencia:* Frases como "quiere que siempre hagan las cosas como ella dice" y "ha sido una mamá exigente" muestran cómo las antecesoras establecen normas y métodos específicos en las prácticas culinarias y de la vida cotidiana.

El control ejercido por las antecesoras no es arbitrario; responde a una necesidad de preservar el capital cultural (Bourdieu, 1986). Al regular estrictamente la transmisión de conocimientos culinarios, las madres aseguran que las prácticas culturales sean replicadas con fidelidad, consolidando su papel como guardianas de la memoria cultural. Además, el control es una herramienta de poder simbólico que expresa la autoridad de las antecesoras dentro del hogar, validando su experiencia y conocimiento.

*B) Poder simbólico a través de la resiliencia:* "Mi mamá demostró que con su trabajo se puede surgir," denota una relación de poder basada en el ejemplo y la inspiración. Las antecesoras transmiten habilidades prácticas además de valores fundamentales como la perseverancia, el sacrificio y la capacidad de enfrentar adversidades.

Este poder simbólico se traduce en un modelo de comportamiento que las generaciones más jóvenes internalizan como parte de su habitus (Bourdieu, 1990). La resiliencia de las madres es una forma de capital cultural intangible que refuerza la capacidad de adaptación y resistencia frente a los desafíos de la migración, fortaleciendo así la continuidad cultural y la unidad familiar.

*C) Poder relacional en la transmisión de conocimientos*: El proceso de transmitir conocimientos culinarios es una relación de poder que posiciona a las antecesoras como figuras

de autoridad pedagógica. A través de prácticas como el mise en place mencionado por Evelynne Cortez, o las preparaciones anticipadas descritas por Luisa Pérez, las madres no solo enseñan técnicas específicas, sino que también imponen un ritmo y una lógica en la organización del hogar.

El traspaso del arte culinario es casi un legado cultural que refuerza el peso de la palabra de las que nos precedieron. Aunque, claro, este poder también puede generar choques, sobre todo si las reglas no dejan mucho margen para la creatividad o los cambios. Viéndolo así, el poder en las relaciones se balancea entre enseñar y controlar, donde las mayores quieren asegurar que la cultura siga viva, pero a veces limitan a las nuevas generaciones. El "habitus" se ve en el día a día, en las rutinas, donde las mayores influyen de forma sutil pero constante, moldeando cómo piensan y actúan los más jóvenes.

Salih (2003) pone el dedo en cómo la cocina se vuelve un espacio de resistencia cultural. Al tener que encajar en una cultura nueva, las mujeres ven la cocina como un refugio para reafirmar quiénes son y pasárselo a sus hijos que viven fuera. Este acto de resistencia es clave para que la diversidad cultural no se pierda y para que las futuras generaciones se sientan conectadas con sus raíces, evitando así caer en procesos de "limeñización" desde una postura política y activa, ya que son agentes que adaptan y negocian su cultura en un entorno nuevo. Esto destaca su papel como protagonistas en la lucha contra la homogeneización cultural.

De forma parecida, estudios sobre la diáspora latinoamericana han mostrado cómo las mujeres usan la cocina para mantener vivas las costumbres mientras se adaptan a la vida en un lugar nuevo. Estas costumbres en la cocina refuerzan la identidad cultural, mientras que crean un sentido de comunidad y apoyo entre las familias y los grupos de migrantes.

Por ejemplo, el estudio de Hage (1998) sobre las diásporas multiculturales en contextos hegemónicos muestra cómo las mujeres usan la cocina para sentirse como en casa y pertenecer, incluso cuando están lejos y tienen que adaptarse a una cultura diferente. Las comidas y reuniones familiares se convierten en momentos para reafirmar su cultura y sus emociones, donde las mujeres enseñan también valores y costumbres.

La forma en que las antecesoras cocinan refleja su pasión, dedicación y habilidad, y estas cualidades se transmiten a sus descendientes a través de la observación y la práctica compartida. La perspectiva del capital cultural (Bourdieu, 1986) nos permite entender cómo las características de las antecesoras

al cocinar se transmiten y valoran dentro de la familia. El capital cultural se refiere a las competencias y conocimientos que se adquieren a través de la socialización y que son valorados dentro de una cultura específica. En ese sentido, las prácticas culinarias, cuando se realizan con pasión y dedicación, adquieren un valor simbólico que trasciende de la mera preparación de alimentos.

Gloria Villegas recuerda a su madre con cariño, destacando cómo "le encantaba cocinar... se notaba ese disfrute que ella tenía al cocinar." Este disfrute se expresaba en el uso de utensilios tradicionales como el batán y las ollas de barro, así como en la música que acompañaba su labor, "a veces cantaba cocinando o a veces escuchaba sus yaravíes." Esta pasión hacía la experiencia de cocinar más placentera para ella, mientras se transmitía un sentido de orgullo y autenticidad en la preparación de los alimentos.

Sebastián Grimaldo, él, describe cómo su madre, siempre presente en la cocina, le otorgó valoraciones a la cocina que podríamos entender como positivas: "Ella preparaba prácticamente todos los platos que están ahora... cada vez que cocina cada plato lo hace con amor, con cariño." Esta transmisión de conocimientos no era solo técnica, sino también emocional, infundiendo en él una pasión por la cocina que se originó en la observación de su madre. La tranquilidad y la inspiración con la que ella cocinaba se convirtieron en un modelo a seguir para él, destacando la importancia de la presencia constante y el ejemplo en la transmisión de habilidades culinarias.

Luisa Pérez señala el éxito y la popularidad del restaurante de su madre, donde "venían ingenieros, venían empleados, venían profesores, venían hasta... Gerentes venían a comer ahí." Este reconocimiento además de deberse a las habilidades culinarias de su madre, también a su dedicación y amor por la cocina. La capacidad de atraer a una clientela diversa y distinguida refleja la calidad y autenticidad de su cocina, y subraya cómo el amor por la cocina puede traducirse en éxito profesional y prestigio social, en otras palabras, búsqueda de estatus.

### *2.1.1. Procesos de aprendizajes*

El trabajo doméstico, aunque a menudo invisibilizado, es fundamental para la reproducción de la fuerza de trabajo y el mantenimiento de la vida diaria (Federici, 2004). En este sentido, las mujeres que organizan y gestionan las cocinas están realizando una labor esencial que sostiene a sus familias y a la comunidad en general. La planificación y la preparación en la cocina son ejemplos claros de este trabajo de cuidado, que requiere habilidades organizativas y una dedicación significativa (Folbre, 2001).

Entender la labor femenina en los espacios de comensalidad es importante para comprender la relevancia que tienen los saberes empíricos de administración y los legados familiares que sostienen en torno a la alimentación que mitigan o enaltecen diversos sentimientos en el contexto migratorio es una imposición que se relega a un ambiente privado (Moore, 1991; Rubin, 1986; Medina, 2014). La importancia del rol de la mujer en la cocina empieza desde que se asume la responsabilidad de preparar la comida y gestionar la economía doméstica de tal manera de que alcance para satisfacción de todos los miembros de su familia.

La cocina se convierte en un espacio crucial donde las mujeres despliegan sus conocimientos adquiridos en la experiencia y su herencia cultural. Ellas traen consigo saberes transmitidos de generación en generación como las técnicas, recetas, valores, historias y prácticas comunitarias; este conocimiento es vital para mantener viva la identidad cultural en el contexto migratorio. Las mujeres aprenden de sus madres a preparar platos tradicionales, mediante estos momentos se refuerzan los vínculos emocionales y culturales de manera intergeneracional; no obstante, las motivaciones fácticas por las cuales se genera un aprendizaje son la necesidad de alimentar y ser alimentado y el rol asignado por la división sexual del trabajo: "ser mujer" se traduce en la obligación de satisfacer las necesidades dentro del hogar.

Tanto Luisa como Evelynne mencionan que no tienen una percepción o recuerdo concreto de que sus madres las acompañaran en este proceso. De hecho, ellas cuentan que aprendieron a cocinar solo viendo como lo hacían en casa puesto que esto representaba una necesidad: tenían que darles de comer a sus hermanos pequeños. Para ellas ejercer esta labor representaba una obligación indispensable que fue asignada a ellas por su condición de mujer. A esto, considero importante agregar, que a Gloria le enseñaron a cocinar, justamente por esta razón, ya que no era bien visto que sus hermanos varones se involucraran en estas actividades:

> A los doce años mi mamá nos metió todas las hermanas a la cocina, allí nos enseñó a aderezar… nos mandaba a picar cebolla, pelar papas, pero todas teníamos que estar aquí. A los hermanos no, a mi papá no le gustaba verlos ahí dentro… antes eran machistas. (Gloria Villegas)

Evelynne empezó a cocinar a una edad similar y recalca su responsabilidad hacia los demás ya que menciona que "A los diez u once años yo ya cocinaba, porque mi mamá se iba trabajar. Entonces, yo era la encargada de cocinar para mis hermanas y mi mamá, porque ella llegaba cansada del trabajo.

La cita de Luisa confirma el rol de las niñas en su involucramiento en la cocina familiar, especialmente siendo la familia dueña de una picantería:

> A los trece empecé a cocinar, nos turnábamos con mis otras dos hermanas mayores… éramos ocho, mis hermanos tenían que comer y mis papás salían a trabajar. Mi mamá trabajaba en la picantería, ahí también tenía que ir ayudarle porque se llenaba y tenía que hacer bastante comida. (Luisa Pérez)

La necesidad de aprender a cocinar a menudo surge de las responsabilidades asociadas con el maternar, tal como se ha mencionado. Chodorow (1978) sostiene que las mujeres tienden a asumir roles de cuidado debido a las expectativas sociales y culturales. Esta responsabilidad incluye la preparación de alimentos, que se convierte en una habilidad esencial para asegurar el bienestar de la familia. En este proceso además de aprehender habilidades prácticas también se internalizan valores y expectativas de género. Las mujeres aprenden a cocinar no porque es una habilidad necesaria, sino porque es parte de su rol como cuidadoras dentro de la estructura familiar. Este aprendizaje es, por lo tanto, tanto una necesidad práctica como una construcción social.

Aunque la elaboración del condumio representa una necesidad, no implica un disgusto en la ejecución. Luisa y Gloria disfrutan de cocinar, consideran que lo hacen muy bien; esa aceptación representa un signo de orgullo que constituye un legado en la identidad para ellas y su familia, incluso esto se puede percibir en los casos en los que no existe este gusto por la actividad. Así, Alejandro menciona: “Mi mamá (Evelynne) cocina rico. Ella se esfuerza haciendo el almuerzo temprano todos los días. Aunque cocine algo que no me guste, yo igual me lo como porque sé que se ha esforzado […] yo no lo haría”, denotando admiración por su madre.

Entender la labor femenina en la cocina es esencial para comprender la relevancia de estos saberes empíricos y legados familiares en torno a la alimentación. Estos conocimientos permiten a las mujeres adaptarse a nuevas circunstancias sin perder la esencia de su cultura culinaria. Por ejemplo, estudios han demostrado que las mujeres migrantes utilizan la comida como una forma de resistencia cultural y como un medio para mantener su identidad y conexión con su lugar de origen (Boehm, 2012; Sutton, 2001). Esta propuesta es sumamente interesante de abordar en casos de transregionalismo, ya que implica las percepciones que tenemos frente la comida, desde la forma en la que podemos vincularla a recuerdos hasta la manera en que el sabor puede formar identidad (el picante, por ejemplo, suele aludir al carácter arequipeño).

Es importante reconocer que este rol no es necesariamente una elección voluntaria, pues parte de una imposición cultural que se perpetúa a través de normas sociales y expectativas de género. La división sexual del trabajo coloca a las mujeres en el ámbito doméstico, asignándoles la responsabilidad de la alimentación y la economía del hogar, lo que limita sus oportunidades de participación en otros ámbitos públicos y profesionales (Osorio-Cabrera, 2013).

### *2.1.2. Transmisión de prácticas gastronómicas*

La transmisión de la cultura alimentaria es un proceso fundamental para la preservación de la identidad de los individuos, especialmente en contextos migratorios. En estos escenarios, las mujeres desempeñan un papel crucial al asegurarse de que las tradiciones culinarias se mantengan vivas para las futuras generaciones. Este proceso se lleva a cabo a través del conocimiento culinario, que incluye técnicas de conservación, preparación de alimentos y recetas, incluso en situaciones donde es difícil encontrar insumos esenciales. Por ejemplo, Luisa menciona que ella trae guiñapo desde Arequipa para poder hacer chicha aquí, en Lima; en casa de Evelynne se hacen mermelada de papaya arequipeña y también se congelan para hacer un refresco tradicional de ese fruto; incluso, Gloria posee una pequeña reserva de anisado para continuar con el tradicional prende y apaga; este rito consistente en beber una pequeña copa de anisado (licor tradicional arequipeño) y, posteriormente, beber un caporal de chicha de guiñapo. En la actualidad, para realizar esta tradicional forma de brindar se suele usar un vaso común. Esta transmisión cultural es vital para la perpetuidad de la cultura gastronómica, garantizando que estas prácticas se mantengan a lo largo del tiempo (Castro & Fabrón, 2018; Medina, 2014). Para comprender completamente este fenómeno, es necesario tener en cuenta el contexto social en el que se desarrollan en la comunidad migrantes, ya que se trata de un proceso constante de adaptación a una nueva realidad.

Las ollas de barro y los batanes además de ser herramientas funcionales son, también, portadores de significados culturales y valores tradicionales; estas herramientas actúan como mediadores en la transmisión de conocimientos culinarios de una generación a otra. Este tipo de prácticas tradicionales son fundamentales para la transmisión de la cultura (Bourdieu, 1977). La cotidianidad en la cocina se manifiesta en el uso constante y repetido de estos artefactos, permitiendo a los individuos internalizar técnicas y recetas tradicionales; además se asocia con sabores y texturas “más originales”; “ahora todo es de acero y se hace más rápido… la licuadora le cambia el sabor con el batán era diferente… salía más rico” (Gloria Villegas). Incluso estos artefactos pueden ser heredados (no te dijeron nada al respecto? Por ej, el batan de la abuela que uno hereda) reforzando esta relación con las antecesoras.

Estos cambios debidos a la urbanización y al crecimiento de ciudades como Lima implican que la transmisión de prácticas gastronómicas ha enfrentado nuevos desafíos. La falta de espacio en las viviendas urbanas ha limitado el uso de grandes artefactos tradicionales como las ollas de barro y los batanes, que requieren un espacio considerable para su almacenamiento y uso. Así, Luisa nos menciona que "Ya solo tengo mi molinita. Me gustaría tener un batán, pero está la licuadora y tampoco tengo donde ponerlo". Esto se debe a la modernización de la vida doméstica en contextos urbanos (Inness, 2001).

En lugar de estos artefactos grandes, las familias urbanas han adaptado sus prácticas culinarias utilizando herramientas más pequeñas y prácticas. Esta adaptación responde a limitaciones espaciales, pero también a la necesidad de eficiencia en la preparación de alimentos en entornos urbanos acelerados. Sin embargo, a pesar de estos cambios, la esencia de las prácticas culinarias tradicionales se mantiene a través del uso de pequeños instrumentos, como: la chaquena, la molinita, el molino casero, etc., continúan portando significados culturales y técnicas tradicionales.

### *1.2. Funciones y organización en la cocina*

La organización en la cocina es una tarea compleja y multifacética que requiere habilidades de planificación, gestión del tiempo y preparación anticipada, la cual requiere una planificación meticulosa y una gestión eficiente del tiempo y de los recursos. Las mujeres arequipeñas, a través de sus prácticas diarias, demuestran una notable capacidad para manejar estas responsabilidades, asegurando la continuidad y la calidad de las prácticas culinarias.

Evelynne Cortez enfatiza la preparación anticipada como una parte crucial de su rutina, comenzando la noche anterior, "preparo la avena y la dejo preparada para el desayuno y dejo listo también lo que va a ser el pan." Esta práctica, conocida como mise en place, aprendida durante sus estudios de panadería, permite una ejecución más fluida y eficiente de las tareas culinarias al día siguiente. La anticipación y la preparación previa son claves para manejar el volumen de trabajo.

Luisa Pérez también destaca la importancia de la preparación anticipada: "Generalmente en las tardes hago los picaditos... para mañana." Este enfoque asegura que las tareas más tediosas y que consumen tiempo se realicen con antelación, permitiendo una mayor eficiencia en la cocina durante las horas pico. Ella sin saberlo, también ejecuta un mise en place para realizar sus alimentos del día.

El trabajo doméstico, aunque a menudo invisibilizado, es fundamental para la reproducción de la fuerza de trabajo y el mantenimiento de la vida diaria (Federici, 2004). En este sentido, las mujeres que organizan y gestionan las cocinas están realizando una labor esencial que sostiene a sus familias y a la comunidad en general. La planificación y la preparación en la cocina son ejemplos claros de este trabajo de cuidado que requiere habilidades organizativas y una dedicación significativa (Folbre, 2001).

Evidentemente, las actividades en el ámbito gastronómico doméstico deben de ser estructuradas según las necesidades de los demás miembros; por ejemplo, la asistencia al laburo remunerado de un miembro proveedor o de los estudiantes. Debido a que es este tipo de labor es el sostén del trabajo productivo; por lo tanto, requiere de estructuración, planificación, estructuración y de reconocimiento (Delphy, 1984). Por ejemplo, la práctica del mise en place, adoptada por Evelynne Cortez, refleja cómo la organización en la cocina permite cumplir con las exigencias diarias mientras se preserva la calidad de las preparaciones tradicionales.

Añadido a esto, la histórica asociación de las mujeres con las tareas de cuidado y labores domésticas y el hecho de que la cocina ha sido vista como un espacio predominantemente femenino, ha hecho que las mujeres asuman con naturalidad alimentar a los demás; son las féminas del hogar quienes mayoritariamente se encargan de la preparación del condumio. DeVault (1991) visibiliza este trabajo doméstico al describirlo como un plan cuidadosamente establecido y un esfuerzo exigente que forma parte de una rutina semanal que requiere una organización activa desde el proceso de obtención de los insumos; complementando esta perspectiva, Tronto (1993), explora la relevancia de las actividades de cuidado, como la organización de la cocina, para el funcionamiento de la sociedad. Estas tareas, a menudo subestimadas, son fundamentales para la sostenibilidad de la vida cotidiana. Ella argumenta que el trabajo de cuidado es esencial para el bienestar social y comunitario, proporcionando una base vital para la vida diaria.

Las entrevistas demuestran que el proceso de comensalidad requiere una programación; estas actividades inician en la planificación del menú semanal y en la organización del horario de compras de productos, tiempo para la realización del quehacer y gestión de la economía familiar. Por ejemplo, en su conjunto ellas indican que este proceso no es improvisado, sino que demanda una secuencia ordenada de tareas que se integran a la rutina doméstica diaria. Esta planificación permite garantizar no solo la disponibilidad de los insumos, sino también la preparación oportuna de los alimentos y su

adecuada presentación al comento de compartirlos con la familia. La cocina se convierte en un espacio donde se articulan tiempos, saberes y responsabilidades, en función del bienestar colectivo. A manera de ilustración, Luisa, al no tener un mercado cercano a casa, todos los fines de semana acompaña a su hija y su yerno al supermercado y al mercado para hacer las compras para las comidas de la semana, esto señala que la falta de acceso también implica un reto más para la organización del diario. Por otro lado, Evelynne también tiene esta relación mixta con su lugar de compras, ya que le permite comprar precios y gestionar mejor los gastos.

Otra dimensión analiza cómo la organización de la comida y la cocina refleja y mantiene las estructuras sociales y culturales. Douglas (1972) argumenta que las prácticas culinarias son una manifestación de la identidad cultural y las relaciones sociales, y que la organización en la cocina es una parte integral de este proceso, perpetuando valores y normas sociales. Este análisis resalta cómo las prácticas diarias en la cocina están intrínsecamente vinculadas a la reproducción.

Inness (2001), examina la evolución de la gestión de la cocina por parte de las mujeres a lo largo del tiempo, mostrando cómo estas han adaptado sus roles frente a cambios sociales y económicos. Es decir, la creatividad y la resiliencia de las mujeres en la administración de sus hogares y cocinas, subrayando la importancia de estas habilidades organizativas para la cohesión y funcionalidad de la vida familiar y comunitaria.

Estas reflexiones se evidencian en la experiencia cotidiana de cocineras migrantes, quienes han tenido que adaptar sus formas de cocinar a nuevos entornos sin perder la tradición de vista. Por ejemplo, Cipriano relata que, aunque ha debido modificar algunos métodos de cocción debido a la disponibilidad de equipos y espacios, “, siempre trata de respetar las técnicas tradicionales de la cocina arequipeña”. Este esfuerzo revela una voluntad por mantener viva la identidad cultural a través de la práctica culinaria, incluso en contextos diferentes.

De manera similar, Luisa comenta como factores climáticos, como la presión atmosférica, implican ajustes en la rutina: “Siento que acá el fuego es más fuerte y las cosas que cocinan más rápido que en Arequipa. He tenido que acostumbrarme a eso”. Esta adaptación no solo habla de una logística doméstica, sino también como los cambios espaciales inciden directamente en los saberes transmitidos y la forma en que se reproducen las prácticas alimentarias tradicionales.

En suma, la gestión de la cocina por parte de las mujeres arequipeñas trasciende lo doméstico y se convierte en un eje central para la reproducción cultural y social. Estas prácticas sostienen el bienestar diario de sus familias y aseguran la transmisión de un legado cultural que refuerza la identidad y el sentido de pertenencia en un contexto migratorio que a menudo plantea el riesgo de homogeneización cultural.

### *1.3.Motivaciones para continuar con el legado culinario*

La motivación para continuar con el legado culinario es un tema complejo que involucra la dinámica familiar, la transmisión de valores y la asunción de roles específicos dentro del contexto cultural.

La familia es una institución fundamental para la transmisión de prácticas y saberes culinarios. Bourdieu (1984) introdujo el concepto de capital cultural para explicar cómo ciertos conocimientos y habilidades se transmiten de una generación a otra, contribuyendo a la reproducción social. En el contexto culinario, este capital cultural incluye recetas, técnicas de cocina y tradiciones que se aprenden en el hogar; como lo expresa Susana, "estoy acá manteniendo para que lo que nos enseñó nuestra mamá y nuestro papá continúe", dejando ver cómo estas prácticas culinarias representan un acto consciente en la preservación cultural. Este espacio actúa como un lugar de socialización donde las habilidades culinarias se transmiten de madres a hijas, y a veces a hijos, a través de la observación y la participación directa en la preparación de alimentos. Esta transmisión preserva las tradiciones culinarias a la vez que refuerza los lazos familiares y la identidad cultural. Para Luisa, “mi motivación es mi familia”. Tal como se ha mencionado anteriormente, una de las principales razones es la necesidad de alimentos de los individuos a cargo de la mujer; esto no significa que nos les guste cocinar, sino que se prioriza la necesidad básica.

Las comidas familiares son momentos clave para la socialización, donde se enseñan y se refuerzan normas y valores. A través de la preparación de alimentos, se transmiten lecciones sobre la importancia de la dedicación, la paciencia y el amor en el trabajo culinario.

Este simbolismo se expresa con fuerza en los recuerdos familiares, como relata Luisa:

> "Sí, era bonito, porque las mesas eran largas, largas, digamos cuántos... ocho, nueve, diez personas. Y una mesa de 10 personas ya creo que no hay. [...] Mi mamá, mi papá nos designó un lugar a cada una. Y la hora del almuerzo, la hora de los alimentos —ya los tres que había en el día— era la hora. 6 de la mañana el desayuno, 12 del día el almuerzo y 6 de la tarde la comida. Y todos tenían que estar con las manos bien lavadas, ya listos para comer. Y en la mesa nos pusieron eso en la mente: que en el centro de la mesa estaba Dios. Y ahí no se gritaba,

> no se comía hasta que se te terminaba. Comías todo, terminabas, agradecías porque tenías que agradecer. 'Gracias, mamá, gracias, papá, provecho'. Y levantar tu plato, llevarlo a la cocina, lavarlo, porque así agradecías a Dios que te había dado de comer. Era bonito, era bonito, para mí era bonito, no sé."

Estos valores contribuyen a la cohesión y resiliencia de la familia como unidad social, puesto que la cocina es un medio que mediante símbolos tangibles establece pilares sociales e institucionales en la familia. Douglas (1972) argumenta que las prácticas culinarias son una forma de lenguaje simbólico que comunica y refuerza las estructuras sociales y culturales. La preparación y el consumo de alimentos están cargados de significado y actúan como un vehículo para transmitir valores como la hospitalidad, el cuidado y la cohesión familiar.

Las mujeres han manejado la organización en la cocina a lo largo del tiempo, adaptándose a cambios sociales y económicos (Inness, 2001); la creatividad y la resiliencia de las mujeres en la gestión de sus hogares y cocinas, subraya la importancia de estas habilidades organizativas para la vida familiar y comunitaria, la cual son fundamentales para la sostenibilidad de la vida diaria y el bienestar social (Tronto, 1993). Sin embargo, este tipo de tareas suele estar invisibilizadas.

## 2. Conservación de la identidad cultural alimentaria familiar

En el contexto migratorio, la conservación de la identidad cultural alimentaria es una estrategia de resistencia que también es un acto profundamente ligado al género, en el que las mujeres, especialmente, juegan un papel central como transmisoras de prácticas culinarias. Este apartado explora cómo las migrantes, a través de su trabajo en la cocina y los rituales alimentarios, sostienen la identidad cultural de su familia y comunidad, adaptándose a los cambios que la migración y la modernidad imponen, pero sin perder la esencia de sus raíces.

La identidad cultural alimentaria se conserva a través de la preparación de platos tradicionales y mediante la transmisión de valores asociados a la comida, tales como la hospitalidad, el cuidado y la cohesión familiar, roles que históricamente han sido asignados a las mujeres (Douglas, 1972). Las arequipeñas, como responsables de la gestión del hogar y la alimentación, mantienen vivas estas tradiciones incluso cuando las condiciones del entorno limitan el acceso a los insumos tradicionales. La capacidad de adaptación de estas mujeres es esencial para preservar la autenticidad de las comidas y, por ende, su identidad cultural en Lima.

Cipriano relata:

> “los rocotos vienen de Tarapoto… vienen a Lima y de Lima se van a Arequipa, y así, porque por el clima allá el rocoto crece grande. Entonces acá, por ejemplo, yo me voy a Caquetá a hacer mi compra de rocotos, entonces selecciono los rocotos más grandes, que sean bonitos, como para relleno, porque es diferente como para rocoto. [...] El zapallo macre lo traemos de Arequipa, porque es diferente el zapallo macre de allá que el zapallo de acá. Y así… bueno, el chuño blanco y el chuño negro se pueden conseguir acá, y, pues, el guiñapo para la chicha lo traemos de Arequipa. Es por eso que yo llevo a la cocina, yo estoy en la cocina, entonces siempre trato de mantener lo que es la originalidad, para que siempre se mantenga como debe de ser”

Esta búsqueda constante de ingredientes específicos y la atención al detalle en su selección evidencian su compromiso y conocimiento para la reproducción de la identidad culinaria en un contexto migrante.

La selección de insumos, por ejemplo, es una práctica crucial entre ellas, quienes buscan recrear los sabores y texturas de su tierra natal en un nuevo contexto. Este proceso de adaptación requiere creatividad y conocimiento culinario, a la vez de un compromiso con la continuidad de la identidad cultural (Bourdieu, 1984). A pesar de las limitaciones de espacio y la falta de ciertos ingredientes tradicionales las mujeres adaptan sus recetas utilizando insumos locales, asegurando que los platos mantengan su esencia; es decir que tanto en su sabor como su representación mantengan correlación con sus memorias gustativas, como se observa en los relatos de Luisa Pérez y Evelynne Cortez,

> “A veces hago modificaciones, por ejemplo, si me falta algún ingrediente, lo reemplazo... en el zapallo, a veces no tengo habas y las reemplazo” (Evelynne)

> “A veces he tenido que modificar ingredientes porque en Lima no siempre consigo lo mismo que en Arequipa. Por ejemplo, el 'conchito de la chicha' es fundamental para el adobo, pero aquí es difícil de conseguir” (Luisa)

Asimismo, las restricciones alimenticias y los rituales culinarios son elementos esenciales en la conservación de la identidad. Ellas, como transmisoras de estas normas, imponen restricciones basadas en la tradición religiosa o cultural, como la preparación del "chupe de viernes" sin carne roja, manteniendo así el vínculo con su fe y sus costumbres. Estas prácticas, al igual que los menús semanales,

- lunes: *chaque- Sopa de carne de res o cordero que se acompaña con verduras y condimentos.*
- martes: *chairo- Sopa de res o cordero, trigo, chuño, chalona (carne seca) y verduras varias.*
- miércoles: *chochoca- Sopa cremosa de maíz molido, semejante a la harina gruesa.*
- jueves: *chuño- Crema a base de chuño negro molido y acompañado de tripa de cordero.*

- viernes: *chupe- Sustancia de pescado o marisco, verduras, leche, papas y queso que se suele comer en días de vigilia.*
- sábado: *pebre- Sustancia de res acompañado de chuño, papa y verduras varias.*
- domingo: caldo blanco- Caldo de cordero o gallina que se realiza sin condimentos de color, se acompaña de garbanzos, arroz, papa y chuño,

detallados por Gloria Villegas y Evelynne Cortez, estructuran la vida familiar y sirven como recordatorios constantes de sus raíces culturales. Cabe mencionar, que estos platos diarios décadas atrás respondían a la disponibilidad de insumos que llegaban a los mercados locales (Álvarez, 2017) y a motivos religiosos (los viernes para la tradición católica tradicional no es adecuado comer carne). Sin embargo, incluso en la actualidad, es muy común ver que las mujeres arequipeñas siguen esta secuencia de platos en su menú semanal.

Los rituales alimenticios que las mujeres reproducen fortalecen los lazos dentro de sus familias y también conectan a las migrantes con su comunidad. En estos espacios, las mujeres preparan alimentos, y a su vez estos crean momentos de reafirmación cultural, donde las tradiciones culinarias se transmiten a las generaciones más jóvenes, preservando así la identidad arequipeña en Lima. Estos actos de transmisión intergeneracional son fundamentales para la cohesión social y familiar, ya que las mujeres no solo alimentan, sino que también nutren la identidad cultural.

### *2.1.Prácticas intergeneracionales*

La transmisión de prácticas culinarias entre generaciones se da en un contexto donde las diferencias generacionales son evidentes, especialmente en la adopción de alimentos rápidos o la preferencia por comidas convenientes por parte de las generaciones más jóvenes. Sin embargo, las mujeres migrantes, como guardianas de estas prácticas, siguen esforzándose por mantener la tradición en sus hogares.

Las diferencias generacionales en los hábitos alimentarios son evidentes debido a los cambios en los valores culturales y las condiciones socioeconómicas. Por ejemplo, las generaciones jóvenes tienen a preferir alimentos convenientes y rápidos, influenciados por el ritmo acelerado de la vida urbana moderna a diferencia de las generaciones mayores quienes suelen valorar más las comidas tradicionales y los rituales asociados a la comensalidad (Fisberg *et al.* 2006; Kittler y Sucher, 2008). Según Warde (1999), la preferencia por los alimentos de preparación rápida y el aumento del consumo de comida rápida entre los jóvenes es un reflejo de la transformación de las estructuras sociales y

económicas que priorizan la inmediatez y la conveniencia. El cocinar requiere de tiempo y esfuerzo como lo recalca Luisa en esta cita:

> Ahora veo que ya hasta la comida congelada venden… cocinar toma su tiempo, no es meter las cosas a la olla y ya… si quieres que te salga rico tienes que tomarte tu tiempo y ponerle bastante amor… sino las cosas no salen. Aunque también es difícil si debes tener todo listo tempranito (Luisa Pérez)

El papel de las mujeres en la transmisión de estos conocimientos es crucial, ya que ellas se encargan de guiar a sus hijos e hijas en la preparación de los alimentos, manteniendo viva la memoria de su tierra a través de las recetas. Este proceso implica la repetición de técnicas culinarias y, también, la interiorización de valores como el respeto y el cuidado. Al transmitir estas prácticas a las generaciones más jóvenes, las mujeres aseguran la continuidad de la identidad cultural familiar en un contexto urbano que puede alienar estas tradiciones (Boehm, 2012).

Sin embargo, el contexto urbano y la globalización también presentan desafíos para la conservación de la identidad cultural alimentaria. Las prácticas de adaptación, como la fusión de ingredientes locales con técnicas tradicionales, son una respuesta a las limitaciones que encuentran las migrantes en las ciudades, donde el acceso a ciertos insumos y utensilios tradicionales es limitado. Gloria Villegas, por ejemplo, ha adoptado el uso de una cocina industrial y ollas de acero inoxidable en lugar del fogón y las ollas de barro, reflejando cómo la modernidad impacta las prácticas culinarias sin que se pierda el valor simbólico de los platos tradicionales; en su caso particular, esto se debe a las normativas municipales a las que debe de adaptar debido a que la picantería en Lima es considerado un restaurante y no patrimonio cultural como lo es en Arequipa; esto evidencia una dificultad que se atraviesa en la migración.

La tecnología, aunque en algunos casos afecta la interacción en la mesa, también puede ser vista como un aliado en la conservación de estas prácticas. Ellas, como mencionan Evelynne Cortez y Gloria Villegas, utilizan Internet para explorar nuevas recetas o adaptaciones, sin perder de vista su legado culinario. Esto permite que las mujeres, aunque afectadas por los cambios tecnológicos, mantengan la cocina como un espacio dinámico donde la tradición y la modernidad coexisten.

Finalmente, la multiculturalidad permite a las mujeres migrantes experimentar con nuevas combinaciones sin perder su identidad, como el reemplazo de insumos para elaborar sus preparaciones. Este proceso de hibridación culinaria, aunque desafiante, también enriquece la cocina

arequipeña en el contexto limeño, mostrando la resiliencia de las mujeres en la preservación y adaptación de su legado cultural.

### *2.2.Prácticas de adaptación*

En contextos migratorios, la conservación de la identidad cultural alimentaria implica un proceso continuo de adaptación. Las mujeres migrantes desempeñan un papel clave en este proceso, al ajustar las recetas tradicionales a los ingredientes y herramientas disponibles en su nuevo entorno. Este acto de adaptación además de ser una necesidad práctica es también una estrategia cultural para preservar las raíces y los valores culinarios. Las mujeres, al ser las principales responsables de la cocina, encuentran formas creativas de mantener la autenticidad de sus platos, a pesar de las limitaciones que presenta el acceso a ciertos insumos tradicionales en la ciudad.

La selección de insumos se vuelve una tarea crítica en este proceso de adaptación. Como señalan Castro y Fabrón (2018), las mujeres migrantes deben tomar decisiones complejas sobre qué ingredientes utilizar para recrear los sabores de su tierra natal. Para las mujeres arequipeñas en Lima, esto significa encontrar alternativas a productos como el rocoto o la papaya arequipeña, ingredientes que muchas veces son difíciles de conseguir en los mercados limeños. Evelynne Cortez y Luisa Pérez mencionan cómo han aprendido a adaptar recetas utilizando productos locales, como el calabacín en vez de la calabaza arequipeña, chuño negro por chuño blanco, en otras ocasiones se "sacrifica" el sabor o la textura de los ingredientes como de las habas, el rocoto, choclo, etc. con el fin de lograr recreaciones gustativas. Esto demuestra su capacidad para preservar la representación de sus tradiciones culinaria, lo que refleja un acto de resistencia identitaria al mantener viva las tradiciones de su tierra y una práctica de negociación constante entre la tradición y contexto. Cada elección tiene un significado afectivo y simbólico y, una forma de cuidar y trasmitir capital cultural alimentario a las nuevas generaciones.

Este proceso de adaptación también refleja la resiliencia cultural de las mujeres, quienes deben enfrentar los desafíos del espacio y los recursos y las demandas de su familia, que esperan de ellas la recreación de los platos tradicionales. En este sentido, la cocina se convierte en un espacio de resistencia y adaptación, donde las mujeres aseguran que su legado cultural se mantenga vivo a través de la alimentación. Como menciona Luisa Pérez, aunque no siempre es posible seguir al pie de la letra las recetas de Arequipa, es su amor por la cocina y el deseo de mantener su identidad lo que motiva a seguir recreando esos platos.

### *2.2.2. Cambios en el espacio*

La globalización introduce una serie de factores socioculturales que han transformado de manera significativa las prácticas de alimentarias y los rituales de comensalidad. Elementos como la forma urbanística, la tecnología y la multiculturalidad, remodelan las formas relacionadas con las normas alimentarias, tanto en la dimensión de tiempo como en la de espacio.

La organización de las ciudades con alta densidad poblacional fomenta una serie de dependencias debido a su organización urbanística. Primero, la necesidad de compra de alimentos preparados (Warde, 1997), por ese motivo no es difícil encontrar en oferta diversidad de alimentos congelados o listos para servir en cadenas de tiendas como TAMBO, OXXO, LISTO, etc., pero también existe otro espacio donde se suplen estas necesidades: los menús. Como resultado las interacciones con la comida se ven afectadas, ya que las familias y los individuos optan por soluciones prácticas y rápidas que puedan consumirse en cualquier lugar y en cualquier momento, minimizándose la importancia del espacio en la cocina y el comedor como centro de reunión, lo que causa rupturas en la cohesión social; es decir, en los vínculos que se forman en estos espacios de comensalidad.

En segundo lugar, la nueva estructura de las ciudades posee una incidencia en el espacio de vivienda, en consecuencia, las cocinas tienden a ser más compactas y se encuentran diseñadas para maximizar el uso del espacio limitado. Esta configuración refleja la necesidad de adaptación a una vida ajetreada y al espacio restringido que caracteriza a los entornos urbanos. Debido a estas particularidades, equiparla requiere de modelos compactos y de un uso que permita el ahorro del tiempo (Freeman, 2007).

Evelynne menciona que por el tamaño de su cocina, no puede realizar ciertas preparaciones: “Mi cocina no es tan pequeña, pero me gustaría tener más espacio. Las cosas caben amontonaditas, no como deberían. Además, acá no puedo cocinar cosas grandes, no podría chaqtar un cuy”. De la misma manera, Luisa comparte que el tamaño del espacio en el cual cocina condiciona su manera de recibir comensales:

> Acá las cocinas son pequeñas, solo se puede cocinar para poquitas personas. Cuando estaba en Arequipa tenía dos cocinas en mi casa y cuando había fiesta podía ir avanzando en las dos al mismo tiempo… abajo ponía las papas y arriba iba avanzando el chancho o lo que se fuera a cocinar (Luisa Pérez)

Las cocinas modernas pueden satisfacer la necesidad básica de alimentación, pues permite la preparación de alimentos de manera rápida y eficiente; sin embargo, la reducción del espacio y la

simplicidad en su funcionalidad limitan la posibilidad de preparaciones complejas y la realización de actividades que fomenten la interacción social en estas.

Desde otra dimensión, la tecnología además de transformar los métodos de preparación y consumo de alimentos también establece nuevas formas de compartir y cocinar. Evidentemente, esto es transversal a la idea ya mencionada. Luisa, menciona, que para usar un batán le requería más tiempo y espacio para la preparación de alimentos específicos, a pesar de que este instrumento podría otorgarle mayor sabor y textura, tiende a usar instrumentos como la licuadora para utilizar de manera más eficaz el tiempo.

Entendamos a la tecnología como una moneda, una de sus caras representará una barrera para las comunicaciones interpersonales tradicionales; sin embargo, desde su otro lado nos permitirá compartir nuevas experiencias gastronómicas a través de diferentes plataformas en línea (Manson, 2010). Es preciso no perder de vista que estas tendencias pueden conducir a una superficialidad alimentaria, priorizando la apariencia y la novedad sobre la tradición; el aumento de estas experimentaciones se asocia también a la fragmentación de las comidas familiar tradicionales (Kwon y Lee, 2020). Por ejemplo, las entrevistas demuestran que las nuevas generaciones pueden desligarse de los vínculos afectivos y simbólicos de la tradición; sin embargo, este medio esta herramienta también es una forma de acceso a la información que ayuda a resolver lo cotidiano,

> “no pensaría en mi comida como un legado… si quieren recetas, pues están lo recetarios y ustedes ahora tienen internet” (Gloria Villegas)

> “A veces, cuando no sé qué cocinar hago “experimento”. Veo lo que hay en la refrigerado y me invento algo o busco [en internet] que puedo hacer con eso” (Evelynne Cortez)

Finalmente, el acceso a diversos ingredientes, debido a la multiculturalidad que rodea a los migrantes, puede crear desafíos en cuenta a la preservación de prácticas tradicionales. La integración de alimentos de diversas culturas puede llevar a una hibridación culinaria, donde las comidas tradicionales se adaptan al entorno y adoptan nuevos ingredientes y técnicas. Esto podrían plantear preguntas acerca de la autenticidad y la correcta preservación (Duruz, 2019).

### *2.2.3. Cambios en el estilo de vida*

Los cambios en el estilo de vida que trae consigo la migración afectan directamente las prácticas alimentarias de las mujeres migrantes. La vida en una ciudad grande como Lima, con sus ritmos

acelerados y sus demandas laborales, obliga a las mujeres a equilibrar el trabajo doméstico y, en muchos casos, el trabajo fuera de casa. Esto se refleja en las adaptaciones que hacen en su rutina culinaria, optando por preparaciones más rápidas o simplificadas durante la semana, reservando los platos tradicionales más elaborados para los fines de semana o días festivos.

La globalización también ha tenido un impacto significativo en las prácticas alimentarias. El acceso a ingredientes de diversas partes del mundo ha permitido a las mujeres experimentar con nuevas recetas y fusionar sabores, lo que lleva a la creación de una cocina híbrida que combina elementos de su herencia arequipeña con influencias de otras culturas. Gloria Villegas menciona que ha tenido que adaptar el lomo saltado para complacer los gustos de sus hijos, quienes prefieren versiones más modernas de este plato, incorporando ingredientes que no forman parte de la receta tradicional.

A pesar de estos cambios, las mujeres continúan utilizando la cocina como un espacio para mantener vivas las tradiciones culinarias de su tierra. Aunque la vida urbana y la globalización exigen adaptaciones, las mujeres se esfuerzan por preservar la autenticidad de sus recetas y mantener un vínculo con su identidad cultural.

En muchos casos, las mujeres se ven obligadas a equilibrar las demandas de la vida moderna con el deseo de preservar sus tradiciones, lo que refleja su resiliencia y capacidad de adaptación. Para Evelynne Cortez, por ejemplo, la necesidad de utilizar electrodomésticos como la licuadora no ha disminuido su deseo de mantener el sabor original de los platos arequipeños, aunque reconoce que algunas texturas se pierden en el proceso. Esta adaptación a la modernidad y los cambios en el estilo de vida implican dinamismo en la manera en que las mujeres transmiten sus conocimientos culinarios y sus valores culturales.

El capítulo demuestra que las cocinas migrantes funcionan como espacios vitales para la preservación de la identidad cultural a través de los afectos, la memoria y las prácticas culinarias heredadas. Las mujeres, en particular, desempeñan un papel fundamenta como transmisoras de las tradiciones, adaptando saberes ancestrales a los nuevos contextos urbanos sin perder la esencia de sus raíces. La cocina es un lugar simbólico que genera memoria y conecta a los migrantes con su mugar de origen mediante los sabores, olores, imágenes y rituales que permiten enfrentar las transformaciones impuestas por la migración en un contexto globalizado.

# CAPÍTULO II

El presente capítulo describe cómo los afectos de las cocineras migrantes influyen en la comensalidad actual, mostrando que la cocina es más que un espacio funcional, pues está cargado de emociones, memorias y significados culturales. Mediante la alimentación se reconstruyen los vínculos familiares, procesan el desarraigo migratorio y resisten la perdida cultural, activando recuerdos sensoriales y afectivos que refuerzan la identidad. En el texto se exploran dimensiones sentimentales, estésicas y cognitivas de los afectos, abordando también tensiones generacionales, eventos traumáticos y la ritualidad en la mesa cómo ejes claves en la experiencia culinaria.

## Relación entre los afectos de las cocineras y la comensalidad actual

### 1. Desarrollo de los afectos en las familias arequipeñas

Abordar los afectos es tópico relevante para nuestra investigación. La cocina, como espacio cotidiano, trasciende su función básica de sustento para convertirse en un escenario de interacción emocional, simbólica y cultural. En este contexto, los afectos emergen como una categoría fundamental para analizar la relación entre los alimentos, la memoria y la identidad. Lejos de ser un espacio neutral, la cocina se convierte en un lugar donde se activan recuerdos, se negocian significados y se procesan experiencias complejas. Los testimonios recopilados en esta investigación evidencian cómo las prácticas culinarias pueden tanto reforzar vínculos como convertirse en escenarios de conflicto y tensión emocional, reflejando las dinámicas sociales y familiares más amplias.

En contextos de migración, los afectos adquieren una relevancia particular al facilitar la reconstrucción de identidades y narrativas personales en entornos cambiantes. Los alimentos además de actuar como vehículos de memoria son también mediadores de emociones, permitiendo a las personas afrontar el desarraigo y la pérdida a través de rituales culinarios que conectan el pasado con el presente. Este proceso de resignificación convierte la cocina en un espacio de resistencia, donde se preservan tradiciones culturales y se adaptan a nuevas realidades. Según Assmann (2011), la memoria cultural opera como una herramienta para transmitir identidad y pertenencia entre generaciones, y en este sentido, los alimentos desempeñan un papel clave al activar recuerdos compartidos y reforzar valores colectivos.

Sin embargo, el carácter emocional de la cocina no está exento de tensiones. Los conflictos y los eventos traumáticos relacionados con los alimentos revelan la complejidad de las dinámicas familiares y sociales que se manifiestan en este espacio. Desde discrepancias generacionales hasta vivencias de

violencia o duelo, la cocina se presenta como un territorio donde las emociones, los recuerdos y las relaciones se entrelazan de manera profunda. Esta dimensión dual de la cocina —como espacio de conexión y de confrontación— subraya su importancia en la construcción de identidades y en la gestión de experiencias emocionales, destacando su rol central en la vida cotidiana y en el proceso de adaptación cultural.

### 1.2.Dimensiones de los afectos

Explorar la dimensión afectiva, especialmente en contextos migratorios, es crucial para comprender y analizar la construcción y preservación de la identidad cultural. Particularmente en el caso que estamos analizando los afectos se encuentran profundamente entrelazados con la comensalidad, funcionando como un puente que conecta el pasado con el presente. La migración, al alterar las dinámicas sociales y culturales, intensifica la importancia de los afectos como un vínculo para mantener y recrearlas tradiciones culinarias, reforzando así los vínculos familiares y de identidad con la comunidad de procedencia. Estos tienen un impacto a nivel individual y colectivo, en tanto estructuran las prácticas alimentarias y los rituales de comensalidad.

A partir de una perspectiva multidimensional, los afectos pueden analizarse desde tres ejes principales: sentimentales, estésicos y cognitivos. Cada una de estas dimensiones aborda la experiencia emocional, sensorial y mental, respectivamente, y su vínculo con la alimentación. Los afectos sentimentales están relacionados con las emociones y recuerdos que emergen en torno a la comida; los estésicos, con las percepciones sensoriales como el gusto, el olor y la textura de los alimentos; y los afectos cognitivos, con los procesos mentales asociados a la memoria, la reconstrucción de identidades y la historia familiar. Estas dimensiones se entrelazan para crear una experiencia alimentaria integral, donde los sabores, las emociones y el pensamiento convergen en un acto cargado de significado cultural.

Evaluar estas dimensiones resulta fundamental para comprender cómo los afectos operan como vehículos de resistencia cultural y de continuidad identitaria en contextos de desplazamiento. En el caso estudiado, los afectos permiten recrear la herencia culinaria en un entorno urbano distinto, de manera que también actúan como una herramienta para transmitir valores y tradiciones a las generaciones más jóvenes. Esta evaluación también aporta una perspectiva más amplia sobre cómo las prácticas alimentarias trascienden lo físico y lo funcional, convirtiéndose en espacios de interacción emocional y simbólica que refuerzan el sentido de pertenencia y la cohesión social.

### 1.2.1. *Afectos sentimentales*

La cocina, como espacio de creación y significado, trasciende su función básica de sustento al convertirse en un ámbito cargado de emociones, memorias y símbolos culturales. En el contexto de la migración, las prácticas culinarias adquieren un valor aún mayor, ya que funcionan como un medio para mantener vivas las tradiciones y reforzar las identidades culturales en medio de entornos desconocidos. Este capítulo aborda las experiencias sentimentales y las narrativas afectivas que emergen en torno a la comida y su preparación, explorando cómo los migrantes arequipeños en Lima enfrentan las emociones de desarraigo, nostalgia y adaptación cultural a través de los alimentos.

Desde la conexión emocional que los sabores tradicionales evocan hasta la función de resistencia cultural que la cocina puede desempeñar, los alimentos se presentan como puentes simbólicos entre el pasado y el presente. Las experiencias sentimentales y las narrativas relacionadas con los recuerdos personales revelan que la comida opera como un vehículo para procesar emociones, recrear lazos comunitarios y enfrentar la pérdida. A través de testimonios y análisis, se explora cómo las prácticas culinarias preservan el legado cultural además que ofrecen un espacio para resignificar experiencias de duelo, amor y pertenencia en el proceso migratorio.

#### *1.2.1.1.Experiencias sentimentales en torno a la migración*

La migración, como experiencia humana compleja, implica un proceso de desarraigo y reconfiguración de identidades que repercute profundamente en las dimensiones emocionales y afectivas de las personas. Este fenómeno se evidencia en la comunidad de migrantes arequipeños en Lima, quienes enfrentan la dualidad de mantener vivas sus tradiciones alimentarias mientras se adaptan a un nuevo contexto sociocultural. Las emociones vinculadas a la pérdida del espacio conocido y el desafío de crear un hogar en un entorno urbano desconocido son constantes en sus narrativas. Según los testimonios recopilados en la investigación, la comida se convierte en un vehículo central para mitigar este sentimiento de pérdida y reconstruir un sentido de pertenencia.

En este tipo de contextos, los conceptos de experiencia sentimental y afectiva poseen gran relevancia, conecta de manera abstracta al individuo con el entorno cultural e identitario, de manera que ejercen una función de resistencia cultural. La conexión emocional con los alimentos y las prácticas culinarias funcionan como un anclaje que permite a los migrantes mantener un sentido de continuidad y pertenencia en medio de la dislocación (Le Bretón, 2006).

Por ejemplo, Gloria relata que al mudarse a la capital experimentó una mezcla de emociones: por un lado, nostalgia por abandonar su hogar, pero también una fuerte motivación por mantener vivo el

legado culinario familiar en un nuevo entorno. Esta dualidad refleja cómo los sentimientos se entrelazan con las responsabilidades y el deseo de preservar una identidad cultural a través de la comida. Esta perspectiva se refuerza bajo la mirada de Sutton (2001), quien destaca que los alimentos evocan memorias individuales y colectivas que permiten la reafirmación de las identidades culturales en contextos de migración, proporcionando un espacio para recrear conexiones con el pasado y proyectar la identidad cultural hacia el futuro.

En la mayoría de los casos, la migración no fue un proceso dado por elección propia para la mujer, pues fue una circunstancia inevitable; de hecho, la emoción que más se hace presente en todos los relatos responde a la tristeza y a la resignación, puesto que las redes de apoyo parentelares se ven interrumpidas, además del habitus en sí mismo. Crapanzano (1994) plantea que las experiencias emocionales de los individuos en contextos de cambios o crisis (en este caso, sostendría que la crisis corresponde al cambio) están profundamente influenciadas y relacionadas por las dinámicas sociales y culturales que los rodean. Así, Rosa evoca su tristeza al tener que migrar y dejar atrás personas importantes en su vida y el mundo que conocía: “Me vine bien triste, porque dejé a mis amigas, a mi enamorado, todo lo que conocía allá” (Rosa Castillo).

Una frase tan sencilla como la mencionada, puede evidenciar de manera concreta el desarraigo emocional que acompaña a la migración. Es así como, aplicando este marco en el testimonio, se observa cómo el apoyo familiar se convierte en una clave para mitigar emociones como la tristeza y soledad. Sin embargo, a quien encuentra consuelo en sus hijos o nietos la familia hace una función de contención. En base a la “dialéctica del yo” (Crapanzano, 1994; Mead, 1972) las relaciones cercanas permiten un diálogo interno que facilita la reconfiguración de las emociones y el sentido de pertenencia; además, los espacios de interacción familiar no son solo un refugio pasivo sino dinámico donde las emociones negativas como la tristeza y la soledad son transformadas a través de interacciones positivas.

No obstante, es poco mencionado que la necesidad de cuidado a la familia sobre ella misma responde a olvidar las emociones negativas con respecto a la adaptación del nuevo espacio, debido a que el sentimiento prolongado de asombro, temor, miedo o tristeza puede verse oculto para la familia de la mujer, a manera de una protección socialmente aceptada. Probablemente la imagen de la mujer migrante emergente o fuerte y luchadora, jueguen el rol de lo que debería ser la mujer frente a lo que realmente sienten, pero reprimen. Quizás la mujer y la madre tampoco tienen permitido sentir.

El día que entrevisté a la Sra. Rosa, finalmente las lágrimas brotaron de sus ojos, quizás porque entre mujeres si nos permitimos sentir, quizás entre mujeres si nos vemos humanas y en su defecto como seres vulnerables. Su hijo, me comentó en privado: “todo lo que ella te ha contado, también nos los ha contado a nosotros (sus hijos), pero yo nunca la había visto llorar”.

Durante las experiencias migratorias, las mujeres cambian tanto de espacio geográfico como de lugar simbólico en la estructura familiar, pues este fenómeno implica una serie de reconfiguraciones identitarias, sociales y emocionales que muchas veces pasan desapercibidas bajo la narrativa dominante de “progreso” o “mejora de vida”. En ese contexto, las mujeres asumen un papel central tanto en el sostenimiento afectivo como en la reproducción de prácticas culturales y de cuidado, lo cual transforma sus dinámicas cotidianas a nuevas responsabilidades, por ejemplo, económicas (trabajo, trámites, gestión económica del hogar, etc.), subjetivas (emociones como tristeza, soledad, ansiedad, etc.), entre otras (Pedone, 2006; Parella, 2007).

Este entramado construye una figura de la mujer migrante como “fuerte”,” sacrificada” y “resistente”, atributos que son celebrados como virtudes, pero que constituyen una carga emocional invisible. Lamas (2007) advierte que este ideal de mujer resiliente puede convertirse en una trata que refuerza la autoexigencia, el silenciamiento emocional y la invisibilización del malestar. Este tipo de narrativas exige que las mujeres cumplan una doble función: la de cuidadora de los otros y de gestoras solitarias de sus propias emociones. El mandato cultural de la fortaleza femenina se convierte en una forma sutil de opresión que impide mostrar fragilidad o pedir ayuda, pues se sostiene una lógica del sacrificio por el bienestar familiar.

Cabe agregar que las migrantes suelen encontrarse con la perdida de sus redes de apoyo tradicionales: amigas, hermanas o vecinas, lo cual incrementa el asilamiento afectivo. Aunque muchas logran crear nuevas redes, este es un proceso social que no es inmediato ni seguro. El escenario urbano, especialmente en ciudades de acogida puede presentar nuevas oportunidades en el aspecto económico, académico, etc., pero, también impone dinámicas de fragmentación social y precarización afectiva.

En conclusión, la migración se configura como una experiencia profundamente emocional que transforma la identidad y las dinámicas familiares, especialmente para las mujeres. Los testimonios evidencian el desarraigo, la tristeza y el sacrificio emocional que acompañan este proceso, donde las emociones negativas suelen ser ocultadas en favor del bienestar familiar. Sin embargo, la cocina y las redes familiares emergen como espacios fundamentales de resistencia y reconstrucción, permitiendo mitigar la nostalgia y recrear un sentido de pertenencia.

Las interacciones familiares actúan como espacios dinámicos donde las emociones son resignificadas, y el "yo" encuentra formas de adaptarse y redefinirse en el nuevo entorno. No obstante, la carga emocional no siempre es reconocida ni visibilizada, lo que refuerza estereotipos sobre la fortaleza de la mujer migrante, dejando de lado su vulnerabilidad y necesidades afectivas. Reconocer estas dimensiones permite entender la migración como un proceso tanto de lucha como de conexión emocional y cultural.

#### *1.2.1.2.Narrativas sentimentales en torno al recuerdo*

Arribar en un nuevo espacio, implicar el dejar recuerdos atrás, memorias que quizás eran el último vínculo con las personas que amábamos y con las que compartíamos, lo que nos mantenía unidos al yo de ayer… al yo niño. El recuerdo en sí mismo evoca emociones y sentimientos; lo mismo sucede con la comida. Las narrativas sentimentales en torno al condumio revelan cómo los alimentos y las recetas tradicionales actúan como contenedores de memoria, conectando a las personas con su historia personal, familiar y cultural. En el caso de las mujeres migrantes en Lima, los platos que preparan no evocan más que los recuerdos de su infancia y de sus raíces, pues se convierten en un vehículo para transmitir identidad y continuidad generacional.

> los platos que preparo me traen muchos recuerdos, especialmente de mi infancia y de la cocina de mi madre en Arequipa. Estos recuerdos me hacen sentir nostálgico, pero también orgulloso, porque siento que estoy continuando una tradición que ha pasado de generación en generación (Cipriano Zaraías).

El testimonio de Cipriano evidencia la capacidad de los alimentos para preservar la memoria de un periodo de la vida, incluso de reforzar el sentido de pertenencia. No obstante, también se genera un vínculo con quien ya no se encuentra junto a nosotros en lo que es la vida. En este sentido, Seremetakis (1994) argumenta que los sabores y olores tienen el poder de resucitar el pasado de manera sensorial, conectando a las personas con sus seres queridos fallecidos. Los alimentos tienen la capacidad de evocar recuerdos felices de la infancia o de momentos compartidos, pero también la ausencia de aquellos que los preparaban y que ahora solo permanecen en la memoria.

La comida tradicional en contextos de deslocalización permite crear vínculos culturales, además de un diálogo emocional con la pérdida. Para Cipriano, cocinar los platos de su madre representa un acto de amor que además de la nostalgia, funciona como un ritual en el que su memoria se conecta con la presencia simbólica de su madre. A pesar de que este tipo de recuerdos culinarios se convierten en un

recurso poderoso para navegar emociones complejas como el duelo, de manera que permiten sentirte cercano a la parentela y en consecuencia a la cultura; otra forma de leerlo sería que: el hacer sentir orgulloso a quien te ha dado cultura, también genera un confort que se disgrega en validación, esta última ayuda a afrontar procesos tan naturales como el duelo.

Es así como la comida también se vuelve una representación, podría decirse una fotografía gustativa de quien ya no está oscilando constantemente entre la alegría y la nostalgia. Particularmente, no me atrevería a entender a las emociones como negativas o positivas, ya que el sentir es un hecho en sí mismo; estos hechos (tal como se ha mencionado con anterioridad) fluctúan de manera contante en nuestra forma de percibir el tiempo; es decir, nos permiten sentir en el presente hechos del pasado.

> [La comida] me traen recuerdos, especialmente del adobo y los tamales que tanto le gustaban a mi hijo [ya fallecido]. Me hace sentir triste, pero trato de mantenerme tranquila… (Luisa Perez)

Este testimonio nos permitiría percibir de manera tangible lo que serían las imágenes sentimentales. En su contraparte las imágenes emocionales se verían concretadas en la pregunta directa: ¿Qué recuerdo cuando como esto? (Salvetti, 2013).

> Me traen recuerdos si me preguntas por ellos, pero no mientras los cocino. Alguien me tiene que preguntar para que recuerde (Evelynne Cortez)

Los alimentos actúan como un lenguaje simbólico que comunica y refuerza las estructuras culturales, lo que explica por qué ciertas recetas tradicionales poseen un poder tan evocador y emocional (Douglas, 1972). En este sentido, la comida es un medio para mantener vivas las conexiones con los seres queridos que han partido. Este lenguaje simbólico traduce las emociones en acciones concretas: al preparar los platos que evocan recuerdos de personas fallecidas, como los tamales y el adobo de Luisa, pues revive el pasado, mientras que refuerza la memoria cultural y personal en el presente.

Este vínculo entre los alimentos y la memoria se convierte en un acto de resistencia emocional y cultural. La comida, como fotografía gustativa, cristaliza recuerdos que conectan al individuo con quienes han partido, pero también con las prácticas y valores que conforman su identidad. Es en este acto simbólico donde la comida transciende su dimensión física para convertirse en un puente que conecta generaciones y reafirma estructuras culturales, transformando el duelo en un acto de preservación emocional y cultural.

La comida trasciende su función básica de sustento para convertirse en un poderoso vínculo emocional y cultural que conecta el presente con el pasado. En contextos de migración, los platos tradicionales actúan como un medio para enfrentar la pérdida y reafirmar la identidad cultural. El condumio permite a las personas revivir recuerdos de seres queridos fallecidos y mantener vivo su legado cultural. Este acto simbólico preserva la memoria, la tradición y transforma el duelo en una experiencia de continuidad y validación emocional. Así, la cocina se erige como un espacio de resistencia cultural y un puente que conecta generaciones, reafirmando el papel central de la comida en la construcción y mantenimiento de las identidades en medio del cambio.

Las experiencias y narrativas sentimentales en torno a la cocina revelan la profundidad emocional que los alimentos pueden alcanzar en la vida de las personas migrantes. La preparación de un plato tradicional no es simplemente un acto técnico; es un proceso que entrelaza recuerdos, emociones y vínculos con el lugar de origen. Los testimonios analizados evidencian cómo los alimentos actúan como catalizadores de memoria, evocando la presencia de seres queridos, valores culturales y prácticas comunitarias que refuerzan un sentido de pertenencia en medio del desarraigo. A través de la comida, las personas enfrentan la nostalgia, mientras reconstruyen su identidad en un nuevo entorno, transformando la cocina en un espacio de resistencia emocional y cultural.

Sin embargo, la cocina emerge como un acto de creación que permite la resignificación de experiencias dolorosas. Los alimentos, al ser reinterpretados en un contexto diferente, se convierten en un medio para procesar el duelo, transformar emociones negativas y fortalecer la resiliencia. En este sentido, las prácticas culinarias funcionan como un puente con el pasado y como un acto de agencia y proyección hacia el futuro, reafirmando el papel central de la comida en la construcción de la identidad y la continuidad cultural.

### *1.2.2. Afectos estésicos*

La cocina es un espacio en el que convergen sentidos, memoria e identidad, especialmente en contextos de cambio cultural. Los alimentos se convierten en portadores de significado y vehículos de resistencia cultural frente a las transformaciones derivadas de la adaptación a nuevos entornos. Las representaciones estésicas en torno a los alimentos reflejan la tensión entre la necesidad de adaptarse a los recursos disponibles y el deseo de preservar las tradiciones culinarias como un acto de reafirmación identitaria. En este contexto, la migración y los cambios en los entornos sensoriales

exigen un proceso de resignificación que, si bien puede implicar ajustes, busca mantener intactos los valores y significados culturales asociados a la comida.

La percepción sensorial de los alimentos —ya sea a través de su sabor, textura, olor, color o sonido— permite que las prácticas culinarias sigan funcionando como un puente entre las tradiciones heredadas y las nuevas realidades. Este acápite explora cómo las modificaciones de ingredientes y los ajustes en los métodos de cocina actúan como respuestas creativas a los desafíos que las personas enfrentan al reconfigurar su entorno culinario. A través de testimonios y análisis, se busca comprender cómo la cocina, lejos de ser un espacio estático, se transforma en un escenario dinámico de resistencia y negociación cultural, donde se equilibran la innovación y la preservación.

#### *1.2.2.1.Tipos de afectos estésicos*

La estesia, entendida como la capacidad de percibir, sentir y experimentar a través de los sentidos, desempeña un rol central en la interacción de los seres humanos con los alimentos. En el ámbito culinario, la estesia abarca percepciones que van desde el tacto, el gusto, el olfato, la vista y el oído, hasta la manera en que estas experiencias sensoriales se integran para construir significados culturales y emocionales en torno a la comida. Según Hsu (2016), los alimentos no son solo sustancia material, sino también objetos culturales cuya preparación y consumo involucran experiencias sensoriales complejas que actúan como vehículos para la memoria y la identidad cultural.

En situaciones de cambio cultural, la experiencia sensorial vinculada a los alimentos adquiere un valor único, ya que permite preservar la conexión con las raíces y tradiciones del lugar de origen. Las percepciones asociadas a los alimentos —como la textura, el aroma, el sabor, los sonidos y la apariencia— funcionan un vínculo permanente con el lugar de origen, integrando las prácticas culinarias tradicionales en nuevos contextos y circunstancias. Por ejemplo, Don Cipriano destaca que "la textura de los ingredientes, desde la suavidad de la masa hasta la firmeza de las carnes, le ayuda a determinar la calidad de los platos". Esta interacción táctil asegura la autenticidad del proceso culinario, mientras contribuye a mantener viva una herencia cultural significativa. Además, es posible leer la calidad del plato no solo como algo salubre, higiénico o apto para el consumo; ya que también es posible asociarlo con la más cercana *re-presentación* del lugar de origen. Es decir, el plato puede verse como una fotografía, pero no tiene el gusto que uno recuerda entonces la calidad de desmerita. Es por este motivo, que en estos casos los migrantes tienen a recrear las recetas en casa, a motivo de

ser lo más afín al recuerdo. Como me dijo Evelynne, “yo no busco restaurantes de comida arequipeña. Cuando he ido casi siempre he terminado decepcionada”.

Cabe mencionar que la estesia es percibida desde la selección de los insumos en tanto a cómo se ven, cómo saben, cómo huelen, cómo se sienten, incluso, cómo se escuchan; de esta misma manera, se percibe su proceso de cocción, la forma en la que se sirve y se consume. En otras palabras, está presente en todos los aspectos de la comensalidad.

El olfato, por otro lado, es esencial para evocar recuerdos y garantizar la autenticidad de los platos. "El olor del guiso en la olla me indica cuándo está listo", menciona Don Cipriano, subrayando cómo el olfato actúa como una guía sensorial en el proceso de cocina. Según Seremetakis (1994), el olfato es uno de los sentidos más poderosos para resucitar el pasado, ya que conecta directamente con memorias profundas y emociones. Este aspecto se refleja también cuando Susana Navarro menciona que “el olor de la cocina es fundamental para mí, me trae recuerdos de la comida que hacía mi mamá. Cuando el aroma está bien, sé que el plato va a salir bueno". De manera concisa, el vínculo entre los afectos, la memoria y la nutrición: los hábitos culinarios y las narrativas en torno a la comida conforman y a la vez son conformados por la memoria personal y comunitaria, integrándose al tejido de la vida social.

El gusto, como percepción central en la experiencia culinaria, no solo evalúa la calidad de los alimentos, sino que también refleja herencias culturales y valores compartidos. Gloria Villegas considera que "El sabor es lo más importante, y siempre trato de ajustar para que los sabores estén perfectos, sobre todo en los platos tradicionales". Este énfasis en el sabor como vehículo de autenticidad resalta lo que Counihan (1999) describe como el poder simbólico de los alimentos en la construcción de identidad cultural. Además, Sutton (2001) añade que el gusto es una experiencia profundamente anclada en la memoria, donde los sabores evocan historias compartidas y la relación íntima entre la comida y el pasado.

Así mismo, la percepción auditiva y visual complementan la experiencia culinaria. Los sonidos de la cocina, como el chisporroteo del aceite o el burbujeo del guiso, no solo indican el progreso de la cocción, sino que también crean un ambiente sensorial que enriquece la práctica culinaria. A Rosa le “gusta escuchar el sonido de la comida cocinándose, como cuando el aceite chisporrotea o cuando el agua empieza a hervir. Son señales que me guían en la cocina” (Rosa Castillo).

Visualmente, la apariencia de los ingredientes y los platos terminados es un indicador de calidad y un reflejo de la estética y las tradiciones culturales asociadas a la comida. Luisa Pérez destaca que "los colores de las frutas y las verduras son tan bonitos, todo es muy fresco, se ve hermoso":

En resumen, la estesia en la cocina constituye un puente sensorial que conecta a las personas con su historia, identidad y raíces culturales, especialmente en contextos de migración. Cada sentido —el tacto, el olfato, el gusto, la vista y el oído— aporta una dimensión única a la experiencia culinaria, permitiendo que los alimentos sean como vehículos de memoria y pertenencia. Los testimonios muestran cómo el tacto garantiza la autenticidad de los ingredientes, el olfato evoca recuerdos profundos, el gusto refleja herencias culturales, y los sonidos y colores enriquecen la práctica culinaria. Así, la cocina se transforma en un espacio simbólico donde la recreación de recetas tradicionales que reconfigura un sentido de continuidad y resistencia emocional frente a los desafíos del cambio cultural.

### *1.2.2.2.Representaciones estésicas en torno a los alimentos*

El proceso de adaptación implica transformaciones que abarcan los entornos físicos y sociales, pero también los sensoriales. Las representaciones estésicas relacionadas con los alimentos revelan cómo las personas ajustan y reconfiguran sus prácticas culinarias en nuevos contextos, enfrentando limitaciones materiales y culturales que desafían la autenticidad de los platos. Estas vivencias, caracterizadas por la modificación de ingredientes y la adaptación de métodos de cocina convirtiéndose en actos profundamente simbólicos que refuerzan la conexión con las tradiciones culturales y la memoria compartida. A través de estas adaptaciones, las prácticas culinarias se convierten en una forma de resistencia, preservando los valores y significados asociados a los alimentos. Al mismo tiempo, estos ajustes permiten a las personas integrar elementos del nuevo entorno, creando una fusión entre lo aprendido y lo heredado que enriquece su experiencia sensorial y cultural.

La dificultad de acceder a ciertos ingredientes esenciales es uno de los desafíos más recurrentes para quienes intentan preservar sus tradiciones culinarias.

> En Lima, debido a la falta de algunos ingredientes frescos de Arequipa, ha tenido que modificar ciertos ingredientes. Por ejemplo, ha reemplazado ajíes que no están disponibles con otros similares, pero siempre intenta mantener el sabor lo más cercano posible al original (Gloria Villegas)

Este esfuerzo por replicar los sabores originales pone en evidencia cómo el sabor es un elemento sensorial qué opera como un vehículo de memoria. Mintz y Du Bois (2002) señalan que los alimentos poseen un valor simbólico que trasciende su función como sustento, actuando como marcadores culturales que contienen significados, identidades y memorias colectivas. En casos como el de Gloria, la necesidad de modificar ingredientes para preservar el sabor original de los platos refleja un proceso de adaptación que implica cambios materiales y un esfuerzo consciente por mantener tradiciones vivas en un contexto diferente. Este acto de ajuste culinario es profundamente simbólico, ya que los sabores se convierten en portadores de recuerdos, valores y narrativas asociadas a la identidad cultural. Además, al preservar las características esenciales de los platos tradicionales mediante sustituciones, se refuerza lo que Mintz y Du Bois (2002) denominan "memoria gustativa", un concepto que subraya cómo los sabores y aromas activan emociones y evocan experiencias significativas, permitiendo que las tradiciones permanezcan vigentes incluso en entornos cambiantes.

La falta de ciertos insumos esenciales altera el gusto, el olfato y la textura del plato, lo que compromete su autenticidad. Según Fischler (1988), la alimentación es un acto de identidad, y cualquier alteración en los ingredientes puede generar un sentimiento de pérdida cultural, aunque también abre la puerta a la creatividad y la reinterpretación. Sin embargo, esta misma situación también puede interpretarse desde una perspectiva positiva, ya que las limitaciones en los insumos pueden fomentar la creatividad y la reinterpretación de recetas tradicionales como lo hace Gloria cuando busca ajíes parecidos a los que normalmente requiere la receta. Este proceso permite la innovación culinaria, mientras que refleja la resiliencia cultural de las personas al adaptar sus prácticas a nuevos contextos sin perder de vista la esencia de sus tradiciones. Según Counihan (1999), estas reinterpretaciones pueden transformarse en un acto de resistencia cultural, en el que las personas encuentran formas de mantener vivas sus costumbres culinarias, aunque adaptadas a las posibilidades del entorno.

En este sentido, el acto de modificar ingredientes implica una adaptación material, que se convierte en un proceso de negociación simbólica en el que se redefinen los límites de lo que se considera auténtico. Esto ilustra cómo la alimentación sigue siendo un eje central en la construcción de identidad, donde incluso los cambios y reinterpretaciones reflejan un esfuerzo por mantener y transmitir el significado cultural asociado a los alimentos. Luisa explica cómo adapta su receta en respuesta a una falta de ingredientes claves:

> A veces he tenido que modificar ingredientes porque en Lima no siempre consigo lo mismo que en Arequipa. Por ejemplo, el 'conchito de la chicha' es fundamental para el adobo, pero aquí es difícil de conseguir (Luisa Perez)

La creatividad en la cocina permite, en muchos casos, mantener la esencia del plato pese a las limitaciones. Barthes (1979) sugiere que la alimentación es un sistema de comunicación cultural que, en este caso, busca narrar la historia de resistencia y continuidad de las tradiciones.

Por otro lado, la adaptación de los métodos de cocina también desempeña un papel crucial en las representaciones estésicas de los alimentos. Según Levi-Strauss (1968), en su concepto de "cocina estructural," los utensilios y las técnicas culinarias actúan como mediadores entre la naturaleza y la cultura, transformando insumos crudos en productos cargados de significado. La tensión entre modernidad y tradición se manifiesta claramente en los testimonios de quienes, como una participante, explican que, al mudarse a Lima, tuvieron que adaptar métodos de cocción por la disponibilidad de equipos y espacios, aunque siempre intentaron respetar las técnicas tradicionales de su lugar de origen. Esto refleja una lucha constante por mantener la autenticidad de los platos, incluso en entornos que exigen innovación y flexibilidad.

> Con el paso del tiempo y al mudarse a Lima, ha tenido que adaptar algunos métodos de cocción por la disponibilidad de equipos y espacios. Sin embargo, siempre trata de respetar las técnicas tradicionales de la cocina arequipeña (Susana Navarro).

El entorno físico también desempeña un papel crucial en estas representaciones. Elementos como el agua, que puede parecer un recurso básico, alteran significativamente la percepción sensorial de un plato. Heldke (2003) sostiene que la cocina es un diálogo continuo con el entorno y sus recursos, una interacción que determina tanto los sabores como las texturas finales de los alimentos. Esto se evidencia en el testimonio de Rosa, quien menciona cómo el agua salobre de su pueblo dificultaba la cocción de frijoles, mientras que, en Lima, el agua dulce permite una cocción más rápida y una textura distinta. Este detalle ilustra cómo el entorno afecta las prácticas culinarias y pone de manifiesto que cocinar no es un proceso universal, pues esta acción está profundamente arraigada en las condiciones locales que moldean la experiencia sensorial y pueden llegar a mejorar la preparación o textura de un plato.

Por otra parte, la incorporación de tecnologías modernas refleja cómo las personas migrantes equilibran innovación y tradición, estas adaptaciones tienen a ser formas prácticas de satisfacer la necesidad de cocinar para poder comer, puesto que la economía del hogar determina la compra de utensilios para hacer uso y la posibilidad de comprar comida preparada. Es decir, la inversión de

tiempo suele ser directamente proporcional al dinero gastado en el condumio preparado. Por ejemplo, Evelynne, al adquirir una cocina eléctrica, … (acaba esta oración):" Al principio cocinaba todo en la olla arrocera, hacía estofados, guisos, y luego compramos una cocinita eléctrica" (Evelynne Cortez).

La cocina, como escenario de adaptación, refleja las tensiones constantes entre la pérdida y la resistencia cultural en contextos de cambio. Las modificaciones de ingredientes y métodos de preparación no son actos neutrales; implican la negociación simbólica de valores profundamente arraigados que se ven amenazados por las limitaciones del entorno. Estas adaptaciones, lejos de ser meros ajustes prácticos, exponen el peso de la memoria colectiva y la identidad cultural como elementos innegociables, incluso bajo presión. La alteración en los alimentos representa una ruptura que puede generar una sensación de pérdida cultural, mientras que la reinterpretación de las tradiciones puede convertirse en una forma de resistencia activa. Los testimonios presentados revelan que, ante un entorno que desafía la autenticidad de las prácticas culinarias, la cocina se consolida como un espacio de lucha simbólica, donde el acto de cocinar trasciende su dimensión funcional para convertirse en un medio de reivindicación cultural y preservación identitaria.

La adaptación culinaria en contextos de cambio es una manifestación simbólica de la lucha por preservar la identidad cultural en medio de nuevas circunstancias. Los testimonios analizados muestran cómo las personas enfrentan la falta de ciertos ingredientes y las limitaciones de métodos tradicionales como desafíos que comprometen la autenticidad sensorial de los platos, pero que también abren la puerta a la creatividad y la reinterpretación. La cocina, en este sentido, se convierte en un escenario de resistencia emocional y cultural, donde las prácticas alimentarias reflejan el esfuerzo por mantener vivos los significados y valores asociados a las tradiciones, incluso en medio de la adaptación a nuevas realidades.

Al mismo tiempo, estas adaptaciones resaltan la capacidad de la cocina para ser un espacio de integración y transformación, donde las tensiones entre modernidad y tradición se equilibran para crear experiencias culinarias únicas. La incorporación de nuevas tecnologías y el ajuste a las condiciones locales evidencian la resiliencia cultural y el poder de los alimentos como marcadores de memoria colectiva y continuidad. Así, la cocina se erige como un espacio de resistencia, donde las personas, al transformar los insumos y los métodos de preparación, preservan su legado cultural, a la vez que lo reconfiguran para enfrentar los desafíos del cambio con creatividad y determinación.

### *1.2.3. Afectos cognitivos*

Los afectos cognitivos se refieren a las emociones y pensamientos asociados con los procesos de memoria, percepción y reflexión en la experiencia humana. En el contexto de la cocina, estos afectos se manifiestan en cómo las personas recuerdan y reinterpretan sus vivencias pasadas a través de los alimentos, las recetas y los rituales de preparación. Según Assmann (2011), la memoria cultural juega un papel central en la conservación de tradiciones, ya que los recuerdos vinculados a prácticas como la cocina se convierten en una herramienta para transmitir identidad y pertenencia entre generaciones.

La memoria y el recuerdo son elementos esenciales dentro de los afectos cognitivos porque permiten conectar el pasado con el presente de manera emocional y simbólica. La cocina, en este sentido, actúa como un espacio tangible para preservar recuerdos significativos. Los testimonios recopilados en esta investigación muestran cómo los alimentos, sus aromas, sabores y texturas, funcionan como vehículos de memoria que evocan momentos específicos de la infancia, reuniones familiares o eventos importantes. Seremetakis (1994) argumenta que los sentidos, especialmente el gusto y el olfato, tienen la capacidad única de resucitar experiencias del pasado y vincularlas emocionalmente con el presente, reforzando la identidad cultural.

En contextos de migración, los afectos cognitivos adquieren un rol especialmente importante, ya que permiten a las personas recrear un sentido de continuidad frente a la dislocación. La cocina se transforma en un espacio de resistencia cultural y emocional, donde los recuerdos afables ayudan a sobrellevar la nostalgia, mientras que los conflictos y traumas asociados a los alimentos y las prácticas culinarias son procesados y resignificados. Como señala Counihan (1999), los alimentos son un medio poderoso para estructurar y comunicar narrativas personales y colectivas, permitiendo a las personas reafirmar su identidad en medio de cambios culturales significativos.

#### *1.2.3.1.Conflictos en la cocina*

Los conflictos en la cocina no solo surgen de las dinámicas familiares, sino también de las tensiones entre expectativas culturales y prácticas individuales. Por ejemplo, Evelynne Cortez relata que: "Siempre me gritaban a la hora de comer porque comía muy lento". Este tipo de experiencia evidencia cómo la cocina y la mesa pueden convertirse en espacios de imposición y control en lugar de unión. Según Bourdieu (1984), sobre las prácticas alimentarias como reflejo de estructuras sociales es clave para entender cómo la cocina y la mesa pueden transformarse en espacios de imposición y control. Las dinámicas familiares en torno a la comida a menudo refuerzan jerarquías de poder y roles

específicos, asignando a cada miembro expectativas basadas en género, edad o posición dentro del hogar. El testimonio de una participante, que relata cómo era reprendida por comer lentamente, ilustra cómo las normas sociales se imponen incluso en el acto cotidiano de alimentarse, transformando un momento de potencial disfrute en una experiencia de tensión.

Este control puede manifestarse como una herramienta de disciplina que busca moldear comportamientos percibidos como inadecuados, pero también refleja tensiones más profundas entre las expectativas culturales y las prácticas individuales. En este caso, comer lento puede ser percibido como una falta de cumplimiento con las normas de eficiencia o rapidez asociadas al acto de comer, lo que convierte a la mesa en un espacio donde se negocian constantemente las reglas familiares y sociales.

Además, este tipo de conflictos subraya cómo la comida trasciende su función nutricional para convertirse en un medio de socialización y control cultural. Según Mintz (1996), los rituales en torno a la comida son fundamentales para la reproducción de las estructuras sociales, ya que establecen patrones de comportamiento y refuerzan valores compartidos. Sin embargo, cuando estos valores son impuestos de manera coercitiva, generan tensiones que pueden fracturar el sentido de unidad que la comida debería fomentar.

Este tipo de eventos en la mesa evidencia cómo los espacios de la cocina y el comedor, aunque privados, están profundamente influenciados por las dinámicas sociales más amplias. Esto plantea preguntas sobre cómo las prácticas alimentarias se convierten en escenarios de resistencia o conformidad, y cómo los individuos, a través de pequeñas acciones, pueden desafiar o reafirmar las normas impuestas. De esta manera, la cocina es un campo de batalla simbólico donde se negocian identidades, roles y valores culturales.

De esta manera, también pueden surgir debido a la discrepancia entre generaciones en cuanto a valores o prioridades con respecto a los alimentos. La torta de cumpleaños revela cómo los alimentos, más allá de su valor material, se convierten en símbolos cargados de expectativas emocionales y sociales. Los actos simbólicos asociados con la comida, como la preparación de un pastel de cumpleaños, representan gestos de cuidado y un escenario donde las emociones y las dinámicas de poder se ponen en juego. Counihan (1999) destaca que los alimentos, además de nutrir físicamente, funcionan como un lenguaje emocional que puede reforzar vínculos o generar tensiones dentro de las relaciones familiares.

En este caso, el pastel, que tradicionalmente simboliza celebración y unión, se convierte en un punto de discordia. Esto sugiere que, cuando las expectativas emocionales asociadas a un alimento no se cumplen, pueden surgir sentimientos de decepción, resentimiento o incomprensión. Según Sutton (2001), los alimentos transmiten mensajes implícitos sobre amor, cuidado y pertenencia. La ausencia o imperfección de estos gestos puede ser percibida como una falta de afecto, amplificando las tensiones existentes en la relación.

Este tipo de riñas también refleja cómo las prácticas alimentarias están profundamente influenciadas por las dinámicas de poder dentro del hogar. El acto de cocinar, que a menudo recae en figuras femeninas, se convierte en una responsabilidad cargada de significados simbólicos, donde cualquier omisión o error puede interpretarse como un fallo emocional. Heldke (2003) plantea que la cocina es un espacio de negociación constante, donde se redefinen los roles y expectativas familiares. En este contexto, el conflicto alrededor del pastel de cumpleaños pone de manifiesto cómo la cocina y sus productos pueden ser tanto un medio de conexión como de confrontación.

La fragilidad de los gestos simbólicos asociados a los alimentos, especialmente en contextos donde las relaciones familiares están marcadas por tensiones emocionales. La preparación de un pastel, que debería ser una expresión de afecto y celebración, se transforma en un campo de disputa emocional que refleja las complejidades de las dinámicas familiares. Este ejemplo subraya cómo la cocina es un escenario donde se negocian y manifiestan las emociones y los vínculos sociales.

Este control puede manifestarse como una herramienta de disciplina que busca moldear comportamientos percibidos como inadecuados, pero también refleja tensiones más profundas entre las expectativas culturales y las prácticas individuales. En este caso, comer lento puede ser percibido como una falta de cumplimiento con las normas de eficiencia o rapidez asociadas al acto de comer, lo que convierte a la mesa en un espacio donde se negocian constantemente las reglas familiares y sociales. Según Mintz (1996), los rituales en torno a la comida son fundamentales para la reproducción de las estructuras sociales, ya que establecen patrones de comportamiento y refuerzan valores compartidos. Sin embargo, cuando estos valores son impuestos de manera coercitiva, generan tensiones que pueden fracturar el sentido de unidad que la comida debería fomentar.

Por último, el conflicto en la mesa evidencia cómo los espacios de la cocina y el comedor, aunque privados, están profundamente influenciados por las dinámicas sociales más amplias. Esto plantea preguntas sobre cómo las prácticas alimentarias se convierten en escenarios de resistencia o

conformidad, y cómo los individuos, a través de pequeñas acciones, pueden desafiar o reafirmar las normas impuestas. De esta manera, la cocina es un campo de batalla simbólico donde se negocian identidades, roles y valores culturales.

#### *1.2.3.2.Eventos traumáticos*

Los eventos traumáticos vinculados a la cocina evidencian cómo este espacio, cargado de significados cotidianos, puede convertirse tanto en un refugio emocional como en un recordatorio persistente de pérdidas y dolores.

Rosa, por ejemplo, menciona: "Mi mamá estaba cocinando pallares cuando ocurrió el accidente que causó su muerte, y por mucho tiempo no podía comerlos". Este acontecimiento muestra cómo los alimentos pueden cargarse de una memoria traumática que trasciende lo sensorial. Según Caruth (1996), los traumas no solo permanecen como recuerdos, pues también se manifiestan de manera repetitiva a través de estímulos asociados. En este caso, los pallares dejaron de ser un alimento para convertirse en un detonador emocional, vinculando al acto de cocinar y consumir con el recuerdo del accidente. Esta conexión demuestra que la cocina es un territorio emocional donde se configuran y reactivan memorias de experiencias pasadas, evidenciando la profunda relación entre los alimentos y el sufrimiento.

Asimismo, cuando Luisa menciona el *suicidio de su hijo* subraya cómo la cocina puede transformarse en un espacio simbólico para procesar el duelo y la pérdida. En este caso, los alimentos son un medio a través del cual las personas intentan conectar con las memorias de quienes ya no están. Seremetakis (1994) argumenta que los sentidos, especialmente el gusto y el olfato, poseen la capacidad única de resucitar emociones y experiencias asociadas con el pasado, otorgando a los alimentos un poder evocador y sanador. Sin embargo, este poder también puede ser ambivalente: mientras que los alimentos pueden generar consuelo al recrear la presencia simbólica de los seres queridos, también pueden reactivar el dolor de la ausencia. Este testimonio destaca el papel de la cocina como un espacio cargado de ambigüedad emocional, en el que las prácticas culinarias se convierten en actos tanto de recordación como de reconciliación con el pasado.

Por otro lado, la violencia familiar, reflejada en el testimonio de Evelynne quien menciona la "violencia que recibía por parte de su madre", pone en evidencia cómo el entorno familiar puede afectar negativamente la relación de los individuos con la cocina y los alimentos. Según Bourgois y

Schonberg (2009), las dinámicas de poder dentro de las familias estructuran las relaciones interpersonales e influyen en los espacios más cotidianos como la cocina. En este caso, la violencia en el hogar puede transformar la cocina en un espacio de tensión, cargado de miedo y dolor, en lugar de un lugar de conexión y nutrición. Además, estas experiencias pueden afectar la percepción de los alimentos, asociándolos con momentos de vulnerabilidad o sufrimiento en lugar de disfrute. Sin embargo, estas mismas dinámicas también evidencian cómo las personas intentan resistir y superar los legados de violencia, utilizando la cocina como un espacio para reconfigurar relaciones y reconstruir narrativas personales más positivas.

A pesar del peso emocional de estos traumas, la cocina también puede actuar como un espacio de resiliencia y sanación. Preparar un plato o compartir una comida puede ser un acto reparador que permite transformar los recuerdos dolorosos en oportunidades para reconectar con la vida y la comunidad. La preparación de alimentos ofrece un medio tangible para reconfigurar la experiencia traumática, transformándola en un acto creativo y significativo. En este sentido, la cocina se convierte en un espacio donde las emociones negativas, como el dolor y la tristeza, son resignificadas a través de la acción, reforzando la conexión con otros y consigo mismo. Este doble papel de la cocina, como espacio de dolor y de sanación, subraya su importancia en la construcción emocional y cognitiva, mostrando cómo los alimentos y las prácticas culinarias pueden ser tanto un reflejo de la experiencia traumática como un vehículo para la recuperación y la resistencia emocional.

Los eventos traumáticos relacionados con la cocina revelan su carácter profundamente simbólico, donde los alimentos y las prácticas culinarias trascienden lo funcional para convertirse en vehículos de memoria, duelo y sanación. Desde los recuerdos dolorosos asociados a la pérdida de seres queridos hasta las tensiones derivadas de la violencia familiar, la cocina refleja la complejidad de las emociones humanas y su conexión con el entorno social y cultural. Sin embargo, estos testimonios también evidencian la capacidad de resiliencia de las personas, quienes transforman este espacio en un medio para resignificar el sufrimiento, encontrar consuelo y fortalecer vínculos emocionales. En este sentido, la cocina se presenta como un lugar de dolor, pero también como un espacio de resistencia, creatividad y reconstrucción, donde los alimentos se convierten en puentes para procesar traumas y reafirmar identidades.

Los conflictos y eventos traumáticos en la cocina revelan cómo este espacio, lejos de ser neutral, está profundamente impregnado de significados sociales, emocionales y culturales. Los testimonios

analizados evidencian que las dinámicas familiares en torno a la comida pueden convertirse en escenarios de tensión, donde las expectativas sociales y los roles impuestos generan conflictos que trascienden lo cotidiano. Desde las tensiones en torno al tiempo de consumo en la mesa hasta los desencuentros emocionales asociados a gestos simbólicos como un pastel de cumpleaños, la cocina refleja cómo las estructuras sociales se materializan en actos cotidianos. Sin embargo, estos mismos espacios también pueden convertirse en terrenos de resistencia, donde las personas negocian y, en ocasiones, desafían las normas culturales que rigen sus prácticas alimentarias.

Por otro lado, los eventos traumáticos en la cocina ilustran cómo este espacio puede actuar como un espejo de las experiencias humanas más complejas, como el duelo, la violencia o la pérdida. Sin embargo, estos testimonios también muestran la capacidad de la cocina para transformarse en un lugar de resiliencia y sanación, donde las prácticas culinarias permiten resignificar el sufrimiento y reconstruir narrativas personales y familiares. La cocina, por tanto, además de ser un espacio de preparación y consumo, es un territorio de negociación emocional y simbólica que permite procesar los traumas, reafirmar identidades y construir nuevos significados en medio de los desafíos que plantea la vida cotidiana.

## 2. Comensalidad actual en familias migrantes en Lima

La comensalidad, definida como el acto de compartir alimentos en un contexto social, es fundamental para la creación y el mantenimiento de lazos familiares y comunitarios. En el contexto de las familias migrantes arequipeñas en Lima, la comensalidad se convierte en un espacio clave para la reafirmación de la identidad cultural y la negociación de nuevos significados en torno a la alimentación. La interacción en la cocina y en la mesa es donde se negocian las tradiciones, se resuelven tensiones y se refuerzan los valores familiares. Como menciona Douglas (1972), la comida actúa como un sistema simbólico a través del cual se estructuran las relaciones sociales y culturales. A continuación, se exploran las redes de compartir alimentario, los conflictos en la cocina, las funciones familiares y la ritualidad en la mesa, como aspectos fundamentales de la comensalidad en las familias migrantes.

### *2.1.Redes de compartir alimentario*

Las redes de compartir alimentario entre las familias migrantes son una manifestación clave de la solidaridad y la interdependencia que surge en los contextos migratorios. Para las familias arequipeñas en Lima, estas redes se forman a través de la reciprocidad y el intercambio de alimentos, donde vecinos, familiares y amigos comparten ingredientes o platos preparados. Estas redes facilitan la

preservación de la identidad cultural mediante los vínculos comunitarios, ya que permiten la recreación de platos tradicionales mediante el acceso a insumos compartidos (Boehm, 2012).

Un ejemplo de estas redes es el intercambio de productos originarios de Arequipa, que a menudo son difíciles de conseguir en Lima. Los migrantes suelen traer ingredientes como el rocoto, la papaya arequipeña y el airampo a través de encomiendas o comprarlos en mercados especializados, como el mercado de Surquillo. Evelynne Cortez menciona cómo en varias ocasiones ha intercambiado insumos con otras familias arequipeñas para poder preparar sus platos tradicionales. Este tipo de redes de apoyo son esenciales para la recreación de la cocina tradicional en un contexto migrante, permitiendo la continuidad de las costumbres alimentarias.

Además, estos intercambios involucran tanto ingredientes como comidas preparadas. Es común que las familias migrantes organicen comidas comunitarias o festividades en las que se comparten platos típicos, reforzando así los lazos sociales y la identidad cultural (Hage, 1998).

### *2.2. Funciones y organización de la familia*

La organización de la cocina y las funciones familiares en torno a la preparación de los alimentos reflejan la estructura social y los valores culturales dentro de las familias migrantes. Las mujeres, en su rol de cocineras principales, asumen la mayor parte de las responsabilidades alimentarias, gestionando tanto la planificación de las comidas como la preparación y el servicio. Como señala Bourdieu (1984), estas prácticas reproducen las estructuras sociales y las expectativas de género.

En las familias migrantes, las funciones dentro de la cocina están claramente delineadas. Las mujeres mayores, como las madres y abuelas, son las encargadas de transmitir el conocimiento culinario a las generaciones más jóvenes, mientras que los hijos y nietos participan de manera más pasiva en el proceso, aprendiendo a través de la observación. Gloria Villegas menciona que desde pequeña aprendió a cocinar observando a su madre, y ahora intenta que sus hijas continúen con esta tradición, aunque reconoce que las exigencias de la vida moderna hacen que sea más difícil mantener estas prácticas.

Sin embargo, la organización de la cocina no es estática y puede adaptarse a las necesidades y realidades de la vida migrante. En muchas familias, los hijos varones también asumen un rol más activo en la cocina, desafiando las expectativas tradicionales de género. Este cambio refleja una adaptación a las nuevas dinámicas familiares, donde el trabajo doméstico se comparte de manera más

equitativa, aunque las mujeres siguen desempeñando el papel central en la organización de la alimentación familiar.

### *2.3.Ritualidad en la mesa*

La mesa, como espacio de comensalidad, es un lugar de ritualización donde se refuerzan los lazos familiares y se manifiestan las tradiciones culturales. En el contexto de las familias migrantes arequipeñas, los rituales en torno a la mesa son fundamentales para la preservación de la identidad cultural. Durkheim (1912) señala que los rituales, incluidos los alimentarios, son esenciales para la cohesión social, ya que permiten a los individuos conectarse con su comunidad y con su historia.

En las familias migrantes, las comidas compartidas durante celebraciones especiales, como la Semana Santa o el Día de Todos los Santos, se convierten en momentos clave para la transmisión de valores culturales. Estos momentos de comensalidad son oportunidades para contar historias y reforzar los lazos afectivos entre los miembros de la familia. Evelynne Cortez menciona cómo, durante las celebraciones familiares, ella prepara platos típicos de Arequipa, como el chupe de viernes, un caldo especial que marca el respeto por la tradición religiosa y cultural.

La ritualidad en la mesa también se manifiesta en las reglas y normas que guían el comportamiento durante las comidas. En muchas familias migrantes, la mesa es un espacio donde se reafirman las jerarquías familiares y donde se enseñan normas de respeto y cortesía. Luisa Pérez recuerda cómo en su infancia, las comidas eran momentos solemnes, donde el respeto por los mayores y la comida misma eran fundamentales. Esta ritualización del acto de comer refuerza la cohesión familiar y transmite valores culturales que definen la identidad de los migrantes, tales como el valor simbólico que posee la comida o qué significa cada plato.

La ritualidad alimentaria implica una puesta en escena de la memoria, donde los sabores, olores y gestos se convierten en vehículos de transmisión cultural; pues la mesa configura un lugar de resistencia simbólica frente a procesos de asimilación cultural que muchas veces impone la vida urbana y globalizada. Al cocinar y compartir alimentos típicos del lugar de origen las familias recrean un vínculo con su natal Arequipa y negocian su pertenencia dentro del nuevo entorno social.

En ese sentido, la comensalidad del migrante puede entenderse como una práctica de enraizamiento, donde se reafirma la identidad a través del cuerpo y los sentidos; la comida posee un sentido de narración, afecto y pertenencia. La evocación de las recetas heredadas, la recreación de los platos e,

incluso, el lenguaje local durante la comida, son todas formas en las que se corporiza la identidad cultural; comer juntos nos permite reconocernos como miembros de un grupo cultural específico (Fischler, 1988).

La ritualidad es adaptativa, resignificativa y dinámica; en ocasiones, a pesar de que las técnicas cambien o los insumos sean remplazados, el sentido profundo de la comida como un acto cultural permanece, evidenciando así la continuidad dentro de la discontinuidad, manteniendo las raíces vivas aún en un territorio distinto.

El presente capítulo muestra cómo las emociones configuran un eje fundamental en la conservación de la identidad alimentaria en contextos migratorios; a través de gestos cotidianos como cocinar o compartir la mesa, se recrean vínculos que conectan con el pasado familiar y territorial, permitiendo enfrentar el desarraigo sin renunciar a sus propias raíces. La cocina trasciende su función utilitaria y se transforma en un espacio intimo donde se entrelazan recuerdos, afectos y formas de resistencia cultural; a pesar que estos estén marcados por tensiones interpersonales o limitaciones materiales.

## CONCLUSIONES

Las cocinas migrantes arequipeñas en Lima se han consolidado como espacios multifuncionales donde convergen la tradición, la innovación y los lazos afectivos, configurando un bastión de continuidad y cambio cultural en medio de un entorno urbano diverso y globalizado. A través de la recreación de recetas tradicionales, incluso en ausencia de insumos originales, las familias logran preservar la identidad culinaria de su región de origen. Este acto es un medio para conectar emocionalmente con el pasado y transmitir valores a las nuevas generaciones.

El impacto de los afectos en estas dinámicas es fundamental, ya que estos permiten transformar la experiencia culinaria en un acto cargado de significados personales y colectivos. Los sabores, texturas y olores de la comida tradicional refuerzan un sentido de pertenencia a la comunidad y a las raíces culturales. La cocina, así, se convierte en un vehículo para sostener y recrear la identidad en contextos de migración, donde la desconexión con la tierra natal podría amenazar las bases culturales.

En el espacio de la cocina, las mujeres migrantes desempeñan un papel crucial como guardianas de la cultura alimentaria; este rol incluye la preparación de alimentos, la adaptación y resignificación de las recetas tradicionales. A través de estas prácticas, las mujeres logran mantener la esencia de los platillos, al tiempo que los adaptan al nuevo entorno urbano. Este proceso de innovación-resiliencia refleja su capacidad para preservar la identidad cultural sin dejar de responder a los retos del contexto limeño.

Así mismo, la cocina también actúa como un lugar de interacción social y familiar donde se reproducen y refuerzan los valores culturales como la comunidad, el cuidado, la reafirmación de la identidad y la resistencia cultural. Los rituales de comensalidad se presentan como instancias clave para la transmisión de afectos y tradiciones. A través del acto de compartir alimentos, los miembros de la familia fortalecen los vínculos afectivos y celebran su identidad cultural. Este proceso reafirma el papel central de la comida en la construcción de una memoria colectiva compartida.

Por otro lado, la globalización y la urbanización imponen retos, pero también ofrecen oportunidades para enriquecer estas prácticas. Si bien la falta de insumos tradicionales representa una dificultad, las migrantes han demostrado una notable capacidad para adaptarse, integrando ingredientes locales y nuevas técnicas. Este sincretismo culinario preserva las raíces culturales e invita a una constante

reinvención de la identidad migrante.

La cocina trasciende el ámbito familiar, conectándose con una esfera más amplia de sociabilidad. Los migrantes encuentran en ferias, mercados y eventos gastronómicos espacios para reforzar su sentido de comunidad y compartir su herencia cultural con otros. Estos encuentros son vitales para recrear el vínculo con su lugar de origen y construir redes de apoyo en el nuevo entorno.

En términos simbólicos, la cocina se convierte en un espacio de resistencia cultural frente a las fuerzas homogeneizadoras de la globalización. Al preservar y compartir las tradiciones culinarias, los migrantes desafían la asimilación cultural y contribuyen al enriquecimiento del tejido cultural de Lima. Este fenómeno demuestra cómo las prácticas culinarias pueden actuar como un puente entre el pasado y el presente, entre lo local y lo global.

Estos espacios representan un modelo de adaptación cultural que equilibra tradición e innovación. A través de los afectos, la memoria y la creatividad, estas cocinas refuerzan la identidad cultural de los migrantes mientras se integran a un entorno urbano diverso. En este proceso, las mujeres desempeñan un papel central como transmisorass de la memoria alimentaria y mediadoras culturales.

A través de la recreación de recetas tradicionales, ellas preservan los sabores de su tierra natal, mientras que se transmiten valores y saberes a las nuevas generaciones. Este proceso se convierte en un acto cotidiano de resistencia cultural y un medio para mantener vivo el vínculo con su identidad regional. Además de preservar las recetas, se adaptan los platillos tradicionales, enfrentando desafíos como la falta de insumos o la disponibilidad limitada de ingredientes. Esta capacidad refleja su creatividad y resiliencia, permitiendo que las tradiciones culinarias se mantengan vigentes a pesar de los cambios contextuales.

Al cocinar los alimentos, transmiten a sus hijos y nietos valores culturales que fortalecen el sentido de pertenencia a la comunidad arequipeña. Este proceso asegura la continuidad de la identidad cultural alimentaria en un entorno de constante cambio.

La cocina representa para estas mujeres un espacio de poder y agencia, pues dentro de la estructura domestica encuentran un lugar donde poseen poder y autonomía. Al decidir qué preparar y cómo hacerlo, ellas establecen un discurso simbólico de resistencia cultural. Este acto de recrear y preservar recetas se convierte en una forma de reivindicar su identidad en un contexto urbano que tiende a homogenizar las prácticas culturales.

Por último, las mujeres migrantes actúan como transmisoras intergeneracionales de conocimientos culinarios. A través de la oralidad, enseñan a las nuevas generaciones los valores asociados a ellas;

este proceso asegura que la memoria alimentaria se mantenga viva y que los descendientes se identifiquen con sus raíces culturales, incluso en un entorno diferente.

La relación entre los afectos de las cocineras migrantes arequipeñas y la comensalidad en sus familias está profundamente arraigada en la dinámica emocional que define la vida familiar. El acto de cocinar se convierte en una expresión tangible de amor, cuidado y dedicación hacia los seres queridos. Las cocineras canalizan sus emociones en cada plato que preparan, transformando la experiencia culinaria en un acto simbólico de conexión afectiva. Cada receta, adaptada o recreada, lleva consigo las memorias de su lugar de origen y los valores culturales que buscan preservar y transmitir. En este contexto, la comida se convierte en un vehículo para fortalecer los lazos familiares, alimentando el cuerpo y el espíritu colectivo.

La comensalidad, entendida como el acto de compartir alimentos en un entorno familiar, permite que los afectos se materialicen y se refuercen. Los momentos en la mesa se transforman en espacios de intercambio emocional donde se nutren los vínculos interpersonales; mientras que las comidas tradicionales preparadas con esmero evocan recuerdos del pasado, fortaleciendo la identidad cultural de la familia. Estos recuerdos, a menudo asociados a momentos compartidos en el lugar de origen, generan una sensación de pertenencia y continuidad, incluso en un entorno urbano diferente. La comensalidad, por tanto, se convierte en un ritual cargado de significado, donde los alimentos sirven como un puente entre generaciones y culturas.

En este contexto, la cocina actúa como un espacio de memoria afectiva. Los sabores, texturas y olores de los platos tradicionales evocan recuerdos del lugar de origen y momentos significativos vividos en familia. Este acto de rememorar fortalece los vínculos entre los miembros de la familia, pues también refuerza su identidad cultural en un entorno donde las tradiciones pueden verse diluidas por las dinámicas urbanas y globalizadas. A través de estos rituales, las cocineras transmiten conocimiento práctico, pero también valores, historias y emociones que refuerzan el sentido de comunidad y pertenencia dentro del núcleo familiar.

La dimensión emocional de la comensalidad se ve reflejada en la manera en que las cocineras interpretan su rol dentro de la familia. Ellas asumen la responsabilidad de preservar las tradiciones culinarias, las cuales parten como una tarea doméstica y se transforman en un acto simbólico de conexión con sus raíces y su historia familiar. La dedicación y el esmero puestos en la preparación de los alimentos transmiten un mensaje implícito de amor y cuidado que fortalece los lazos afectivos

dentro del hogar; este acto cotidiano se convierte en una práctica cultural cargada de significados emocionales.

Los afectos también desempeñan un papel crucial en la transmisión intergeneracional de las tradiciones culinarias. Las cocineras, como figuras centrales en la cocina, preparan y enseñan a las nuevas generaciones los valores y significados asociados a cada plato. Este proceso educativo no se limita a las técnicas culinarias, ya que incluye la transmisión de las historias familiares y los recuerdos ligados a los alimentos. Así, la comensalidad es un espacio de aprendizaje y preservación cultural, donde los afectos son el vehículo principal para asegurar la continuidad de las tradiciones.

Además, la comensalidad refuerza el sentido de identidad y cohesión familiar. A través de los alimentos, las familias migrantes recrean un espacio de pertenencia que supera las barreras del tiempo y el espacio. Los rituales alrededor de la mesa actúan como un ancla emocional que conecta a los miembros de la familia con su lugar de origen, incluso cuando se encuentran lejos. Este sentido de continuidad cultural se ve fortalecido por los afectos que se expresan y se comparten durante las comidas, consolidando los lazos familiares y culturales.

En un entorno migrante, los afectos asociados a la cocina y la comensalidad adquieren un valor aún más significativo. Las dinámicas urbanas y las presiones de la globalización a menudo dificultan la preservación de las tradiciones culturales, pero las cocineras migrantes logran adaptar y mantener estos rituales. A través de su dedicación, transforman los desafíos del entorno en oportunidades para reforzar la identidad familiar y cultural. Este proceso de resistencia cultural, profundamente arraigado en los afectos, asegura que las tradiciones culinarias sobrevivan, se mantengan evolucionen y se enriquezcan.

Finalmente, la relación entre los afectos y la comensalidad en las familias migrantes arequipeñas pone de manifiesto la importancia de las prácticas alimentarias como un espacio de conexión emocional y cultural. La cocina y la mesa se convierten en escenarios donde se negocian y se celebran las identidades familiares, fortaleciendo los lazos afectivos y asegurando la continuidad de las tradiciones. En este contexto, los afectos son el hilo conductor que une a los miembros de la familia, transformando cada comida en un hecho que representa el cuidado, la residencia cultural y la resiliencia.

En conclusión, los afectos y la comensalidad en las familias migrantes arequipeñas están profundamente interrelacionados, configurando un espacio donde se fortalecen los vínculos familiares, se preservan las tradiciones culturales y se celebra la identidad compartida. A través de la cocina, se construye un legado emocional y cultural que perdura a lo largo del tiempo.

## BIBLIOGRAFÍA


Abu-Shams, L. (2008). La alimentación como signo de identidad cultural entre los inmigrantes marroquíes. Zainak. *Cuadernos de Antropología-Etnografía*, 30, 177-193.

Álvarez, I. (2017). *Picanterías y chicherías del Perú: Patrimonio Cultural de la Nación* (1.ª ed., Vol. 2). Universidad San Martín de Porres.

Appadurai, A. (1988). How to Make a National Cuisine: Cookbooks in Contemporary India. *Comparative Studies in Society and History*, 30(1), 3-24.

Arellano, M., Alvarez, G., Eroza, E. (2019). Habitus alimentario: prácticas entre trabajadores agrícolas migrantes en una comunidad de Sonora, México. *Salud Colectiva*, 15.

Assmann, J. (2011). *Cultural memory and early civilization: Writing, remembrance, and political imagination*. Cambridge University Press.

Balladares, S., & Saiz, M. (2015). Sentimiento y afecto. *Ciencias Psicológicas*, 9(1), 63–71.

Barthes, R. (1979). Toward a psychosociology of contemporary food consumption. In R. Forster & O. Ranum (Eds.), *Food and drink in history* (pp. 166–173). Johns Hopkins University Press.

Bauman, Z. (1999). *Modernidad líquida.* Fondo de Cultura Económica.

Berardi, F. (2003). *La fábrica de la infelicidad*. Traficantes de sueños.

Bertran, M. (2017). Domesticar la globalización: alimentación y cultura en la urbanización de una zona rural en México. *Anales de Antropología*, 51(2), 123- 130.

Boehm, D. A. (2012). *Intimate Migrations: Gender, Family, and Illegality among Transnational Mexicans*. New York University Press.

Bourdieu, P. (1977). Cultural Reproduction and Social Reproduction. In J. Karabel & H. Halsey (Eds.), *Power and Ideology in Education* (pp. 487-511). Oxford University Press.

Bourdieu, P. (1984). *Distinción: Crítica social del juicio estético*. Taurus.

Bourdieu, P. 1977. *Esbozo de una teoría de la práctica*. Akal

Bourdieu, P. 1979. *La distinción: Criterio y bases sociales del gusto*. Taurus

Bourdieu, P. 1984. *Homo academicus*. Les Éditions de Minuit

Bourdieu, P. 1986. Las formas del capital. En J. G. Richardson (Ed.), *El capital cultural y la educación* pp. 183–211. Akal.

Bourdieu, P. 1990. *La lógica de la práctica*. Anthropos.

Bourgois, P., & Schonberg, J. (2009). *Righteous Dopefiend*. University of California Press.

Butler, J. (2018). *Resistencias*. Paradiso Editores.

Calvo, G. (2010). *La lógica de los afectos en Baruch de Spinoza a la luz de la antropología de las emociones*.

Caruth, C. (1996). *Unclaimed experience: Trauma, narrative, and history*. Johns Hopkins University Press.

Castro, M., & Fabron, G. (2018). Saberes y prácticas alimentarias: familias migrantes entre tierras altas y bajas en Argentina. *Estudios sociales: revista de investigación del Noroeste*, 28(51).

Ccopa, P. P. (2018). *La cocina de acogida: Migrantes andinos en Lima: memorias, sabores y sentidos* (1.ª ed., Vol. 1). Universidad San Martín de Porres.

Chávez, B. (2015). *Entre hornos y rocotos* (3.a ed.). Fondo editorial Universidad San Martín de Porres.

Chodorow, N. (1978*). The Reproduction of Mothering: Psychoanalysis and the Sociology of Gender*. University of California Press.

Congrains, E. (1954). *El niño de junto al cielo*.

Cornejo, H. (2014). La picantería arequipeña: cambios y continuidad culinaria. *Revista de Antropología*, 177-192.

Counihan, C. (1999). *The Anthropology of Food and Body: Gender, Meaning, and Power*. Routledge.

Crapanzano, V. (1994). Reflexiones sobre una antropología de las emociones. *Terrain*, 109-177.

Delgado. (2001). Comida y cultura: identidad y significado en el mundo contemporáneo. *Estudios de Asia y África*, 36(1), 83-108.

Delphy, C. (1984). *Por un feminismo materialista*. Editorial La Oveja Negra.

Denegri-Coria, M., Knabe - Álvarez, Y., Sepúlveda-Maldonado, J. C., Orellana, L., Vivallo, O., & Schnettler - Morales, B. (2016). Socialización y transmisión intergeneracional en pautas del consumo de alimentos: su impacto en la identidad cultural alimentaria en mujeres mapuche urbanas de Chile. *Ra Ximhai*, 12(4), 57-70.

DeVault, M. (1991). *Feeding the family: The social organization of caring as gendered work.* University of Chicago Press.

Douglas, M. (1966). *Purity and Danger: An Analysis of Concepts of Pollution and Taboo*. Routledge.

Douglas, M. (1972). *Implicit Meanings: Essays in Anthropology*. Routledge.

Douglas, M., & Nicod, M. (1974). Taking the Biscuit: The Structure of British Meals. *New Society,* 29(620), 625-627.

Douglas, M. (1972). Deciphering a meal. *Daedalus,* 61- 81.

Duhart, F. (2002). Comedo ergo sum. *Reflexiones sobre la identidad cultural alimentaria*.

Durkheim, É. (2012). *Las formas elementales de la vida religiosa: El sistema totémico en Australia (y otros escritos sobre religión y conocimiento)* (H. Vera, J. Galindo & J. P. Vázquez, Eds.; J. H. Ruiz Rivas, Trad.). Fondo de Cultura Económica, Universidad Autónoma Metropolitana, Universidad Iberoamericana.

Duruz, J. (2019). Eating in translation: Borders, boundaries, and hybridities. Food, Culture & Society, 22(3), 251-267.

Elias, N. (1978). *The Civilizing Process: Sociogenetic and Psychogenetic Investigations*. Blackwell

Favret, J. (2013). Être affecté. *Avá*, (23), 49-167.

Federici, S. (2004). *Calibán y la bruja*. Traficantes de sueños.

Fernández, S. y Mondragón, F. (2018). *Turismo gastronómico y cocinas tradicionales de Colombia* [Monografía para obtener el grado de Antropología]. Universidad de los Andes.

Fisberg, M., Gioia, N. & Maximino, P. (2024). Transgenerational transmission of eating habits. *Jornal de Pediatria*, 100.

Fischler, C. (1988). Food, self and identity. *International Social Science Council*, 27(2), 275-292.

Fischler, C. (1995). *El (h)Omnívoro. El gusto, la cocina y el cuerpo*. Anagrama.

Folbre, N. (2002). *The Invisible Heart: Economics and Family Values*. New Press.

Freeman, A. (2007). Fast Food: Oppression through poor nutrition. *California Law Review*, 95 (6).

Fuentes, C. (2014). La picantería arequipeña: Patrimonio Cultural de la Nación.

García Arnaiz, M. (2014). Alimentación, trabajo y género. De cocinas, cocineras y otras tareas domésticas. *Dialnet.*

Geertz, C. (1973). *The Interpretation of Cultures.* Basic Books.

Giddens, A. (1991). *Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age.* Stanford University Press.

Gimenes, R. (2008). *Cozinhando a tradição: festa, cultura e história no litoral paranaense* [Tesis doctoral, Universidade Estadual de Campinas]. Repositorio Acadêmico da UNICAMP.

Goody, J. (1982). *Cooking, Cuisine, and Class: A Study in Comparative Sociology*. Cambridge University Press.

Hage, G. (1998). *White nation: Fantasies of white supremacy in a multicultural society*. Pluto Press.

Han, B. C. (2020). *La desaparición de los rituales: Una topología del presente*. Herder Editorial.

Harris, J., & Mair, J. (2013). *Food and Evolution: Toward a Theory of Human Food Habits*. Temple University Press.

Heldke, L. M. (2003). *Exotic appetites: Ruminations of a food adventurer*. Routledge.

Hirsch, J. (2008). *Globalización, identidad social y hábitos alimentarios*. Revista Mexicana de Sociología, 70(1), 109–140.

Hsu, E. (2016). Senses and sensibilities: A cross-cultural perspective on sensory experiences in

healing rituals. *Medical Anthropology Quarterly*, 30(1), 1–17.

Ibáñez, I. D., & Huergo, J. (2012). «Encima que les dan, eligen», políticas alimentarias, cuerpos y emociones de niños/as de sectores populares. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad (RELACES),* 4(8), 29-42.

Ibarra-López, J. (2023). Identidad y pertenencia: Factores que determinan el presente y el futuro del devenir social, observados desde la complejidad. *593 Digital Publisher CEIT*, *8*(5), 157-170.

Iborra, J. (2020). Antropología y literatura: Un estudio etnográfico sobre las fiestas, los ritos la comensalidad. *Revista Nuevas Tendencias en Antropología*, 11, 45-61.

INEI. (2015). *Migraciones internas en el Perú a nivel departamental* (1.ª ed.). Instituto Nacional de Estadísticas e Informática.

INEI. (2023*). Estadísticas de población*. Instituto Nacional de Estadística e Informática.

Inness, S. A. (2001). *Dinner Roles: American Women and Culinary Culture*. University of Iowa Press.

Johnston, J., & Baumann, S. (2014). *Foodies: Democracy and Distinction in the Gourmet Foodscape* (2nd ed.). Routledge.

Kittler, P. G., & Sucher, K. P. (2008). *Food and culture* (5th ed.). Cengage Learning.

Korsmeyer, C. (2005). *Making Sense of Taste: Food and Philosophy*. Cornell University Press.

Kwon, D. & Lee, H. (2020). The impact of digital technology on culinary practices and family mealtime. *Journal of Food Science Education*, 19(4), 219-228.

Lamas, M. (2007). *Cuerpo, sexualidad y género: una reflexión antropológica-feminista*. Taurus.

Le Breton, D. (2006). *El sabor del mundo. Una antropología de los sentidos* (1.a ed). Nueva Visión.

Leivi, M. (1998). *El inconsciente y los afectos*. Psicoanálisis APdeBA.

Levi Strauss, C. (1997). *El pensamiento salvaje.* Fondo de cultura económica.

Lévi-Strauss, C. (1964). *Mitológicas: Lo crudo y lo cocido*. Plon.

Lévi-Strauss, C. (1966). *The Culinary Triangle. Partisan Review*, 33(4), 586-595.

Levitt, P. (2001). *Transnational migration: Taking stock and future directions*. Global Networks,1(3),195- 216.

Lupton, D. (1996). *Food, the Body, and the Self*. Sage Publications.

Mason, P. (2010). Digital food: From paddock to pixel. *Food, Culture & Society*, 13(4), 553-568.

Maury, E. (2010). Ritos de comensalidad y espacialidad. Un análisis antroposemiótico de la alimentación. *Gazeta de Antropología*, 26(2), 45.

Mauss, M. (1938). *The Gift: Forms and Functions of Exchange in Archaic Societies*. Routledge.

Mead, G. H. (1972). Mind, self, and society: From the standpoint of a social behaviorist. University of Chicago Press.

Medina, X. (2014). *Alimentación y migraciones de Iberoamérica* (1.a ed.). Editorial UOC.

Meléndez, J. M., & Cañez, G. M. (2009). La cocina tradicional regional como un elemento de identidad y desarrollo local: el caso de San Pedro El Saucito, Sonora, México. *Estudios Sociales,* 17, 181-204.

Mintz, S. (2001). Comida e antropologia: uma breve revisão. *Revista Brasileira de Ciências Sociais*, 16(47), 31–42.

Mintz, S. W. (1996). *Tasting Food, Tasting Freedom: Excursions into Eating, Culture, and the Past.* Beacon Press.

Mintz, S. W., & Du Bois, C. M. (2002). The Anthropology of Food and Eating. *Annual Review of Anthropology*, 31, 99–119.

Montanari, M. (2006). *Food Is Culture* (1st ed.). Columbia University Press.

Moore, H. (1991). *Antropología y feminismo*. Ediciones Cátedra.

Nunes, C. (2007). Somos lo que comemos. identidad cultura hábitos alimenticios y turismo. *Estudios y Perspectivas En Turismo*, 16(2), 234-252.

Oakley, A. (2018). *The Sociology of Housework.* Policy Press.

Osorio-Cabrera, D. (2013). De la división sexual del trabajo hacia la redefinición de las prácticas de cuidado: una experiencia de Economía Solidaria en Cataluña. *Summa psicológica UST*, 10(1), 37-47.

Parella, S., & Samper, S. (2007). Factores explicativos de los discursos y estrategias de conciliación del ámbito laboral y familiar de las mujeres inmigrantes no comunitarias en España. *Revista de Sociología,* 85, 157–175.

Pedone, C. (2006). Los cambios familiares y educativos en los actuales contextos migratorios ecuatorianos: Una perspectiva transatlántica. *Athenea Digital,* 10, 154–171.

Pérez, M. (1997). Los recetarios de mujeres y para mujeres. Sobre la conservación y transmisión de los saberes domésticos en la época moderna. *Cuadernos de historia moderna*, 19, 121-154.

Poulain, J. P. (2019). *Sociologías de la alimentación, los comensales y el espacio social alimentario.*

Poulain, J.-P. (2002*). Sociologies de l'alimentation: les mangeurs et l'espace social alimentaire*. PUF.

Quiroz, E. (2012). Identidad cultural mestiza de Arequipa. En *La Salle* (1.ª ed., Vol. 1). Universidad La Salle.

Ray, K. (2010). *The Ethnic Restaurateur.* Bloomsbury Academic.

Rosales, S. (2022). Mujeres de frontera. Globalización mercados de trabajo y relaciones de género en la frontera internacional México Belice. *Revista del CEHIM*, *17*(17), 101-123.

Rozin, P. (1999). Food is fundamental, fun, frightening, and far-reaching. *Social Research*, 66(1), 9-30.

Rozin, P., Rozin, A., & Heller, D. (2003). The role of socialization in feeding practices and body weight: A cross-cultural analysis. *Appetite*, 41(3), 218-240.

Rubin, G. (1986). "El tráfico de mujeres: notas sobre la 'economía política' del sexo". *Nueva Antropología*, 8(30), 95-145.

Salih, T. (1969). *Season of Migration to the North*

Salvetti, V. (2013). *De la ética de la genética de los afectos: Articulación sistemática de antropología y neurociencias.*

Sassone, M. (2007). Migración, territorio e identidad cultural: construcción de "lugares bolivianos" en la Ciudad de Buenos Aires. *Población de Buenos Aires*, 4(6), 9- 28.

Segato, R. L. (2016). *La guerra contra las mujeres*. Traficantes de sueños.

Seremetakis, C. N. (1994). *The senses still: Perception and memory as material culture in modernity*. University of Chicago Press.

Sevilla, M. J. (2019). *Delicioso: A history of food in Spain*. Interlink Books.

Shepherd, G. M. (2012). *Neurogastronomy: How the Brain Creates Flavor and Why It Matters*. Columbia University Press.

Smith, A. (2013). *The Oxford Encyclopedia of Food and Drink in America* (2nd ed.). Oxford University Press.

Solans, A. (2014). Alimentación y mujeres migrantes en Buenos Aires, Argentina. Tradiciones, recreaciones y tensiones a la hora de comer. *Revista Colombiana de Antropología*, 50(2).

Solans, A. M. (2019). "Por mis hijos hay que cocinar": Alimentación y cuidado entre mujeres migrantes en Buenos Aires. *Quaderns de l'Institut Català d'Antropologia*, 35, 111-127.

Surrallés, A. (2005). Afectividad y epistemología de las ciencias humanas. *Revista de Antropología Iberoamericana.*

Sutton, D. (2001). *Memories of Odors and Tastes: Associative* Learning and the Sense.

Sutton, D. (2007). *Remembrance of Repasts: An Anthropology of Food and Memory*. Berg.

Sutton, D. (2010). Food and the Senses. Annual *Review of Anthropology*, 39, 209–223.

Sutton, D., & Hernandez, M. (2007). Voices in the kitchen: Cooking tools as inalienable possesion. *Oral History,* 67-76.

Troncoso-Pantoja, C. (2019). Comidas tradicionales: un espacio para la alimentación *saludable. DOAJ (DOAJ: Directory Of Open Access Journals)*.

Tronto, J. C. (1993). *Moral boundaries: A political argument for an ethic of care*. Routledge

Turkle, S. (2011). *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. Basic Books.

Vázquez, J. (2015). *De la nostalgia culinaria a la identidad alimentaria transmigratoria: la preparación de alimentos en restaurantes mexicanos en Estados Unidos* [Tesis de doctorado, Universidad de Barcelona]. En TDX (Tesis Doctoral en Xarxa).

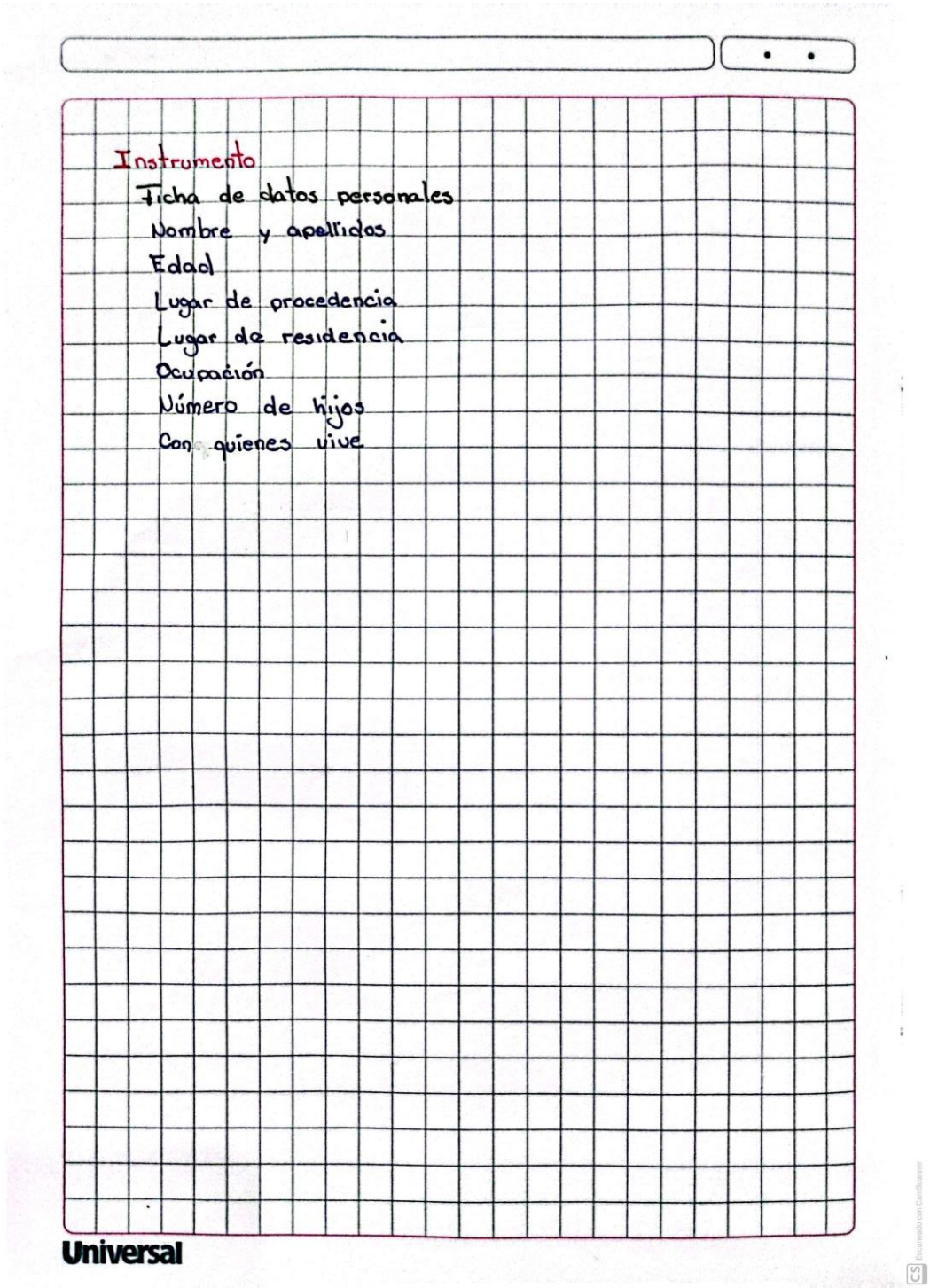
Warde, A. (1997). *Consumption, food and taste: Culinary antinomies and commodity culture.* Sage Publications.

Warde, A. (1999). Convenience food: Space and timing. *British Food Journal*, 101(7), 518-527.

## ANEXOS

### Anexo 1

*Ficha de entrevista*



## Migración

¿En que año llega a Lima por primera vez?
¿En que momento decide quedarse a vivir en Lima? ¿Por qué?
(repreguntar cuántas veces pasó por un proceso migratorio)
¿Se mudó junto con alguien?
Cuándo se mudó ¿Cómo se sentía emocionalmente?
¿Dónde vivía inicialmente?
(distrito - cuarto / casa / departamento)
¿Con quiénes vivía?
¿Cómo era su casa? (Descripción) (Corroborar por fotografías)
¿Cómo era su cocina? (Descripción)
¿Qué cocinaba?
¿Cómo cocinaba?
¿Frecuentaba o buscaba restaurantes con comida típica de su tierra?
(¿Continuó yendo a ese lugar? ¿Por qué?)
¿Qué opina de la comida típica de su región o país en los restaurantes limeños o en Lima?
¿Qué piensas de la comida limeña o peruana?
(¿Qué le gusta o disgusta? ¿Hay algún elemento que le recuerde su lugar de origen?)
¿Hay alguna comida que no te guste? ¿Por qué?

Universal

## Estilo de vida

¿Cuántas veces come al día?
¿Usted es quién prepara las comidas?
(¿Siempre es así? ¿Depende de la comida?)
¿Por qué cocina?
(obligación / gusto / recreación)
¿Cómo se organiza para cocinar?
¿Dónde compra los ingredientes que necesita?
¿Qué es lo que usualmente come?
(desayuno / almuerzo / cena)
¿Cuáles son los platos que más prepara? ¿Por qué?

Universal

Espacios de preparación

¿Cómo era la cocina de tus abuelos?
¿Cómo es su cocina? (Descripción)
¿Considera que se adapta a sus necesidades?
¿Tiene el espacio necesario para realizar los platos típicos de su lugar de origen?
¿Tiene todos los utensilios que le gustaría tener?
Describa cómo sería su cocina perfecta.
Ambientación en la cocina (observación y notas)
¿Cómo sirve sus alimentos?
¿Ha traído algo de su lugar de origen para cocinar acá?

Universal

Celebraciones

¿Qué días come algo "especial"?
¿Qué cocina o compra?
En caso de comprarlo ¿Dónde lo compra?
¿Qué fechas considera especiales?
(aniversarios, cumpleaños, etc.)
¿Cómo los celebra?
¿Dónde lo celebra?
¿Qué es lo que cocina?
¿Quiénes lo ayudan a cocinar?
¿Cuál es la función de cada familiar?
¿Con qué acompañan los alimentos?
Me podría describir como son sus recuerdos con respecto a estas fiestas en su niñez o adolecencia
¿Cómo eran estos momentos?
¿Con quienes lo compartía?
¿Qué comían?
¿Piensa que existen similitudes entre esos momentos y la actualidad?
¿Piensa que estos momentos unen más a su familia?

Universal

## Recuerdos

¿Cuándo era niño/a quién solía cocinar en casa?
↳ ¿Usted ayudaba? ¿Cómo?
¿Quién le enseñó a cocinar?
¿Qué características tenía esta persona?
¿A qué edad empezó a cocinar? ¿Que actividades realizaba?
¿Cuál fue el primer plato que preparó?
¿Por qué aprendió a cocinar?
¿Le gusta cocinar?
¿Porqué le gusta? ¿Por qué no le gusta?
¿Hay algo que le guste cocinar? ¿Por qué?
¿Hay algo que no le guste comer? ¿Por qué?
¿Realiza las recetas tal cual las aprendió o ha hecho modificaciones? ¿Por qué?
¿Considera que existen cambios en la forma o tiempos de preparación?
¿Continúa realizando las preparaciones que hacían en su niñez?
¿Con quienes compartía estos alimentos en su niñez?
¿Cómo era la dinámica en la mesa cuando era niño/a o adolecente?
¿Qué rol cumplía cada persona?
¿Podría describir la dinámica en la mesa en la actualidad?
¿Qué rol cumple cada persona?

Universal

## Identidad

¿Se considera usted región / nacionalidad?
¿Por qué considera eso?
¿Qué características tiene un región / nacionalidad?
¿Cómo piensa que eso se expresa en su comida?
¿Qué características piensa que tiene una mamá o cuidadora?
↳ de la región
¿Que piensa que le caracteriza?
¿Existe algún plato que sea especial para usted?
¿Tiene un significado especial?
¿Aún lo prepara?

Universal

CS Escaneado con CamScanner

## Afectos

¿Cómo te sientes cuando cocinas?
¿Piensas que lo que sientes influye en lo que cocinas?
¿Cómo piensas que el estado de ánimo influye cuando cocinas? (por ejemplo, ¿suele cocinar de la misma manera cuando está sola o acompañada?)
¿Los platos que preparas te traen recuerdos?
↳ ¿Cómo te hace sentir eso?
¿Cómo se siente cuando comparte sus alimentos con su familia?
¿Qué la motiva a seguir haciéndolo?
¿Cómo se siente cuando le halagan la comida?
↳ ¿Qué piensas sobre eso?
¿Espera que sus recetas se transmitan?
¿Siente que lo está logrando?

Universal

## Relación con las mujeres en la cocina

¿Quién solía cocinar en su casa cuando era niña?
¿A qué se dedicaba ella?
¿Qué recuerdos tiene junto a ella al cocinar?
¿Qué piensas de eso? ¿Por qué?
¿Qué la caracterizaba al momento de cocinar?
¿Piensa que esas características hacían parte de su sazón?
¿Hay algún recuerdo de sazón que la haya marcado?
↳ ¿De quién? ¿Por qué?

Universal

**Anexo 2**

*Representación de cocina tradicional*



Fotografía propia- Museo de Arte Comtemporáneo Arequipa (2023)

**Anexo 3**

*Americano acompañado de un cogollo de chicha de guiñapo*



Fotografía propia- Almuerzo familiar (2023)

**Anexo 4**

*Rito "prende y apaga"*



Fotografía propia- Picantería La Estrellita del Sur (2023)

## Anexo 5

*Formato de consentimiento informado*

**Consentimiento Informado para Participantes de Investigación**

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los participantes en esta investigación de una clara explicación de la naturaleza de esta, así como de su rol en ella como participantes.

La presente investigación es conducida por Fabiana Lucía Cáceres Cortez, estudiante de pregrado en la Escuela de Antropología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (UNMSM) y cuenta con la asesoría y supervisión del docente Dra. Stéphanie Ibarios. El propósito de este estudio es Describir cómo las cocinas migrantes arequipeñas han formado un espacio de continuación cultural y de construcción de la identidad a través de los afectos.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder preguntas en una entrevista/completar una encuesta, o lo que fuera según el caso. Esto tomará aproximadamente 2 h minutos de su tiempo. Lo que conversemos durante estas sesiones se grabará si usted está de acuerdo, de modo que el investigador pueda transcribir después las ideas que usted haya expresado.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria y no será sujeta a compensación financiera. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito que no sea el de esta investigación. Sus respuestas al cuestionario y a la entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas salvo que Ud. quiera que su nombre aparezca en el trabajo. Una vez transcritas las entrevistas, los materiales con las grabaciones se destruirán.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer sus consultas en cualquier momento durante su participación en él. Además, si desea contactar a la Escuela de Antropología para corroborar esta información, lo puede hacer al siguiente número: (01) 6197000 anexo 4012. Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas durante la entrevista le parece incómoda, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas.

Desde ya, le agradecemos su participación.

---

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por Fabiana Cáceres. He sido informado (a) de los objetivos de este estudio y me han indicado del tiempo que tomará responder cuestionarios y preguntas en una entrevista.

Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito que no sea el de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona. De tener preguntas sobre mi participación en este estudio, puedo contactar a la Escuela de Antropología de la UNMSM al teléfono (01) 6197000 anexo 4012.

Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando éste haya concluido. Para esto, puedo contactar a la Escuela de Antropología de la UNMSM al teléfono anteriormente mencionado.

| Louise Pérez Gonzales | | 14-06-24 |
|---|---|---|
| Nombre del Participante (en letras de imprenta) | Firma del Participante | Fecha |

Escaneado con CamScanner