

## **SOBRE LAS CENIZAS. UN ACERCAMIENTO AL ABASTO Y A LA COCINA COTIDIANA DURANTE LA PANDEMIA POR COVID-19 EN SAN JUANICO NEXTIPAC, IZTAPALAPA.**

**Over the ashes. An approach to supply and daily cuisine during the Covid-19 pandemic in San Juanico Nextipac, Iztapalapa.**

**Samuel Alejandro Santillana Limón**  
[sam.santillana@gmail.com](mailto:sam.santillana@gmail.com)

Universidad del Claustro de Sor Juana  
Ciudad de México

### **Resumen**

El propósito de este trabajo es examinar los cambios en la compra de alimentos, los platillos preparados, los hábitos y las maneras de mesa en las familias de San Juanico Nextipac en Iztapalapa de la ciudad de México como consecuencia de la pandemia por COVID 19. Como el objetivo es recuperar experiencias subjetivas se decidió usar un método de trabajo etnográfico, se realizaron cuatro entrevistas que se cotejaron con las observaciones de campo del investigador. El muestreo permitió analizar variaciones en el abasto, en la frecuencia con la que se salía a comprar, los lugares en los que se hacía la despensa y los insumos que se adquirían, que a su vez modificaban, en gran medida, el tipo de platillos que se podían preparar. De igual manera, fue posible observar una predilección por productos ultraprocesados, un incremento en la cantidad en cada ingesta y cambios en las dinámicas del hogar, así como dificultades para comer en familia como consecuencia de las modificaciones en los horarios de trabajo y estudio. Este trabajo permite observar las estrategias desplegadas a nivel familiar para reaccionar, asimilar y naturalizar las contingencias su contexto.

#### **Palabras clave:**

Abasto, Covid-19, alimentos.

### Abstract

The purpose of the work is to examine the changes in the purchase of food, prepared dishes, habits, and table manners in the families of San Juanico Nextipac in Iztapalapa located in Mexico City because of the COVID-19 pandemic. The objective is to recover subjective experiences, using an ethnographic work method. We carry out four interviews and compare the results with the researcher's field observations. The sampling let us to analyze variations in the supply, in the frequency with which people went out to buy, the places where the purchase was made and the supplies that were acquired, which in turn greatly modified the type of dishes that could be prepared. Similarly, it was possible to observe a predilection for ultra-processed products, an increase in the quantity at each meal and specific changes in household dynamics, as well as difficulties eating as a family because of changes in work and study schedules. This work allows us to observe the strategies deployed at the family level to react, assimilate, and naturalize the contingencies of the context.

Recepción: 29.12.2022

Aceptación: 11.07.2022

**Cite este artículo como:** Santillana-Limón, S. (2021). Sobre las cenizas. Un acercamiento al abasto y a la cocina cotidiana durante la pandemia por Covid-19 en San Juanico Nextipac, Iztapalapa. *Revista Punto de Vista*, 19 (12), pp. 169-181.

## 1. INTRODUCCIÓN

El 23 de marzo de 2020, las autoridades federales mexicanas anunciaron en cadena nacional que se decretaba la Jornada Nacional de Sana Distancia ante la escalada de casos confirmados de la enfermedad por COVID-19. El doctor Hugo López Gatell, subsecretario de Prevención y Promoción de la salud, explicó que dicho programa implicaría restricciones al movimiento, a partir de entonces se suspendieron las clases en el sistema educativo nacional, quedaron pospuestas las reuniones de más de 100 personas y las actividades laborales cotidianas que implicaran el desplazamiento de personas a menos que se les considerara prioritarias (Secretaría de Salud, 2020).

Aunque la industria de los alimentos siempre se consideró de máxima importancia, permitiendo así que todos los puntos de venta permanecieran abiertos, fueron las mismas familias las que modificaron la frecuencia con la que salían de casa para adquirir insumos, optaron por comprar productos no perecederos, cambiaron sus hábitos alimenticios, su ingesta y la forma de convivencia en torno a la mesa.

El propósito del trabajo es examinar los cambios en la compra de alimentos, los platillos preparados, los hábitos y las maneras de mesa en las familias de San Juanico Nextipac en Iztapalapa, ciudad de México. En estos hogares sigue siendo una norma que las mujeres se encarguen de todo lo relativo a la cocina como es una constante a nivel mundial (Wolfson, 2021; Giard, 1998). Por lo tanto, se decidió buscar voluntarias para realizar entrevistas en profundidad a las vecinas de esta localidad.

## 2. MÉTODO

Se elaboró anticipadamente un cuestionario base con seis preguntas abiertas: ¿durante la pandemia qué cambió al momento de comprar insumos? ¿por qué se optó por estas estrategias? ¿qué cambió en las rutinas cotidianas durante la pandemia? ¿cómo pueden explicarse dichas modificaciones? ¿qué platillos se cocinaron con más regularidad? ¿por qué se escogieron? Las conversaciones tuvieron una duración aproximada de 50 minutos pues se daba tiempo para recordar y reflexionar las réplicas. Se recopilaron los testimonios de Alejandra Carmona, Rosa María Limón Cardona, Irene Limón Cardona y Karen García. Todas las entrevistas se realizaron por videollamada a petición de las interlocutoras. Las pláticas tuvieron lugar del 29 de julio al 7 de agosto de 2021.

El análisis de los testimonios se hizo en dos etapas. La primera de estas fue durante agosto de 2021, poco después de las entrevistas, las conversaciones quedaron grabadas en audio y posteriormente se transcribieron. Los testimonios escritos se examinaron en búsqueda de coincidencias que pudieran servir para ilustrar los cambios y las permanencias en la alimentación de estas familias. La información se organizó en un cuadro comparativo de Excel en el que se ponían los nombres de las interlocutoras, las temáticas generales, los detalles compartidos, los sentimientos que expresaban, las incongruencias en sus testimonios y las aseveraciones que se podían cotejar con los otros diálogos. De esta primera revisión se obtuvo la estructura del trabajo y un primer borrador.

El trabajo se retomó en su segunda fase en julio de 2022. En la segunda etapa se empleó el programa de Atlas.ti para encontrar nuevas relaciones entre los testimonios que se obviaron en la etapa pasada. En el programa se suben los testimonios escritos, se calibra la aplicación para que los examine y los resultados que arroja proporcionan un análisis que después se integra en el trabajo. Esta segunda etapa sirvió para perfeccionar las conclusiones del trabajo.

De igual manera, se realizaron visitas in situ en el mercado de San Juanico Nextipac, los supermercados y los puestos ambulantes con el objetivo de cotejar los testimonios con las observaciones del investigador. El trabajo se registró en un diario de campo, centrándose en las descripciones del lugar, de los productos, de las medidas sanitarias y de la información que proporcionaban los comerciantes de forma casual. Posteriormente, ese borrador se reelaboró en prosa, en otro cuaderno, en el que además se complementó con interpretaciones

personales y se relacionó con la información de las entrevistadas. En total fueron cinco visitas que se realizaron al mercado, dos en el supermercado e inspecciones esporádicas en los puestos ambulantes.

En cuanto al espacio seleccionado para el estudio, es necesario mencionar que San Juanico es considerado un pueblo originario o de tradición mesoamericana. Estos asentamientos tienen varias características definitorias. Una raíz mesoamericana que se puede detectar en su fundación en tiempos anteriores a la Conquista, sus prácticas agrarias -o al menos la memoria de que existieron-, su organización comunitaria, la existencia de familias troncales avicinadas por generaciones en el territorio y una concepción positiva del trabajo agrícola. De igual forma, son poseedores de una raíz católica que se puede observar en el nombre del pueblo compuesto por una parte del náhuatl junto con el de un santo, la ubicación de la parroquia en el centro neurálgico del pueblo y la existencia de un calendario festivo que sigue la liturgia romana (Garza, 2011).

Efectivamente, San Juanico Nextipac se fundó en 1305 por hablantes de lengua náhuatl y nombrado Nextipac que se traduce comúnmente como “sobre las cenizas” (Calderón et. al., 2020). Este asentamiento conservó sus métodos de agricultura y economía lacustre hasta el siglo XX en que fue absorbido por la mancha urbana y se integró a la alcaldía de Iztapalapa en la ciudad de México. En la actualidad conserva con varios matices las características antes mencionadas, presentes en los pueblos originarios.

Se optó por centrarse en este pueblo por dos razones. En primer lugar, dada su tradición mesoamericana es posible notar una tensión importante entre el pasado con sus lugares como el mercado, sus platillos tradicionales y los sentimientos en torno a la cocina y la modernidad con su propuesta de compra en supermercados, su oferta de productos industrializados y de comida rápida. En segundo lugar, por su ubicación al oriente de la actual ciudad de México fue uno de los puntos de alto contagio al inicio de la pandemia, lo cual implicó que sus pobladores se adaptaran rápidamente a nuevas estrategias para comprar y cocinar sus alimentos.

### 3. RESULTADOS

#### 3.1. El abasto en los mercados

Las interlocutoras compran sus alimentos principalmente en el mercado o en los puestos ambulantes que están instalados alrededor de él. Coinciden también en que esa práctica ya era común antes de la pandemia y que ahora han podido conservarla con algunas modificaciones. Antes iban diario o cada tercer día, pero ahora prefieren asistir una vez a la semana. Rosa Limón modificó más su rutina pues iba dos o tres veces diarias al mercado, pero ahora sólo va una vez entre semana y otra en fin de semana. Incluso admite que debería ir menos. (R. M. Limón, entrevista personal, 2 de agosto de 2021).

Cambió también la cantidad de alimentos que compran. Las verduras y las frutas se buscaban frescas, pero ahora las escogen verdes y esperan a que maduren en casa. Por ejemplo, Irene Limón compra varios aguacates verdes y los envuelve en hojas de periódico o de papel estraza hasta que estén suaves al tacto (I. Limón, entrevista personal, 4 de agosto de 2021).

Algo similar pasa con la carne. Antes de la contingencia, preferían el sabor fresco de la res, del pollo y del cerdo, entonces compraban en pequeñas cantidades. Pero eso ha cambiado ahora adquieren varios kilos y usan métodos de conserva para administrarla. La congelan o la guisan toda, comen una porción y guardan el resto en algún refractario para consumirlo después.

Todas las interlocutoras coinciden al señalar que la compra de granos y de sopa de pasta aumentó pues al ser productos procesados y empaquetados tienen una vida útil extensa y solo es necesario conservarlas en lugares

frescos. Las harinas de trigo, arroz y maíz se compararon en grandes números porque se pueden cocinar una variedad de platillos distintos con ellas. Para Alejandra Carmona la harina de trigo fue un alivio en enero que los casos iban en aumento y podía hornear postres para reconfortar a su familia. (A. Carmona, entrevista personal, 29 de julio de 2021).

Por otro lado, sería importante señalar que todas las entrevistadas sienten miedo cuando están en el mercado porque las medidas de seguridad se toman a la ligera. Irene, Rosa y Karen coinciden en que el gel antibacterial está rebajado, el piso sucio y la aglomeración es alta. Observan además que muchos locatarios usan su mascarilla desgastada o no la usan. (Un testimonio similar en lo que respecta al aseso personal al momento de asistir a estos espacios se puede encontrar en Vega, 2021).

Estas impresiones se pudieron corroborar en el trabajo de campo. No hay ningún encargado que tome la temperatura de las personas, nadie impide el ingreso a personas con síntomas, tampoco se regula la cantidad de asistentes dentro del mercado. La única medida de cuidado es una mesa que se encuentra a la entrada con un bote de jabón líquido y un termómetro digital que nadie usa. Aunque las brigadas de la delegación desinfectan, el mercado está visiblemente sucio. Si bien las autoridades recomiendan el uso del cubrebocas en todo momento, en el día a día queda en la decisión personal usarlo.

El mercado tiene un aspecto de abandono generalizado. Algunos locatarios cerraron durante la primera ola de la pandemia y nunca más regresaron. Ese fue el caso de los puestos que vendían uniformes, textiles e hilos. Hoy esa zona del mercado está completamente cerrada, acordonada y no tiene luz.

### 3.2 El abasto en supermercados

Tres entrevistadas coinciden al señalar que compran pocos víveres en el supermercado y que sus visitas se han espaciado. Van a estos establecimientos quincenal o mensualmente. Sólo Karen nota que sus idas al super han aumentado de forma que ahora va todos los sábados en la mañana. Al preguntarle a qué se debía este cambio en sus hábitos de compra, señaló que prefiere hacer todos los mandados en un día para regresar a casa y reasumir su distanciamiento social (K. García, entrevista personal, 7 de agosto de 2021).

Los productos que se compran en el supermercado varían de familia en familia, pero es posible notar que el consumo cambia si el hogar tiene niños. Los hogares de Irene y Rosa están constituidos por adultos, entonces sus carritos se llenan con aceite de oliva, té, atún, embutidos, carne, galletas de maíz, sustitutos de azúcar y ocasionalmente un gusto. Por otro lado, Alejandra y Karen compran muchos productos azucarados para sus hijos, por ejemplo: galletas, cereales, yogures, gelatinas y bebidas gasificadas.

Todas refieren que en el supermercado compran una variedad importante de productos de limpieza: desinfectante en aerosol, en toalla, gel antibacterial y cloro. Señalan además que esos productos se costean con el gasto y que para ajustar las cuentas se tienen que hacer algunos sacrificios.

Por último, es importante señalar que ninguna se siente segura cuando va al supermercado. Las entrevistadas señalan que estos espacios se construyen sin ventanas y que su estructura impide una adecuada ventilación. Se sienten más expuestas a un posible contagio. Por ejemplo, Rosa usa dos cubrebocas y guantes de látex. (R. M. Limón, entrevista personal, 2 de agosto de 2021) Mientras que Karen lleva un desinfectante de bolsillo y lo usa constantemente. (K. García, entrevista personal, 7 de agosto de 2021).

### 3.3 Nuevas rutinas familiares

La rutina diaria se modificó para adaptarse a la enseñanza y el trabajo remoto. Las interlocutoras apuntan que el desayuno cambió de una comida familiar a una comida individual. Karen cocina temprano para su esposo quien siguió saliendo a trabajar, pues su trabajo fue catalogado como indispensable, deja todo listo para sus hijos y sólo calienta el guiso para el desayuno. Sus hijos se levantan pocos minutos antes de iniciar las clases de forma que comen individualmente frente a la computadora (K. García, entrevista personal, 7 de agosto de 2021). De manera similar, Irene prepara el desayuno temprano para su esposo que trabaja de forma remota, pero sus hijos se levantan con horarios distintos y comen todos con un horario diferente. Es posible además inferir que en estos hogares ha aumentado el consumo de comida recalentada o fría (I. Limón, entrevista personal, 4 de agosto de 2021).

Es posible destacar adaptaciones en la hora de la comida. En este sentido, Karen menciona que sus hijos toman una colación fuerte al terminar las clases en línea y que cambia mucho su apetito al momento de comer: “como ya no salen, no se cansan igual, en la comida sólo comen el plato fuerte”. (K. García, entrevista personal, 7 de agosto de 2021). En su hogar, sólo ella y su esposo siguen el menú a tres tiempos: sopa aguada, arroz y guisado. Sus hijos han perdido esta tradición.

Rosa se adaptó a otro horario para comer y a otro régimen porque regresó a vivir con sus padres. Antonia, su madre, consume una dieta tradicional de rancho mexicano: no come frutas ni verduras, prefiriendo una alimentación basada principalmente en carne, lácteos y cereales. Juan, su padre, fue diagnosticado diabético hace 20 años, por tal motivo, tiene prohibido el consumo de alimentos azucarados. Entonces Rosa cocina respetando las dietas de sus padres, por ello, su consumo de productos cárnicos, cereales y legumbres aumentó considerablemente (R. M. Limón, entrevista personal, 2 de agosto de 2021).

Las interlocutoras no refirieron ningún cambio en cuanto a las cenas. Explicaban que son sencillas y magras, por lo regular se basan en cereal con leche, un poco de fruta o algo que haya quedado de la comida. El fin de semana, compran antojitos para cenar como tacos, quesadillas, tortas etc.

### 3.4 Los cambios en los platillos

Al examinarse los testimonios de las interlocutoras se puede concluir que los platillos cocinados se modificaron en tres etapas. La primera de marzo a julio de 2020 coincide con la primera ola del COVID. La segunda de julio de 2020 a marzo de 2021 período en la que los contagios permanecieron altos, pero las restricciones se relajaron. La tercera y última etapa de marzo de 2021 a la fecha coincide con la tercera ola del COVID.

#### 3.4.1 La primera etapa de marzo a julio de 2020

Si bien las autoridades de Iztapalapa decidieron que los mercados permanecerían abiertos, fueron muchos los locatarios del mercado de San Juanico Nextipac los que decidieron cerrar temporalmente. (Corona, 2020) Los locales de comida corrida, los puestos de antojitos y las taquerías también cerraron.

El ambiente generalizado de incertidumbre se podía notar también en la cocina. Rosa confiesa que no entendía cómo funcionaba el contagio por lo cual decidió cocinar todos sus alimentos con agua purificada. El sobreprecio era importante, pero prefería pagarlo antes que costear los gastos médicos; esta práctica se modificó en cuanto empezó a entender que el contagio era por vía aérea, fue entonces cuando volvió a usar el agua de la llave para preparar sus alimentos (R. M. Limón, entrevista personal, 2 de agosto de 2021).

Las interlocutoras cocinaron más fritos y empanizados. Irene explica que el aceite dura bastante tiempo con buen sabor y la tortillería le queda más cerca que el mercado. Guisó entonces muchos platillos fritos como enchiladas, enfrijoladas, gorditas y panes fritos. Alejandra también preparó alimentos fritos y la carne la hizo empanizada. Alejandra y Karen coinciden en que comían crema de verduras o sopa de pasta con crema y embutidos.

La comida rápida se limitó porque no confiaban en la higiene de las cadenas de *fast food* y tampoco sentían entusiasmo de recibir a los repartidores. No pasaba la mismo con los productos chatarra que se pueden comprar en las tiendas de conveniencia. Karen confiaba más en estos pues, en su opinión, el contacto humano era mínimo en la elaboración y nulo en la distribución (K. García, entrevista personal, 7 de agosto de 2021).

En suma, el cambio más significativo fue la reducción en el consumo de productos frescos como las frutas y las verduras. Su consumo nunca se abandonó, pero su presencia fue menor en número y variedad. Por ejemplo, Karen confesaba que en ocasiones prefería comprar latas de verdura o consumir el sobrante de días anteriores para no salir a comprar. Esta práctica no era común antes de la contingencia. En este mismo sentido se puede interpretar la panadería en la que se emplean frutas viejas para darles un nuevo uso, como el pan de plátano, de nueces y pasas que se acostumbró en casa de Alejandra.

Si las frutas y verduras se comieron en mayor cantidad, este consumo se sustituyó con un incremento en los cereales como el trigo, el maíz y el arroz. Si bien estos ingredientes eran comunes en la mesa de las entrevistadas, sí notaban que a la hora de la comida servían una mayor cantidad de arroz para llenar el plato o que su familia ingería más tortillas o pan de caja para saciar su apetito.

De manera similar, hubo un cambio en el consumo de carnes. Muchos platillos de la cocina mexicana se preparan con una combinación de carne con productos lácteos, como puede ser la tradicional mezcla de pollo con queso y crema; de huevo con embutidos de cerdo, la combinación de carne de res con chorizo y queso, o de distintos cortes de cerdo como cecina y chorizo. Esta costumbre cambió transitoriamente pues los productos cárnicos más usados fueron los embutidos y los productos derivados de lácteos.

#### **3.4.2 La segunda etapa de julio de 2020 a marzo de 2021**

El fin de las restricciones de la primera etapa dio paso a un abanico más grande de opciones para comer. Muchos puestos del mercado reabrieron, los ambulantes regresaron, las cocinas económicas abrieron sus puertas y los restaurantes permitieron el acceso con cupo limitado.

Las entrevistadas estiman que los puestos de antojitos y de cocina preparada fueron un alivio. Por un lado, parecían anunciar el fin de la pandemia y daban mucha tranquilidad a la familia que podía degustar sabores que extrañaban. Por el otro lado, representaron un alivio para las interlocutoras quienes confiesan el cansancio que representaba cocinar dos comidas diarias y que se les estaban acabando las ideas de platillos y de recetas que querían intentar. Puesto lo anterior, sintieron un alivio al poder degustar los pollos rostizados, los tamales, los huaraches, las tortas, los tacos de carnitas, de suadero, de barbacoa, de sesos y las papas fritas que son comunes en su localidad.

La cocina hogareña también tuvo tres cambios importantes en esta segunda etapa con respecto a la anterior. El primero de estos fue el regreso de las frutas y verduras frescas, ya fuera en ensaladas de verduras durante la etapa de calor o en aguas elaboradas con frutas, en sopas en las temporadas de lluvias o en ponches de frutas en otoño e invierno. El segundo cambio fue el incremento en el consumo de carne comprada en la carnicería y el paulatino abandono de las carnes congeladas. El último lugar, fue la reducción de los platillos fritos por otros que se elaboraban a la parrilla o a la plancha.

Es evidente que estos cambios tienen que ver con la atenuación de las restricciones al movimiento. No obstante, los testimonios reflejan también una necesidad por retomar costumbres del pasado como los menús que cambian con relación a los productos que se pueden comprar en las distintas estaciones del año. En este sentido, Irene se confesaba dispuesta a ir al mercado a comprar frutas y verduras para hacer ensaladas porque todos sus veranos se incrementa el consumo de esos productos. De la misma manera, Karen indicaba que en esa Semana Santa salió a comprar mariscos, pescado fresco y verduras porque su familia extrañaba sus famosos cócteles de camarón con sus tortas de romeritos.

### **3.4.3 La tercera etapa de marzo de 2021 a la actualidad**

La característica de esta etapa es otra vez la moderación en cuanto al menú, ahora motivada por algunos problemas económicos, ya sea por el desempleo o por la incertidumbre que causa el regreso a clases presenciales, los gastos de final de año y lo que esto implica en las economías familiares. Karen prepara carne sólo cuatro veces a la semana. El resto de los días el platillo fuerte lo prepara con cereales y leguminosas. Las verduras pasaron de ser una guarnición a ser parte del platillo principal. Los refrescos se limitan al fin de semana y entre semana se toma más agua simple o de frutas (K. García, entrevista personal, 7 de agosto de 2021).

Por otra parte, Rosa perdió su trabajo al principio de la pandemia y sus ahorros se habían terminado a principios de 2021. Ella compra su despensa con el dinero de sus padres y cocina al gusto de ellos (R. M. Limón, entrevista personal, 2 de agosto de 2021). Por último, sería importante recalcar que la preocupación por la salud de la familia empezó a ser prioritaria y como consecuencia se empezaron a eliminar algunos productos industrializados. Aunque como veremos en el siguiente apartado, el consumo de estos siguió siendo alto.

## **4. DISCUSIÓN**

La discusión de los resultados se centrará en tres tópicos importantes que se repitieron en los testimonios: la importancia del mercado en su vida cotidiana, la relación ambigua con la comida chatarra y los cambios en la tradición.

### **4.1. El mercado de San Juanico Nextipac en su vida cotidiana**

Aunque investigaciones recientes sostienen que los capitalinos compran cada día más sus insumos en los supermercados en donde adquieren principalmente productos ultra procesados, (Corona, 2021) es importante notar que todas las interlocutoras todavía prefieren caminar al mercado. Las entrevistadas explican detalladamente por qué siguen comprando en este espacio. Los precios son bajos, las frutas y las verduras están frescas, es posible encontrar productos a granel que sólo se venden en éste como mole, elotes criollos, tlacoyos, etc.

Si bien las explicaciones de las interlocutoras son racionales, también sería necesario recuperar la dimensión emotiva que tiene el mercado en su vida diaria. Irene, Rosa y Alejandra consideran al mercado como una parte determinante en su cotidianidad, es el espacio neurálgico dentro de “su rumbo”. El rumbo como categoría analítica hace referencia a la percepción que una persona tiene del espacio urbano, no se centra en una determinación administrativa o territorial, sino en el conocimiento y apego que se adquiere al caminar, al realizar actividades y al vivirlo constantemente. Es un lugar de olores, sabores, paisajes vividos y memoria emotiva (Nieto, 2018).

Todas las entrevistadas refieren ese apego emocional al espacio y una relación de amistad con los tenderos. La prueba más evidente de ello se encuentra en el testimonio de Rosa quien extraña la época en la que podía ir al



mercado sin restricciones, a veces sólo a comprar un dulce y quedarse a platicar con sus tenderas, pedir alguna receta o intercambiar algún chisme. Irene y Alejandra se expresan de manera similar sobre el mercado al mismo tiempo que enfatizan que toda su vida han vivido en este lugar lo que hace que sus recuerdos más antiguos estén relacionados también con la existencia del mercado y que incluso identifiquen algunos aspectos de su vida con momentos específicos de las obras de construcción y reparación de éste. Quizás el testimonio de Karen sale del molde puesto que el mercado es un lugar de compra y no de apego ya que ella se mudó recientemente y su concepto del espacio está permeado por el abandono reciente del lugar mencionado.

Un concepto positivo del mercado podría encontrarse en un mayor número de pobladores porque sigue siendo el punto más concurrido entre el medio día y las 2:00 de la tarde, incluso ahora que se ha construido un mini supermercado a una cuadra y una tienda de conveniencia grande a unos minutos de distancia.

#### **4.2. Una relación ambigua con la comida chatarra**

Al analizar los testimonios es posible encontrar un apego al consumo de comida chatarra en los hogares de las entrevistadas. En primer lugar, Irene, Karen y Alejandra niegan que su consumo de productos procesados haya aumentado, no obstante, al ir avanzando en la entrevista hacían referencia a la alta ingesta de esos productos que notaban en sus hijos. En segundo lugar, en algún punto de su discurso admiten la satisfacción inmediata que se siente al degustarlos.

Parece que reconocen el daño que pueden causar a largo plazo, al mismo tiempo se infiere que en estos momentos no pueden dejarlos. Irene explica que la chatarra es barata, se puede comprar rápidamente y da una sensación de saciedad inmediata, por eso le parece lógico que el consumo de chatarra haya aumentado en su casa. Aunque espera que esta ingesta se abandone paulatinamente en la medida en que su marido e hijos se reintegren a sus labores cotidianas (I. Limón, entrevista personal, 4 de agosto de 2021).

El alto consumo de alimentos chatarra puede explicarse psicológicamente. El estrés que las personas sienten por la incertidumbre que genera la pandemia, puede modificar las emociones -deseo intenso de comer-, cognitivos -pensar en comida- y fisiológicos -como aumento de la salivación-. Estos procesos provocan un cambio en el comportamiento, permiten una búsqueda intensiva de alimentos que sumado a la inmediatez del producto chatarra aumentan la necesidad de ellos (Vergara, 2020; Chicoma, 2020).

De la misma manera, si el producto chatarra proporciona satisfacción inmediata, sería posible inferir un proceso de imposición sistemática. La modernidad plantea al consumo de procesados como una alimentación apropiada e ideal. La idea se intenta naturalizar desde el mass media y la cultura hegemónica. Este proceso se hace concreto en la vida diaria del individuo con la proliferación de los supermercados, mini- supermercados y otras tiendas de conveniencia en donde se vende principalmente este tipo de productos. Es decir, la practicidad de la chatarra es una percepción mediada por el sistema económico.

Es posible concluir las interlocutoras están en un proceso complejo entre la resistencia tácita a un discurso modernizante al conservar formas de abasto y consumo tradicionales, pero al mismo tiempo están internalizando otros valores de la modernidad como el uso de alimentos empacados.

#### **4.3. Los cambios en la tradición**

A principios del siglo XX, San Juanico Nextipac era un pueblo rodeado de agua, pues se encontraba al pie del canal de La Viga y el canal de Churubusco, entonces la cocina del lugar aprovechaba los recursos de la actividad pesquera. Tómese como ejemplo el testimonio de Antonio Ramírez González, vecindado en del pueblo que

relata con nostalgia sus recuerdos de la niñez: “había una tradición que era la del chirmole, un guisado como el pipián, pero con puro pescado chiquito, [...] echábamos la red y soltábamos a los grandes” (Calderón, 2020, p. 53). Otros vecinos recuerdan recetas con pato, con rana y con mosquitos. De igual manera, en el pueblo se sembraba maíz, frijol, chile, chayote y calabazas.

En ese entonces la cocina de San Juanico estaba en estrecha relación con el medio ambiente, se sembraba, se pescaba y se obtenían la mayoría de los insumos de manera autárquica. O en su defecto se compraban insumos en los alrededores del mercado y en el tianguis que se ponía afuera de éste. La cocina era local, es decir, lo que se consumía estaba en relación estrecha con la economía del lugar. Incluso en un espacio como la ciudad de México podían existir distintas tradiciones culinarias al haber distintos microclimas con productos agrícolas disímiles.

Al preguntar a las interlocutoras si todavía preparaban estas recetas locales, todas respondieron que nunca han intentado prepararlas. Irene y Rosa mencionaron que los ingredientes mismos crearían sabores fuertes y poco apetecibles. En este sentido, Rosa mencionaba que prefiere la sensación cremosa de los alimentos cocinados con mantequilla, queso y crema. (R. M. Limón, entrevista personal, 2 de agosto de 2021). De manera similar, Alejandra está acostumbrada a sabores dulces que se obtienen a través de la pastelería y otros productos cremosos (A. Carmona, entrevista personal, 29 de julio de 2021). Entre las entrevistadas ya no existe interés en la culinaria local de San Juanico ¿cómo se perdió esta tradición?

A mediados del siglo XX la cocina local de San Juanico sufrió un primer cambio. En 1940 se creó el discurso identitario de la cocina mexicana que impone la idea de que debe existir una comunión entre todos los mexicanos basada en el consumo de los mismos platillos. La cocina mexicana implica a nivel culinario el uso de cultivos tradicionales como el maíz, el chile y el frijol; el gradual abandono de otras proteínas para adoptarse el consumo del pollo y lácteos y la estandarización de los sabores al preferirse la combinación de cebolla con jitomate (Juárez, 2008; Pilcher, 1998).

La idea de la cocina mexicana conlleva una violencia simbólica que se ejerce en contra de otras cocinas locales que no cumplen con estos nuevos cánones culinarios. Fue un esfuerzo desde varios sectores lo que terminó por naturalizar la idea de la cocina mexicana: las autoridades y otros folcloristas propagaron el discurso del nacionalismo culinario, los recetarios incluyeron secciones especializadas, Josefina Velázquez de León, una famosa cocinera, daba clases en las que enseñaba a las amas de casa a cocinar a la mexicana y se creó la oferta y la demanda de nuevos productos como el pollo, la crema y el queso fresco (Pedroza, 2016).

La estocada final a la cocina local de San Juanico ocurrió a finales de la década de 1950 cuando se iniciaron las obras para intubar río Churubusco y La Viga, proceso que terminó con la economía lacustre de la zona y con el uso que se daba a estos recursos en la cocina local.

Todas las entrevistadas replican las preparaciones de la cocina mexicana con pequeñas variaciones. Rosa María, Alejandra y Karen las siguen más al pie de la letra, muchos de sus platillos tienen como base el maíz, el frijol, chile, cebolla y jitomate. Enlistaban también preparaciones como tacos, quesadillas, enfrijoladas, enchiladas y moles. Irene prepara esos alimentos cotidianamente, pero eliminó el uso de productos lácteos como la crema y el queso porque sus hijos tienen intolerancia a la lactosa (I. Limón, entrevista personal, 4 de agosto de 2021).

Si bien todas ellas replican el nacionalismo culinario, en sus testimonios se puede deducir que se apartan del mismo en momentos específicos, que disfrutaban cocinando y degustando platillos de otras culturas. Rosa comparte su método para hacer espagueti a la boloñesa; en su testimonio, Karen hablaba de lo mucho que disfrutaba comer una hamburguesa, Alejandra presume que sus hijos prepararon ramen con una receta coreana que encontraron en línea e Irene hablaba de las ventajas de una dieta vegana y sus preparaciones.

Aunque parece paradójico esta idea de conservar y modificar la tradición al mismo tiempo, en realidad tiene una razón de ser. Los cambios que se hacen a una tradición a nivel individual pueden interpretarse como una táctica: una forma que tiene el individuo de seleccionar, de un repertorio establecido -como la cocina mexicana-, qué es lo que puede reproducir en pequeña escala, cómo combinarlo y cómo adaptarlo, sin trastocarlo en lo sustantivo. Las tácticas no son improvisaciones sino decisiones reflexionadas y meditadas que realizan los individuos sobre su praxis cotidiana (Burke, 2006).

Los testimonios son clara prueba del funcionamiento de la táctica a nivel individual. En el caso de Irene quien decidió eliminar productos lácteos lo hizo para conservar el consumo de las preparaciones sin provocar inconvenientes de salud en su familia. En el ejemplo de Alejandra es posible notar que se puede inculcar interés por la cocina en los niños a través de los platillos que ven en sus programas de televisión y en redes sociales. Estos procesos no se hacen como una crítica a un sistema, sino como una forma de adaptación.

## 5. CONCLUSIÓN

Antes de iniciar con la reflexión final, sería buena idea mencionar un límite de la presente investigación. Se entrevistaron a cuatro personas, el muestreo es pequeño, por lo tanto, los resultados no deben generalizarse ni sacarse de proporción.

Sin embargo, se puede hacer una reflexión sobre la temática al comparar lo que se conservó y lo que cambió con la pandemia como se verá a continuación.

El abasto fue mayoritariamente en mercados, tianguis y puestos ambulantes. Aunque las entrevistadas refieren que esa costumbre ya existía antes de la pandemia, su convicción se reforzó durante esta contingencia porque estaban convencidas de que consumir productos frescos era mejor y para evitar el ambiente cerrado de un supermercado.

El análisis de los testimonios evidencia que siguen siendo las mujeres las que hacen la mayoría del trabajo cotidiano de comprar insumos, limpiarlos y cocinarlos dentro de estos hogares. Por lo regular, su trabajo está normalizado a tal grado que pocas veces se reconoce y son pocas las veces que les agradecen su labor. El trabajo masculino existe en momentos específicos como asistentes en el abasto, es decir, acompañan a sus esposas y cargan las compras; o como asistentes en al buscar recetas en línea o dar ideas para los platillos. Una excepción podría ser Aarón quien aprendió a cocinar cuando asistía a su madre, Alejandra, en la preparación de algunos platillos sencillos y que en la actualidad hornea o prepara algunos platillos en fin de semana.

La convivencia familiar en la mesa no fue mayor ni menor solamente tuvo otro ritmo. Las entrevistadas tenían la idea de que iban a convivir con su familia en las comidas sin las prisas de desplazarse a otros lugares. Sin embargo, eso no ocurrió así, los desayunos familiares desaparecieron rápido porque los niños se despertaban poco antes del inicio de sus clases y comían solos frente a la computadora. En los hogares constituidos tampoco pudieron coordinar sus horarios para incrementar el número de comidas familiares. En suma, lo más común fue tener una comida familiar por día, lo que ya era lo común antes de la pandemia.

Las adaptaciones que solamente estuvieron vigentes durante el periodo de mayor restricción al movimiento fueron la preponderancia de los productos elaborados con cereales, los alimentos fritos y las carnes empanizadas. Una vez que se levantaron las restricciones se regresó a una comida más balanceada en la que la porción de cereales fue menor, los alimentos cocidos aumentaron y las carnes se hicieron a la plancha.

Los cambios que se evidenciaron durante la pandemia y que permanecen fueron el alejamiento de las recetas nacionales. Aunque los platillos de la cocina mexicana se han conservado al mismo tiempo se han hecho adecuaciones a nivel familiar con el objetivo de cocinar de manera saludable no como un gesto iconoclasta en contra de la idea de la cocina nacional. Un ejemplo sustituir la combinación de pollo con crema y queso por embutidos como jamón o salchichas en las enchiladas, quitarles completamente los productos lácteos a estas preparaciones o sustituir el aceite de cártamo por aceite de aguacate para reducir el consumo de grasas dañinas.

De manera simultánea, las entrevistadas están dispuestas a adoptar ingredientes, platillos e ideas de otras cocinas internacionales, cambios que en muchas ocasiones pueden estar influenciados por la curiosidad de sus hijos.

También en el rasgo de las permanencias, se puede encontrar ese gusto por los productos ultraprocesados, azucarados y la permanencia de la panadería o pastelería en las vidas cotidianas. Aunque el consumo en casa de Karen y Alejandra de esos alimentos inició antes de la pandemia, su consumo no ha bajado, sino que ha permanecido. Un claro ejemplo de lo anterior es el caso de Alejandra quien abrió un negocio de pastelería y ha vendido bastante, quizás una prueba más de que en más hogares se ha mantenido ese gusto por los postres a pesar de las posibles consecuencias negativas a largo plazo.

Es más, en los hogares de Irene y Rosa que están constituidos por adultos ha continuado esa tendencia de consumo elevado de postres, aunque los miembros de estas familias tienen enfermedades crónicas degenerativas que desarrollaron como consecuencia de una mala alimentación.

Es importante ahora recalcar que las conclusiones solamente pueden proyectarse a una escala pequeña y que, si se desea estudiar estos cambios a mayor escala, será necesario salir de este espacio, recabar más testimonios y cotejar la información. Solo así se podrá matizar o discutir lo encontrado hasta el momento.

## 6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Burke, P. (2008). *What is Cultural History?* United Kingdom: Polity.
- Calderón, A. et. al. (2020). *Memoria histórica de San Juanico Nextipac*. México, Secretaría de Cultura.
- Chicoma, J. L. (2020). “¿Cómo el coronavirus afecta lo que comemos?”. Obtenido el 25 de julio 2022, de: <https://www.animalpolitico.com/blog-visitado/como-el-coronavirus-afecta-lo-que-comemos/>
- Corona, S. (2020). “Cierran 450 mercados y tianguis en seis alcaldías por Coronavirus”. Obtenido el 25 de julio de 2022, de <https://www.eluniversal.com.mx/metropoli/cierran-450-mercados-y-tianguis-en-seis-alcaldias-por-coronavirus>.
- Corona de la Peña, L. E. y Vega L. (2021). *Alimentación y COVID-19. Reflexiones preliminares para la Ciudad de México*. En Laura Elena Corona de la Peña y Luis Miguel Morayta Mendoza coords, *Miradas históricas y antropológicas sobre la pandemia*, México: INAH.
- Delgadillo, V. (2020). “La COVID-19 golpea a los mercados de abasto en la Ciudad de México.” Obtenido el 25 de julio de 2022, de [https://elpais.com/elpais/2020/05/19/seres\\_urbanos/1589871781\\_940994.html](https://elpais.com/elpais/2020/05/19/seres_urbanos/1589871781_940994.html)
- Garza, R. M. (2011). *La vida ceremonial como patrimonio vivo en Iztapalapa, pueblo originario de la ciudad de México, Comida, cultura y modernidad en México. Perspectivas antropológicas e históricas*. México, INAH.
- Giard, L. (1998). *Doing- Cooking. The Practice of Everyday Life*. University of Minnesota Press.

- Juárez, J. L. (2008). *Nacionalismo culinario. La cocina mexicana del siglo XX*. México, CNCA.
- Nieto, M. (2018). *El populoso barrio de Santo Tomás Las Palmas y sus transformaciones urbanas en las primeras décadas del siglo XX* [Tesis de maestría, Instituto de Investigaciones Dr. José María Luis Mora].
- Pedroza, O. (2016). *Recetas para una nación. Construcción de la cocina mexicana a partir del nacionalismo cultural posrevolucionario (1930- 1940)*. [Tesis de maestría, Instituto de Investigaciones Dr. José María Luis Mora].
- Pilcher, J. M. (1998). *¡Que vivan los tamales! Food and the Making of Mexican Identity*. University of New México Press.
- Secretaría de Salud. (2020). "Jornada Nacional de Sana Distancia". Obtenido el 25 de julio de 2022, de [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/541687/Jornada\\_Nacional\\_de\\_Sana\\_Distancia.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/541687/Jornada_Nacional_de_Sana_Distancia.pdf)
- Vega, L. (2021). Etnografía visual de la alimentación y el abasto familiar durante la contingencia en la Ciudad de México. *Narrativas antropológicas*, 44, 48- 59.
- Vergara, A. (2020). Cambios en el comportamiento alimentario en la era COVID-19. *Revista Latinoamericana de Investigación Social*, 3, (1): 27-30.
- Wolfson, J. A. (2021). Gender differences in global estimates of cooking frequency prior to Covid-19. *Apetite*, 161: pp. 105- 117.