

Estudios Sociales

Revista de Alimentación Contemporánea y Desarrollo Regional

Volumen 35, Número 66. Julio - Diciembre 2025

Revista Electrónica. ISSN: 2395-9169

Artículo

Cambios y permanencias de hábitos alimentarios
y valores en mujeres indígenas emigradas a Monterrey

Changes and Continuities in Food Habits
and values among indigenous women migrating to Monterrey

DOI: <https://doi.org/10.24836/es.v35i66.1663e251662>

Juan Antonio Doncel-de la Colina*

<https://orcid.org/0000-0002-7779-027X>

juan.doncel@u-erre.edu.mx

Natalia Sofía Salazar-Marioni*

<https://orcid.org/0009-0005-1748-1036>

marionisofia.4@gmail.com

Nathalia Monserrat Castañeda-Bañuelos*

<https://orcid.org/0009-0008-6891-5203>

castba23@gmail.com

Fecha de recepción: 02 de junio de 2025.

Fecha de aceptación: 17 de septiembre de 2025.

*Centro de Estudios Interculturales del Noreste.

Universidad Regiomontana, México.

Autor para correspondencia: Juan Antonio Doncel-de la Colina.

Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo, A. C.
Hermosillo, Sonora, México.



Resumen

Objetivo: analizar cómo los procesos de transición alimentaria de migrantes de origen indígena en el Área Metropolitana de Monterrey alteran sus dinámicas de socialización articuladas en torno a la preparación y consumo de los alimentos y cómo afectan a los valores soterrados bajo estas prácticas. **Metodología:** cualitativa, con entrevistas en profundidad a No se indica clave y a 10 mujeres inmigradas al AMM, indígenas y madres. **Resultados:** identificamos los problemas de alimentación y de salud en las comunidades de origen y en la sociedad de acogida y analizamos la relación entre migración, prácticas alimentarias y cohesión grupal. **Limitaciones:** imposibilidad de realizar observación participante o historias de vida y la baja representación de mujeres *teenek* (segunda etnia más numerosa en el estado) y de asentamiento disperso. **Conclusiones:** las condiciones de vida de la ciudad alteran las dinámicas de interacción social, pero también hay prácticas de resistencia y adaptación: hay consumo excesivo de alimentos industriales por las obligaciones laborales y la dificultad para obtener alimentos, pero también se implementan estrategias para reproducir sus tradiciones culinarias y conectar con sus antiguas formas de vida social y esquemas de valores estrechamente interconectados con el medio natural originario; hay pérdida de formas de organización social propias de ámbitos rurales, pero también un esfuerzo por mantener valores asociados a ellas (cohesión familiar, jerarquía social, cooperación, bien común...).

Palabras clave: alimentación contemporánea, migrante, indígena, alimentación, valores, Monterrey.

Abstract

Objective: To analyze the food transition processes of indigenous migrants in the Monterrey Metropolitan Area, the alteration of socialization dynamics articulated around food preparation and consumption, and the identification of values sustaining these practices. **Methodology:** Qualitative, involving in-depth interviews with key informants and 10 indigenous, immigrant mothers in the Monterrey Metropolitan Area. **Results:** We identified nutritional and health problems in both their communities of origin and the host society, and analyzed the relationship between migration, dietary practices, and group cohesion. **Limitations:** The inability to conduct participant observation or life histories, and the low representation of Teenek women (the second most numerous ethnic groups in the state) and those from dispersed settlements. **Conclusions:** Urban living conditions alter social interaction dynamics, but they also give rise to practices of resistance and adaptation. We observed excessive consumption of industrial foods due to work obligations and difficulty in obtaining traditional foods. However, strategies are also implemented to reproduce their culinary traditions and connect with their former forms of social life and value systems, which are closely interconnected with their original natural environment. While there's a loss of social organization typical of rural settings, there's also an effort to maintain associated values (family cohesion, social hierarchy, cooperation, common good, etc.).

Keywords: contemporary food, migrant, indigenous, food, values, Monterrey.

Introducción

La migración interna, de carácter rural e indígena, al estado mexicano de Nuevo León, desde los años noventa (Durin, 2003) y hasta el momento presente, ha venido creciendo de manera constante. La población migrante e indígena es atraída al Área Metropolitana de Monterrey (AMM), principalmente por las numerosas y prometedoras oportunidades educativas y laborales que ofrece, oportunidades de empleo que, en principio, eran principalmente de carácter informal (Granados y Quezada, 2018), pero que actualmente ya presentan un alto porcentaje de formalidad. Así, allí donde históricamente había prácticamente desaparecido la presencia de pobladores originarios y tras convertirse sostenidamente en uno de los estados que en mayor proporción reciben migración indígena (Grace, 2016), encontramos que en el último Censo de Población y Vivienda se le otorga un peso demográfico relativo respecto a la población total del estado del 7.9%; esto considerando a aquellos que se autoadscriben, total o parcialmente, como indígena (INEGI, 2020).

Este importante sector poblacional, inmigrantes indígenas de primera o de segunda generación, procede de comunidades con cosmovisiones y prácticas alimentarias diversas y, sobre todo, muy distantes cualitativamente de los hábitos que imponen las dinámicas propias de una urbe como el AMM. En este sentido, la cuestión de la alimentación de los pueblos originarios de México ha recibido notable atención desde múltiples disciplinas y áreas de conocimiento, habiéndose estudiado desde su dimensión ritual, los problemas de desnutrición y las políticas de salud pública derivadas, desde su conceptualización como patrimonio cultural y como marcadores identitarios, los procesos históricos de cambio de estas formas de alimentación, etc. (Martínez y Alatorre, 2023). No obstante, todavía son incipientes los estudios que se preocupan por analizar y comprender los procesos transicionales en los

hábitos, formas y sentidos alimenticios de las cada vez más numerosas familias de origen indígena asentadas en áreas urbanas.

Particularmente, en América Latina López, Juárez y Medina destacan un campo de estudio que aquí nos importa de manera especial, el que se refiere a los valores tras la comida y su potencial simbólico, así como su poder de significar en la sociedad y de articular tipologías sociales (López et al., 2016). Estos mismos autores exponen que en nuestra región los estudios que vinculan migración y alimentación se han enfocado mayormente en la emigración internacional, sobre todo a Estados Unidos y a Canadá.

Respecto a la atención que se ha prestado a la alimentación de los pueblos originarios y las transformaciones históricas que esta ha sufrido, se han priorizado los estudios que analizan estos cambios en el seno de sus propias comunidades. Tal es el caso, en los últimos tiempos, de los trabajos de Juárez y Conde (2019) quienes analizan los procesos y transiciones alimentarias y nutricionales de la población maya, *ch'orti'* del oriente de Guatemala, considerando especialmente el peso de la introducción de comidas procesada y bebidas azucaradas, así como el valor simbólico de estas como elementos de distinción social; de Gutiérrez y Magaña (2017) sobre los efectos de la migración e influencia urbana, de nuevo, sobre las formas en las que en dos comunidades mayas adquieren y consumen productos alimenticios, esta vez con una metodología cuantitativa; o de Katz (2014) el impacto de la emigración, con la introducción de ultraprocesados y el consecuente desarrollo de obesidad y diabetes, en la alimentación de los que viven en los pueblos de la Mixteca Alta Oaxaqueña; aunque la autora incluye también, someramente, la otra cara de la moneda: los alimentos extrañados entre los emigrados a la ciudad, contrastando los que emigran a Ciudad de México con los que lo hacen a ciudades de Estados Unidos.

Sí, existen muchos artículos acerca de los cambios alimentarios (y problemáticas asociadas a la introducción de la industria alimentaria global) en comunidades indígenas (aun considerando el fenómeno migratorio como esencial factor explicativo del cambio); pero los estudios que en los últimos años se han centrado en los procesos de transición alimentaria en contextos urbanos son más escasos. Entre ellos se cuenta, por ejemplo, el de Yagüe (2014), centrado en analizar las estrategias de indígenas urbanos de Leticia (Colombia) para obtener aquellos alimentos considerados por ellos como tradicionales y que no son accesibles en la ciudad. Concretamente, la autora da cuenta de cómo las redes de intercambios de alimentos que han desarrollado fungen como tejedoras de alianzas y constructoras de relaciones sociales y de género. Así, su proceso de adaptación no se limita a la recuperación de ciertos nutrientes y tradiciones, sino que también transforman el entorno y sus condiciones de sociabilidad; de modo tal que “se puede volver amigable un entorno aparentemente desfavorable, y al hacerlo a través de la comida, se podría decir que los indígenas urbanos de Leticia alimentan y ‘hacen comestible’ la ciudad” (Yagüe, 2014, p. 162).

En este tenor y en lo que a nuestro interés atañe, este se circunscribe al campo de estudio señalado por López, Juárez y Medina: “los valores de la comida para significar sociedad” (López et al., 2016, p. 328), el cual consideraremos de forma transversal con el referido a la migración. En esta misma línea, continuó Bertran su trabajo, pero abandonando el eje migratorio indígena que había abordado en los primeros años del presente siglo, pues pasó a analizar hábitos y significaciones de la alimentación en Ciudad de México, contrastándolos según estrato socioeconómico (Bertran, 2016).

Martínez y Alatorre (2023) inciden en el proceso adaptativo a las dinámicas urbanas (y a la exposición a alimentos altamente procesados) de indígenas nahuas emigrados de un contexto rural a la ciudad de León (Guanajuato). Estos autores detectan en su trabajo

valoraciones diferenciadas en atención al grupo etario, así como la alteración que implica en su preparación la actividad laboral en un contexto citadino. En cuanto a Leonides (2020), su trabajo se circunscribe al municipio de Nezahualcóyotl, en la zona conurbada de la Ciudad de México y la migración de diferentes orígenes étnicos que se asentaron hace más de 50 años.

En este último caso, el autor dirige su atención hacia familias de origen nahua de Guerrero y a familias otomíes de Hidalgo, analizando no solo sus cambios alimentarios, sino también los medios de transmisión y memoria entre generaciones de los saberes culinarios en un contexto de migración, así como las interrupciones en dicha transmisión. De ello derivan alteraciones significativas en la regulación de relaciones de parentesco, así como la asignación tradicional de roles de género a través de la gestión, manipulación, preparación, y consumo de alimentos. Leonides observa también lugares comunes con algunos de los estudios señalados anteriormente, como es la constitución de tejido social a través de redes de intercambio material e inmaterial (Yagüe, 2014). En suma, Leonides se interesa por la función de reproducción y mantenimiento cultural que tiene la práctica social que gira en torno a todo el proceso de obtención, preparación y consumo de los alimentos, especialmente a través de la comensalia festiva, celebrativa y/o ceremonial, más que a través de la alimentación cotidiana, la cual es transformada más radicalmente en el nuevo entorno.

Pero el trabajo más sólido y más reciente sobre esta temática se ha llevado a cabo, precisamente, en la misma ciudad en la que circunscribimos nuestro estudio. A partir de la tesis doctoral presentada en la Universidad Autónoma de Nuevo León y titulada Prácticas alimentarias de la población indígena migrante del Área Metropolitana de Monterrey, N. L. (Gaspar, 2023), la autora también ha publicado dos artículos (Gaspar y Meza, 2024; Román

y Gaspar, 2022) que inician en nuestro estado una prometedora línea de investigación sobre esta problemática.

El caso mencionado no constituye el único esfuerzo realizado en ese sentido desde la Universidad Autónoma de Nuevo León, pues en la Facultad de Salud Pública y Nutrición fueron defendidas cuatro tesis de Maestría en Ciencias en Salud Pública. Las tesis abordaron, desde enfoques metodológicos mayormente cuantitativos (aunque dos de las tesis fueron complementadas cualitativamente), el problema de la obesidad y diabetes en población indígena, ello en contraste con la “no indígena” del AMM (Tovar, 2018); la alimentación de menores de dos años de origen indígena y emigrados al AMM (Gutiérrez, 2017); patrones de consumo alimentario y percepción de seguridad alimentaria en población indígena migrante del AMM (López, 2018); determinantes sociales y necesidades de salud insatisfechas con el foco puesto en la priorización de la atención en hogares migrantes indígenas y no indígenas (Esqueda, 2018).

En lo que a nuestro campo (inter)disciplinar atañe, la tesis de Gaspar (2023) analiza, desde la teoría de la acción comunicativa de Habermas, el papel que juegan el Estado, la Economía y los agentes sociales en la transmisión y *colonización* de saberes y prácticas alimentarias tradicionales (*mundo de la vida*) incluyendo, entre estas últimas comensalidad, modos de preparación y de obtención de alimentos, así como las representaciones sociales de los mismos en un grupo de mujeres de origen indígena e inmigradas al AMM. Algunos de los principales hallazgos de esta tesis fueron publicados en formato de artículo (Román y Gaspar, 2022) y, con posterioridad a ello, la autora analizó cómo estas mismas mujeres valorizan su alimentación tradicional, sus saberes y las estrategias implementadas para mantenerlos. Aquí, Gaspar y Meza identifican prácticas de resistencia frente a las dinámicas de vida ciudadinas, y al temor al rechazo social en la sociedad de acogida, para el

mantenimiento de estas formas de alimentación originarias, con las que establecen vínculos afectivos, simbólicos e identitarios (Gaspar y Meza, 2024).

Los resultados que presentamos en este artículo en varios sentidos dan continuidad al trabajo de Gaspar. Con una similar estrategia metodológica, proponemos ahora el objetivo de analizar cómo los procesos de transición alimentaria de migrantes de origen indígena en el AMM alteran sus dinámicas de socialización articuladas en torno a la preparación y consumo de los alimentos y cómo, en consecuencia, son afectados los valores que sostienen tales prácticas y que permean el tránsito migratorio o que se pierden en el camino.

Con ello, ofrecemos una mirada complementaria a la de Gaspar, centrada en las prácticas de resistencia y de colonización de la alimentación tradicional. Ahora nos fijamos más en las consecuencias éticas de las nuevas dinámicas de socialización que impone la lógica de vida y actividad económica propias de una gran ciudad como Monterrey, así como en las necesarias adaptaciones que exige en los planos familiar y comunitario. Es por ello que, más que ahondar conceptualmente en términos como saberes culinarios, cosmovisiones y conocimiento ancestral, los cuales remiten a un análisis más orientado al continuismo, a la agencia y a la resistencia, nos servimos de conceptos que aluden a la adaptación de jerarquías de valores altamente contrastantes y de procesos de disolución identitaria o, cuando menos, de debilitamiento de la cohesión social, grupal y familiar.

Por otra parte, Gaspar fundamenta teóricamente su propuesta investigativa en la teoría de la acción comunicativa, pero nuestro planteamiento se sostiene mayormente sobre los postulados del interaccionismo simbólico iniciado por Mead y del paradigma interpretativo (Berger y Luckmann, 2003). Si bien todos ellos (Habermas, Mead, Goffman, Berger y Luckmann...) priorizan para la explicación de la realidad social el análisis de la interacción, del lenguaje y del sentido dado por los sujetos a esta realidad a través de los procesos de

comunicación e intersubjetividad, aquí omitimos la atención que pone Gaspar, a través de Habermas, en el rol que desempeñan las grandes instituciones de nuestras modernas sociedades. Dado que nuestra mirada se posiciona a ras de suelo, con un enfoque eminentemente microsociológico e intersubjetivo, consideramos más adecuado partir de un marco interpretativo y constructivista que ponga el foco en la acción social y comunicativa y el entretrejimiento de significados compartidos que se produce en la cotidianidad de las mujeres inmigradas y de origen indígena que componen nuestra muestra.

Con ello, nos sumamos y diversificamos el impulso de esta línea de trabajo que desde la academia se está dando en la entidad, quizás inspirado por el inusual crecimiento poblacional de origen indígena al que aludíamos al inicio de esta introducción, y que ha venido acompañado de un creciente interés general, tanto científico, como político y social, hacia este sector poblacional, contrarrestando con ello los marcados procesos de invisibilización de la migración de origen indígena que documentamos en el estado anteriormente (Olvera et al., 2014).

Metodología

El planteamiento metodológico de la investigación fue enteramente cualitativo. Fue diseñado y ejecutado en dos etapas de trabajo de campo claramente diferenciadas. En un primer momento, se llevó a cabo la etapa de carácter exploratorio, en la cual se realizaron entrevistas en profundidad a tres actores clave: 1) la presidenta de una asociación civil radicada en el AMM y que trabaja por los derechos de la población indígena de la entidad, con especial atención a las mujeres; dado que ella también es inmigrante de origen indígena será identificada como “presidenta indígena de asociación civil”; 2) la presidenta de una asociación civil similar a la anterior, pero que no es indígena y sí nativa de Monterrey, por

lo que será identificada como “presidenta no indígena de asociación civil”; 3) un médico e inmigrante de origen indígena entre cuyos pacientes hay un porcentaje importante de personas también indígenas; será identificado como “médico de origen indígena”.

El guion aplicado en esta primera etapa se compuso de preguntas muy genéricas acerca de problemas de alimentación generalizados entre la población indígena de la entidad; obstáculos para la solución de estos problemas; posible relevancia del tipo de asentamiento, condiciones económicas, nivel educativo...; papel de la familia y la comunidad en los procesos de educación alimentaria; cambios en hábitos y prácticas alimenticias que detectan; procesos de adaptación al medio urbano y principales agentes socializadores que proveen de información al respecto; implicaciones de estos cambios en la vida familiar y comunitaria, en la salud y en la identidad cultural; cambios en las representaciones sociales de alimentos y cuerpos saludables; diferencias en hábitos y valoraciones de prácticas y consumos alimenticios entre generaciones (primera y segunda generación de migrantes).

A partir de la información recabada en esta etapa exploratoria, se tomaron las decisiones pertinentes para iniciar la segunda etapa, esto es, la realización del trabajo de campo y de las entrevistas a las sujetas de estudio. Para ello, previamente se siguieron varios pasos: 1) delimitación del universo de estudio; 2) establecimiento de los criterios para la selección de la muestra, siguiendo la pauta marcada por Doncel (2022a), para la selección, descripción y justificación de criterios de la muestra con potencial explicativo; 3) elaboración de un nuevo guion de entrevista, articulando las preguntas del mismo en torno a cuatro ejes temáticos: experiencia en la comunidad de origen, experiencia en la sociedad de acogida, maternidad y, finalmente, descripción y valoración del proceso de transición.

Para la delimitación del universo establecimos que todos los sujetos debían ser: 1) mujeres, en atención a los roles de género tradicionales que vinculan a la mujer

inequívocamente con la responsabilidad de la alimentación de la familia; 2) madres, lo que implica tener una familia propia de cuya alimentación es la principal responsable; 3) autoadscritas a un grupo étnico mexicano, aunque no hablen la lengua correspondiente; 4) que hayan emigrado al AMM y que hayan residido aquí un mínimo de cinco años de manera ininterrumpida, para así asegurar que han tenido un proceso de aculturación en la sociedad de acogida suficiente que nos permita identificar los cambios adaptativos en sus hábitos y prácticas alimentarias.

En cuanto a los criterios para la selección de la muestra, se consideró deseable que en la misma hubiese variedad en lo que se refiere a: 1) edades, o momentos de la vida, si se prefiere; 2) tiempo de asentamiento en el AMM, para contrastar diferentes grados de asimilación cultural; 3) comunidades de origen, pues, además de las diferentes tradiciones, estructuras y dinámicas sociales que allí existen, hay quienes al proceder de una misma comunidad parten de un capital social compartido que forma parte de las lógicas adaptativas de la migración; 4) lugar de residencia y tipo de asentamiento, criterio muy vinculado con el anterior, pues también suponen un factor explicativo relevante las diferentes formas de residencia en el AMM que identifica Tello (2013), congregada, aislada o dispersa, principalmente por las redes de solidaridad intracomunitaria y apoyo institucional presentes o ausentes según el caso; 5) etnia de adscripción, con diferentes cosmovisiones y tradiciones culinarias; 6) estado civil y número de hijos, para observar hogares con composiciones y necesidades diversas; 7) nivel de estudios, para explorar el potencial factor explicativo de esta variable; 8) ocupación principal, por la influencia directa que esta tiene en la toma de decisiones y hábitos respecto a las prácticas alimentarias.

Así, resultado de la aplicación de estos criterios, se entrevistó a una muestra de 10 mujeres con variedad de edades (entre 26 y 47), tiempos de residencia en el AMM (entre 6 y

30 años), estados civiles (casadas y en unión libre), números de hijos (entre 1 y 6), niveles de estudio (desde “sin estudios” hasta con preparatoria) y ocupaciones (amas de casa, trabajadoras del hogar, vendedoras ambulantes de artesanías, promotora cultural y trabajadora altamente precarizada).

Respecto a la etnia, comunidad de origen y modo de residencia, la relación entre estas variables es estrecha, pues el trabajo de campo se centró en dos comunidades urbanas: una, Héctor Caballero, muy consolidada y caracterizada por su alto grado de organización y acceso a servicios públicos (Doncel et al., 2022b), además de mantener una homogeneidad étnica, son mixtecos, y haberse constituido a partir de una coincidencia entre sus habitantes de comunidades de origen. Otra comunidad, Montebello, caracterizada por su precariedad, articulación social incipiente y heterogeneidad multiétnica. Adicionalmente, se entrevistó a dos mujeres de origen indígena, pero que no viven en una comunidad indígena urbana, sino dispersas y rodeadas de vecinos y vecinas que no son indígenas.

El trabajo de campo fue llevado a cabo enteramente por las coautoras de este capítulo, habiendo considerado que la coincidencia de género entre entrevistadora y entrevistada era condición necesaria para lograr generar el clima de confianza que permitiese acceder a experiencias que mayormente se circunscriben a la esfera de la vida privada y doméstica de las entrevistadas. La precaución metodológica señalada debe ser observada con mayor razón si tomamos en cuenta que todas las entrevistas fueron realizadas en los hogares de las mujeres o en el entorno comunitario más cercano. En este sentido, aunque no se aplicó la técnica de la observación de manera sistemática, sí se pudo complementar la información obtenida en las entrevistas con anotaciones sobre el terreno, tanto de los espacios domésticos como de los comunitarios, además de que sí se acudió de manera esporádica a eventos sociales que involucraron a buena parte de sus residentes.

Todas las entrevistas fueron grabadas en audio, para lo cual en todos los casos se solicitó el correspondiente permiso y consentimiento informado, asegurando el anonimato y la confidencialidad de la información proporcionada. Para la preservación de este anonimato en este artículo se ha asignado un nombre ficticio a cada una de las mujeres entrevistadas, agregando alguna característica de las consideradas entre los criterios para la selección de la muestra cuando hemos considerado que el dato pudiera ayudar a localizar y contextualizar el lugar de enunciación de ciertas narrativas.

Finalmente, las grabaciones fueron transcritas, tras lo que se llevó a cabo su tratamiento y categorización guiada por una matriz de categorías emergentes, las cuales se derivaron tanto de las entrevistas de la etapa exploratoria como de las realizadas durante el trabajo de campo de la segunda etapa. Para este proceso no se utilizó ningún *software* de análisis de datos cualitativos, pero sí se siguieron los lineamientos expuestos por Doncel (2022a).

Resultados

Principales problemas de salud derivados de la alimentación en las comunidades de origen y en la sociedad de acogida

Entre las entrevistas realizadas durante nuestro trabajo de campo destaca cómo la alimentación en las comunidades originarias está determinada por los ciclos estacionales y por la producción del campo. El condicionamiento exige la institucionalización del trabajo cooperativo, el cual se entreteje, de forma inseparable, con la celebración comunitaria (presidenta no indígena de asociación civil). Por otra parte, para la obtención de alimentos y nutrientes no surtidos por el cultivo para las cotidianas necesidades de autoconsumo, de la unidad doméstica, juegan un papel importante las prácticas de trueque entre vecinos (presidenta indígena de asociación civil). Tales tipos de prácticas, que cumplen una función

cohesionadora y generadora de vínculos comunitarios, serán abandonados de forma masiva tras la migración, en los nuevos contextos urbanos. Igualmente, destaca la función cohesionadora, tanto familiar como comunitaria, de la calidad, lógica y frecuencia de los momentos de comensalidad, estando estos marcados absolutamente por la lógica del trabajo en el campo. En ese sentido, lo común es comer únicamente dos veces al día, no como en la ciudad, “que se come todo el tiempo” (presidenta indígena de asociación civil), una vez al levantarse y antes de empezar la jornada y otra vez, en la tarde-noche, al regresar los hombres del trabajo en el campo.

Las entrevistadas presentan un cuadro de hábitos alimentarios en sus comunidades de origen de carácter muy orgánico —tanto físico como social—, presentando la ventaja para la salud de consumir productos naturales, libres de herbicidas, químicos, transgénicos... No obstante, tras analizar estas entrevistas, podemos apreciar cómo se impone la problemática de la precariedad alimentaria, llegando a señalarse situaciones de hambre y desnutrición severa, lo que hace de la emigración no una opción de vida, sino una decisión de supervivencia. Esto es debido, entre otros factores, a la dificultad para obtener todos aquellos productos de primera necesidad que requieren un desembolso monetario (y en muchas ocasiones el gasto adicional del traslado al alejado punto de venta).

Dada su relación con las motivaciones para la emigración, es importante señalar el hecho de que las actividades económicas predominantes en estos contextos no conllevan una remuneración pecuniaria —más allá de la que obtienen, en ciertas ocasiones, del poco excedente en especie o de alguna labor artesanal que puedan vender a comerciantes establecidos en la cabecera municipal—. En consecuencia, muchos de los problemas de salud más recurrentes se derivan de la pobreza alimentaria, a lo que hay que sumar los problemas provocados por la continua exposición a las inclemencias del tiempo que conlleva el

constante faenar del campo. El más mencionado entre las entrevistadas de los problemas de salud derivados de la pobreza alimentaria fue la anemia, lo que además produce cansancio y dolores corporales que impiden seguir trabajando.

En la siguiente experiencia, narrada por una mujer mixteca proveniente de una comunidad de Oaxaca, identificamos relevantes hábitos, costumbres y condiciones de vida en la comunidad de origen: 1) carestía económica y falta de oportunidades como detonante del evento migratorio, 2) aislamiento y falta de asistencia médica, 3) ejercicio de oficios complementarios (partera) para obtener el recurso que permita completar la dieta básica, 4) la venta ambulante que implica gastos en traslados, 5) la práctica del trueque:

Por falta de trabajo, estudio y así económicamente muy mal todo. Por ejemplo, mi abuelita nos cuenta ella porque es la abuelita de mi papá, la mamá, perdón. Ella falleció porque la placenta quedó adentro y mi bisabuela es partera. Ella ayudó a que nosotros nacióramos... La mamá de mi papá falleció porque no había doctores. Mi bisabuelita no podía hacer más para salvarla, porque no podía, solo era partera. Entonces, la placenta quedó adentro y ella falleció como en unos 15 o 20 días. La placenta adentro. Entonces la abuelita de mi papá tuvo que trabajar por mi papá e iba y vendía lo que fuera a otros pueblos, lo cambiaba por maíz, por frijol, por lo que sea. Como ella era partera, iba y ayudaba a la gente y, en lugar de darle dinero, le daban cosas, o sea, para nosotros también. (Rosa).

En la sociedad de acogida, con la inserción laboral del inmigrado, el problema de la precariedad alimentaria pasa a un segundo plano, cuando no desaparece completamente. Sin embargo, la accesibilidad a una gran diversidad de alimentos, unida a la facilidad de obtenerlos —una vez que el migrante se ha insertado en el mercado laboral con la

correspondiente remuneración pecuniaria—, se convierte en un arma de doble filo. Aunque el abanico de posibilidades se amplía enormemente, las opciones reales no son tantas, dado que sus comunidades o lugares de residencia se suelen encontrar en algunas de las numerosísimas zonas del AMM que podemos conceptualizar como *pantanos alimentarios* (Rose et al., 2009). Así, de las entrevistas realizadas en el trabajo de campo, identificamos que entre los productos que son accesibles al bajo salario recibido predominan absolutamente los conocidos como “comida chatarra”, caracterizada por proveer de pocos nutrientes y de grasa, azúcar y sal en exceso, así como por su gran poder adictivo.¹ Asimismo, uno de los cambios más notables en los hábitos alimenticios en un contexto urbano como el AMM que hemos identificado en las entrevistas lo constituye el consumo cotidiano de alimentos ultraprocesados y/o “comida rápida” o precocinados; lo cual trae como consecuencia para la salud la preponderancia de situaciones de obesidad y/o de diabetes.

Unido al alto poder adictivo de este tipo de alimentos, también debemos considerar que el migrante indígena procede de una situación sostenida de precariedad, así como que la llegada a la ciudad y al mercado laboral le abre las puertas por primera vez a la posibilidad de adquirir una amplia variedad de productos. Esta coyuntura, frecuentemente desembocará en un consumo impulsivo y descontrolado de este tipo de alimentos. En algunas comunidades la “comida chatarra” se consumía de manera excepcional, para celebraciones o como alguna suerte de premio o de consuelo ante situaciones extraordinarias. La consecuente conceptualización de este tipo de comida como “un lujo” hace que, cuando se dispone de la

¹ El resultado de esta realidad (o el indicador) es que el 36% de los niños que cursan educación básica en Nuevo León padece de obesidad infantil, de ellos, casi la mitad ya presenta síndrome metabólico (EFE, 2022). El dato reserva a Nuevo León un lugar destacado entre los estados del país con mayor índice de obesidad infantil a nivel mundial.

posibilidad de consumirla sin freno, muchas personas den rienda suelta a este impulso hacia la satisfacción inmediata del gusto (presidenta indígena de asociación civil).

Pero son las condiciones de vida que impone el contexto urbano las que favorecen de manera más clara el consumo abusivo de la alimentación procesada y ultraprocesada. De este modo, es importante tomar en cuenta que el aumento de poder adquisitivo que experimentan en la ciudad es relativo, pues, sin duda, la precariedad económica persiste (aunque no así la alimentaria). Además de que los productos básicos son mucho más caros en la ciudad, ahora deben hacer frente a gastos nuevos como escuela, servicios, renta o hipoteca, gastos administrativos, etc. Asimismo, las nuevas exigencias laborales, las largas distancias por recorrer, las nuevas demandas burocráticas... y la consecuente reducción o casi anulación del tiempo libre disponible, hacen que el estilo de vida se trastoque en lo esencial, dinamitando las dinámicas de interacción social y los modos de sociabilidad a los que estaban habituados (presidenta no indígena de asociación civil).

En todo caso, no es tan rígida esta dicotomía que planteamos entre comunidad de origen asociada a una alimentación natural pero precaria y causante de una alta prevalencia de anemia y desnutrición frente a una sociedad de acogida en la que prima el consumo de alimentos ultraprocesados y, en consecuencia, los problemas de obesidad y diabetes.

Por una parte, hay que tomar en cuenta que los migrantes indígenas que recalán en las ciudades mexicanas, suelen mantener una relación fluida con la comunidad de origen, con visitas regulares a la misma y, en muchas ocasiones, con retornos definitivos. Así, en los casos de comunidades mejor comunicadas con el retorno (ya sea de manera ocasional, temporal o definitiva) de sus emigrados (ahora con un notable incremento de su capacidad de gasto) se está empezando a introducir allá el gusto por los alimentos ultraprocesados, así como problemas de salud derivados de su consumo.

Por otra parte, una vez asentados en el nuevo contexto, es común que se den procesos de cierta “ruralización” del espacio urbano y de los hábitos alimentarios, lo cual coadyuva a la pervivencia o mantenimiento de ciertos aspectos de una identidad cultural (y aún étnica). En lo que se refiere al cultivo doméstico, un actor clave ya nos explicaba anteriormente (Doncel et al., 2022b) cómo los pobladores indígenas en Monterrey regularmente se han adaptado a la infraestructura que ofrece la urbanización, pero la idea... y puede verse, todas las casas están llenas de plantas, siembran. Nosotros, fácilmente podemos conocer que una persona, aunque nunca hayas cruzado palabra, por las características de cómo tiene su casa, sabes que es de origen indígena. Tiene plantas, árboles... (pp. 37-38). No obstante, los productos de estos cultivos destinados al autoconsumo son más simbólicos que prácticos, pues distan muchísimo de conducir a una autosuficiencia alimentaria. Lo que nos interesa subrayar aquí es que estas prácticas evidencian una suerte de vinculación entre el individuo y la colectividad con la naturaleza que, siendo parte central en su cosmovisión, influye en sus procesos adaptativos a los hábitos alimentarios que impone el ritmo y la lógica urbanos.

La adquisición de materias primas para la reproducción de procesos de elaboración propios (o similares) de sus lugares de origen es relativamente habitual cuando se dan eventos o celebraciones extraordinarias (bodas, quince años, funerales, festividades recuperadas de sus lugares de procedencia...), aunque también en este terreno se comienzan a notar variaciones significativas, en el sentido de adaptarse a las condiciones del contexto de acogida. No obstante, para el tiempo ordinario se torna un reto insalvable en la mayor parte de las ocasiones. Aquí el obstáculo también lo supone la poca disponibilidad de estos productos, pues el acceso a ellos pasa por su compra ocasional en mercados que se ponen en espacios abiertos de manera ocasional.

Además del difícil acceso a los productos originarios, otro destacado obstáculo para su consumo lo supone la incorporación de la mujer al mercado laboral, a veces incluso acompañado de un desplazamiento del hombre como sucedió en la comunidad mixteca al advertir que la venta ambulante de sus productos encontraba mucha mejor recepción si eran mujeres las que la ejercían (presidenta no indígena de asociación civil). Así, las nuevas exigencias laborales hacen que el tiempo para cocinar se convierta en un recurso más escaso aún que el pecuniario, sin que esto suponga la posibilidad de descuidar las obligaciones domésticas tradicionalmente asignadas a su género.

A pesar de estas dificultades, los saberes culinarios y el conocimiento necesario para la administración de la economía familiar en contextos de extrema precariedad migran junto a estas mujeres y, en la medida en la que lo permiten las nuevas condiciones de vida, los tratan de aplicar (también como estrategia de supervivencia económica). Veamos algunos ejemplos de esto: “cuando puedo hago bocoles o empanadas de frijol (...) (Los bocoles) son como tipo masita con frijoles y cilantro, son como tipo gorditas” (Nancy, mixteca); “(Cocino) enchiladas o los mucocoles no sé si los conozca (...) o los tamales (con) hojas de plátano” (Mónica, nahua); “(Hago) los tamales como allá (en Chiapas) (...) *pos* los vendo, hago con mi vecina” (Teresa, tzotzil); “me aventé unos tamales de elote. Me hicieron un pedido de 50 tamales de elote y los hice y este... también hago unos tamales de nixtamal y muelo, o sea de puro maíz, o sea lógicamente mi tradición” (Guadalupe, nahua).

En suma, tras el análisis de las entrevistas realizadas, encontramos que también en el ámbito de la alimentación y de los saberes culinarios las mujeres indígenas inmigradas al AMM integran y adecúan, en la medida de sus posibilidades, técnicas aprendidas en sus lugares de origen, siempre adaptándolas a las necesidades económicas y materiales que impone su nueva situación. Detectamos aquí una importante área de oportunidad para paliar

la generalizada malnutrición en el contexto urbano de estas familias indígenas: aprovechar este gusto y conocimiento aún presentes en las mujeres inmigradas para desarrollar programas que, por ejemplo, fomenten técnicas hortícolas en espacios reducidos para el autoconsumo de productos naturales. En todo caso, las iniciativas para la recuperación de cultivos y productos originarios estarán condicionadas, entre otros factores, por el espacio residencial, las características de los asentamientos y la disposición de terreno apto para el cultivo, variando si viven en departamentos, habitaciones o casas, dispersos o congregados.

Migración, prácticas alimentarias y cohesión grupal

Además de la conservación de ciertos saberes tradicionales, así como las creencias que vinculan al migrante indígena con una concepción naturalista de la existencia, la vida social que envuelve la cotidiana ingesta de alimentos también sostiene ciertos valores que en cierta medida logran pervivir en el nuevo entorno urbano. En las comunidades de origen la comensalidad familiar mantenía unos ritmos y formas acordes a las labores del campo que en la ciudad se pierden. Así, en la sociedad de acogida se desarrollan dinámicas de interacción que responden las nuevas condiciones de vida; por ejemplo, la fragmentación familiar al momento de la comensalidad ordinaria, pasando de darse ordenadamente en la comunidad de origen en dos momentos clave del día a fragmentarse en la ciudad en tres o cuatro tiempos y dificultándose enormemente que se dé la confluencia de toda la familia a la hora de comer. Asimismo, con el migrante indígena viajan valores que subyacen el hábito de la cotidiana reunión familiar en torno al alimento (tanto en el momento de su preparación como en el de su ingesta): por ejemplo, la cohesión familiar y comunitaria,² la idea de bien común (familiar

² La cohesión comunitaria aparece tanto en el tiempo ordinario “es muy común que te den café, aunque esté a 40 grados (...) Antes, por ejemplo en mi comunidad, generalmente vas a una casa y siempre te van a ofrecer el

y comunitario), la educación en el trabajo colaborativo, el respeto a las jerarquías en función de la edad, etc.

Entre las narrativas de nuestras entrevistadas aparece la constante del abandono forzoso de la costumbre de “comer en familia” (mencionado por Julieta, Nancy, María, Rosa, Mónica...). Esta costumbre, además de cumplir una importante función cohesionadora, también constituye un factor estructurador que sirve para consolidar en el tiempo cierto orden jerárquico intrafamiliar. Así se colige de la narración que nos ofrece Elena, de origen nahua y procedente de una comunidad de Pachuca (Hidalgo), cuando recuerda el rol que desempeñaban (y la disposición espacial que se establecía) a la hora de comer cuando ella era niña.

(Íbamos) todos juntos a comer, incluyendo mi abuelito. Y esperábamos y decía mi papá: “bueno, todavía no viene”, bueno, nosotros les decíamos (...) a mi abuelito “papá grande” (...) No sé por qué, pero desde chiquitos le decíamos “papá grande” (...) Mi abuelito llegaba y ya sabía dónde se sentaba porque poníamos las sillas y mi abuelito llegaba y se sentaba en el mismo lugar (...) en la cabecera (...) En la cabecera está mi abuelito, al lado está mi papá y mi mamá así al lado de mi papá y ya los demás así (Elena).

El orden social es sostenido por cierto esquema de valores para el que es esencial el entendimiento de que la vida comunitaria y familiar sólo es posible gracias a la contribución individual de todos sus miembros, incluidos los niños desde muy temprana edad. Así, todas nuestras entrevistadas nos han narrado cómo desde muy tempranas edades se involucran de

café, el café es de todo el día, eso y el agua (de frutas) (presidenta indígena de asociación civil) como durante celebraciones especiales, como bodas o XV años.

diferentes formas en el trabajo, siendo el común denominador de éste su vinculación directa con el trabajo campesino y con la obtención, preparación o distribución del alimento. Veamos algunos ejemplos en este sentido: “Allá pues los niños empiezan a trabajar desde temprana edad, yo por ejemplo empecé a trabajar a los cinco años” (médico de origen indígena); “ayudábamos bastante a mi mamá. Mis hermanos pues a mi papá, pues se llevaban a cargar leña, limpiar la milpa. Y nosotros pues ayudamos a nuestra mamá así a hacer todo con ella (también a cocinar) (...) A mí me enseñaron desde los siete años o seis” (Julieta, 31 años de edad); “ayudaba a mi mamá a desgranar el maíz” (Nancy, 26 años); “(ayudaba) a moler el maíz (...) y hacer las tortillas” (Teresa, 35 años); “(siendo) chiquita (ayudaba)... yo me enseñé... allá se tiene que pisar el maíz, se tiene que desgranar el maíz, se sacan las hojas, pones una olla y le pones cal... allá nada de comprar tortillas se tiene que lavar el nixtamal y agarraba el molino para moler (y) lavar el metate” (Guadalupe, 47 años); “nos llevaba mi mamá para que fueran más manos para recoger. Un ejemplo cuando era el maíz, le ayudábamos, pero nunca lo vimos cómo trabajo, siempre lo vimos como el bien común” (María, 29 años).

Expresado explícitamente por María el valor del “bien común”, aparece aquí la necesaria reconceptualización de lo que tipificamos en nuestros contextos como “trabajo infantil”. Nos detenemos en esta problemática, entre otros motivos, porque la persecución de esta práctica genera, tras la migración, un profundo conflicto en el seno de las familias indígenas que ven en esta contribución del menor a la familia una práctica económica pero también educativa (cuestionando nuestra habitual delimitación del espacio y prácticas laborales -exclusivas del adulto- de las educativas -propias del niño-).

Así, la contribución del menor a la economía familiar a través de la realización de pequeñas tareas constituye un mecanismo funcional y de carácter formativo, formación

constitutiva de la persona, tanto a nivel de individuo como de miembro cabal de su comunidad. Los vínculos y enseñanzas entre los integrantes de la familia se forjan en gran medida, en el caso de las mujeres y niñas, en la cotidianidad compartida en el espacio doméstico, de tal modo que de ahí extraen nuestras entrevistadas muchos de sus recuerdos y aprendizajes significativos.

La forma en la que los niños y niñas colaboran para el sustento de la familia en sus comunidades de origen está muy alejada de lo que desde nuestros contextos podemos entender como “explotación infantil”. Al contrario, el trabajo que entendemos con un importante carácter formativo y, en su más amplia acepción, también educativo, se ejecuta con un sentido de cuidado del menor, adecuando las tareas a la edad, género³ y condiciones de que se trate. No pretendemos romantizar el trabajo que realizan los niños y niñas en el seno de sus familias en sus respectivas comunidades de origen, pues también hemos documentado variadas situaciones de explotación infantil y de pobreza extrema. No obstante, consideramos importante subrayar su habitual aspecto de colaboración necesaria, aunque esta sea el producto de una necesidad impuesta por una situación estructural de desigualdad social y económica que vulnera especialmente a este sector poblacional. Y aunque en muchas ocasiones esta necesidad no desaparece una vez que se asientan en la ciudad, sí se imponen aquí condiciones materiales e institucionales muy diferentes.

Entre estas condiciones, en el nuevo contexto urbano, emerge la institución educativa como posibilidad mucho más accesible, lo que tiene una enorme impronta en las dinámicas anteriormente expuestas, viéndose, en consecuencia, esencialmente alteradas. Frente a la

³ Acerca de la distribución sexual del trabajo en las comunidades de origen y en la sociedad de acogida (la circunscrita al Área Metropolitana de Monterrey) y los contradictorios cambios de roles que deben afrontar tras el evento migratorio ya hemos escrito en otra parte (Doncel et al., 2022b).

gran dificultad de acceso a la educación formal en muchas de las comunidades rurales de origen, las cuales únicamente suelen disponer en las alejadas cabeceras municipales de preparatorias y aun de secundarias, aparece una revalorización de la educación formal de los menores.

Esta revalorización deriva de una exigencia institucional (que se impone en aquellos casos en los que no se da la autoexigencia), de modo que las familias inmigradas al AMM se ven obligadas a escolarizar a sus hijos y, en consecuencia, a prescindir de su apoyo para el mantenimiento de la economía familiar. Si anteriormente, dada la urgencia del cotidiano apoyo laboral, la educación formal podía pasar a un segundo plano, ahora es la educación formal del niño lo que se debe priorizar, ya sea con mayor o menor convencimiento del valor de este tipo de educación pues, aunque no quieran enviarlos a la escuela, la amenaza de las instituciones (sobre todo del DIF⁴) es una poderosa fuerza de coerción.

La educación informal que pone en el centro la permanente actitud de colaboración en el entorno familiar es internalizada hasta tal punto que este valor será transmitido hacia los hijos aún en el nuevo contexto urbano, hecho que hemos podido comprobar reiteradamente durante nuestro trabajo de campo. Aquí reproduzco algunos ejemplos: “(En) la preparación de alimentos en tu casa (...) me ayuda la niña más grande (...) Ahí se está conmigo en la cocina al mismo tiempo (Elena, madre de tres hijos y reside en una comunidad precaria y multiétnica); “Yo no los obligo (a sus hijos a que ayuden en casa) pero como ellos ven que yo me pongo a hacer la casa, ellos también se ponen a limpiar, a recoger sus juguetes o cosas

⁴ Como se conoce al Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia, organismo descentralizado mexicano sectorizado a la Secretaría de Salud que cuenta con instancias en los niveles de gobierno municipal y estatal. En un trabajo anterior (Doncel y Sordo, 2019) pudimos constatar empíricamente el temor generalizado que el DIF inspira en la población de ciertos espacios urbanos periféricos, tales como los que suelen ocupar las comunidades indígenas del AMM, dada su capacidad para separar a los niños de sus familias.

así” (Nancy, tiene tres hijos y reside en comunidad mixteca); “aquí solo sí que tengo la basura en el cuarto si le digo así que ‘ay, pues tráeme una escoba’ y me ve barrer. Es su trabajo también y como mi niña es muy obediente, un poco traviesa pero obediente, le gusta ayudarme” (Julieta, tiene una hija y reside en modo disperso).

El trabajo de los menores para la contribución a la economía familiar y al óptimo funcionamiento de sus dinámicas internas es entendido como medio de integrar, vincular, educar e inculcarles valores, de tal modo que, aun derivando a los hijos al espacio escolar, perviven prácticas para la reproducción de estos valores. La colaboración de los niños una vez asentados en el nuevo contexto urbano es mucho más factible cuando esta se circunscribe estrictamente al espacio doméstico, pues para participar en labores como la venta ambulante deben eludir a las autoridades y cumplir con los tiempos escolares. Esto no significa que no se den este tipo de situaciones “me los llevo de la casa (para vender artesanías) porque no voy a dejarlos solos tampoco” (Nancy, que, como tantas otras mujeres de su comunidad, se dedica a la venta ambulante de artesanías), pues el conflicto entre la obligada inserción educativa formal de sus hijos y el deseo de seguir educándolos informalmente desde la práctica y el acompañamiento en ocasiones se decanta hacia esta segunda posibilidad.

Discusión

Nuestro análisis conecta con aquella tradición de estudios sobre el lugar que ocupa la comida en la cooperación comunitaria y, más genéricamente, sobre el interés por “los valores tras la comida” (López et al., 2016), aunque aquí nos centramos únicamente en la transformación de esta función tras el evento migratorio en el entorno urbano. Por ello, partimos de ciertos trabajos que se preocupan, en el contexto latinoamericano, por analizar procesos de transición en los hábitos, formas y sentidos alimenticios dados por familias de origen indígena asentadas

en áreas urbanas. Por ejemplo, el trabajo de Yagüe (2014) se enfoca en analizar, a través de tres familias indígenas, cómo entretejen alianzas y redes de cooperación para el mantenimiento de hábitos alimenticios originarios, entendido este como una forma de preservación de la identidad cultural, al tiempo que hay una estrategia de apropiación y resignificación del espacio urbano.

Al igual que esta autora, partimos de un mismo interés por “los afectos que se construyen alrededor de la comida” (Yagüe, 2014, p. 144) y coincidimos con ella también en la identificación del esfuerzo de los migrantes indígenas urbanos por recuperar los sabores y productos originarios que trasciendan el evento migratorio. Este último es, de hecho, uno de los más notables puntos de encuentro en buena parte de las investigaciones que hemos encontrado al respecto (Leónides, 2020; Gaspar y Meza, 2024). A ello sumamos los estudios que, desde diferentes campos disciplinares, analizan la perniciosa adaptación de los hábitos alimenticios a los ritmos de vida de la ciudad, con el consecuente deterioro de la salud a través de nuevas enfermedades que les eran desconocidas en sus comunidades de origen (Katz, 2014; Gutiérrez y Magaña, 2017; Martínez y Alatorre, 2023).

Aun habiendo documentado en este trabajo las dos caras de la moneda (la resistencia y la “rendición”), consideramos estar abriendo una brecha en el corpus de conocimiento constituido por estudios sobre los procesos transicionales de la alimentación de la migración indígena urbana. En cierto sentido, la amplitud y heterogeneidad de nuestra muestra, así como el planteamiento metodológico de partida, nos han empujado a ofrecer un análisis del cambio de carácter más atomizado. Hemos considerado aquellos lugares comunes y espacios de intersubjetividad en los que confluyen las experiencias de familias procedentes de las más diversas regiones y etnias del país. Así, la principal contribución que creemos estar aportando al conjunto de estudios sobre esta temática es la exploración del sustrato ético bajo las

prácticas alimenticias, comenzando a identificar el sentido de las fuerzas que mueven (o desactivan) sistemas de valores que han sostenido históricamente la constitución social e identitaria de comunidades y etnias mexicanas.

Limitaciones

En cuanto a las limitaciones que podemos identificar en el proceso investigativo, destacamos la imposibilidad, por razones logísticas y de plazos para la ejecución del proyecto, de profundizar en la realidad observada a través de técnicas que hubiesen sido muy adecuadas para la consecución de nuestro objetivo. Nos referimos, sobre todo, a la observación participante sistematizada o a la realización de historias de vida de casos considerados, en cierto modo, paradigmáticos.

Además, en la distribución de la muestra, la situación de las mujeres con residencia dispersa está poco representada, siendo que el porcentaje de migración indígena que reside de esta forma es muy alto. Esto es muy habitual, por ejemplo, en la población de origen *teenek* (Tello, 2013), a pesar de lo cual solo pudimos entrevistar a una mujer de esta etnia, la cual es, además, la segunda más numerosa en el estado (Olvera et al., 2014).

Conclusiones

En este trabajo hemos podido apreciar cómo son alteradas las dinámicas de socialización y de integración familiar y comunitaria de las mujeres de origen indígena que se asientan en el AMM, debido a que estas dinámicas dependen en alto grado de las prácticas de preparación, obtención y consumo de los alimentos. Asimismo, al verse alteradas estas dinámicas, los valores soterrados bajo estas prácticas se ven inevitablemente afectados, ya sea por su debilitamiento o por la resistencia ofrecida para su supervivencia a través de la adaptación a las nuevas condiciones de vida impuestas por la vida citadina.

Frente al debilitamiento de los vínculos comunitarios y los valores comunes que sostenían sus prácticas de sociabilidad, tanto familiar y cotidiana como comunitaria, celebrativa y ceremonial, hemos encontrado prácticas de resistencia y adaptación que apuntan a una dirección de: 1) reproducción y mantenimiento de sus tradiciones culinarias; 2) pervivencia y reproducción de valores asociados a la organización social, familiar y comunitaria propias de ámbitos rurales, especialmente en los espacios doméstico y comunitario.

En este tenor destaca cómo, con el involucramiento de los menores en las actividades domésticas -evocando la costumbre en sus comunidades de origen de asignarles responsabilidades y actividades para la subsistencia de la unidad familiar-, las mujeres inmigradas al AMM le continúan otorgando a estas prácticas una función educativa y de inculcación del valor del bien común a través de la contribución del menor a la satisfacción de las necesidades colectivas. Este hallazgo abre, más allá del objetivo de este trabajo, una potencial línea de trabajo futura: la referida al conflicto -o sometimiento- que presentan las enseñanzas provistas por la escuela cuando estas chocan abiertamente con valores o saberes propios y transmitidos a través de la educación informal y cotidiana en el ámbito familiar y comunitario. Además, junto al papel de la escuela en los procesos de transición y adaptación, tanto éticas como alimentarias, también consideraremos entonces el rol que juega en este proceso la acción ejercida por otras instituciones y agentes de socialización, tales como centros de salud, centros comunitarios, etc.

Referencias bibliográficas

Agencia EFE (EFE, 2022). Nuevo León ocupa primer lugar mundial en obesidad infantil. *Forbes México*. Recuperado de <https://forbes.com.mx/nuevo-leon-ocupa-primer-lugar-mundial-en-obesidad-infantil/>
Berger, P. y Luckman, T. (2003). *La construcción social de la realidad*. Buenos Aires, Argentina: Amorrortu.

- Bertran, M. (2016). *Incertidumbre y vida cotidiana. Alimentación y salud en la ciudad de México*. Barcelona, España: Editorial UOC.
- Doncel, J. y Sordo, J. (2019) *Violencia en las calles y en los hogares. El caso de una colonia periférica en una metrópoli mexicana*. México, México: Fondo Editorial Nuevo León.
- Doncel, J. (2022a) *Manual para la investigación social básica y aplicada. Del cuestionamiento personal al conocimiento socio-antropológico*. México, México: Gedisa.
- Doncel, J., Ocampo, J. y Mireles, C. (2022b) Conformación sociocultural de comunidades indígenas urbanas: roles de género, sexualidad y embarazos precoces. *CONfines. Revista de relaciones internacionales y ciencia política*, 18(34). doi: <https://doi.org/10.46530/cf.vi34/cnfns.n34.p29-53>
- Durin, S. (2003). Nuevo León, un nuevo destino de la migración indígena. *Revista Actas: Revista de Historia de la Universidad*, 4, 66-69. Recuperado de [Nuevo León, un nuevo destino de la migración indígena - RAC](#)
- Esqueda, B. M. (2018). Análisis de los determinantes sociales y necesidades de salud no satisfechas. Priorización de la atención en hogares migrantes indígenas y no indígenas. (Tesis de maestría). Universidad Autónoma de Nuevo León. Monterrey.
- Gaspar, J. E. (2023). Prácticas alimentarias de la población indígena migrante del Área Metropolitana de Monterrey, N. L. (Tesis doctoral). Universidad Autónoma de Nuevo León. Monterrey.
- Gaspar-Rivera, J. E. y Meza-Palmeros, J. A. (2024). Estrategias empleadas por mujeres indígenas para preservar sus saberes alimentarios en el área metropolitana de Monterrey. *Estudios Sociales. Revista de Alimentación Contemporánea y Desarrollo Regional*, 34(63). doi: <https://doi.org/10.24836/es.v34i63.1402>
- Grace-Wright, C. (2016). ¿Una respuesta intercultural para los migrantes indígenas? Experiencias desde el Estado de Nuevo León. *Status*, 1(1), 1-17. Recuperado de <http://revista-status.uanl.mx/index.php/status/article/viewFile/5/5>
- Granados, J. y Quezada, M. (2018). Tendencias de la migración interna de la población indígena en México, 1990-2015. *Estudios demográficos y Urbanos*, 33 (2), 327-363. doi: <https://doi.org/10.24201/edu.v33i2.1726>
- Gutiérrez, B. M. (2017) Alimentación en niñas y niños de 0 a 24 meses de edad, en población migrante indígena de la Zona Metropolitana de Monterrey, Nuevo León. (Tesis de maestría). Universidad Autónoma de Nuevo León. Monterrey.
- Gutiérrez, M. G. y Magaña, M. A. (2017). Migración e influencia urbana en el consumo de alimentos en dos comunidades Mayas de Yucatán. *Estudios Sociales. Revista de Alimentación Contemporánea y Desarrollo Regional*, 27(50), doi: <https://doi.org/10.24836/es.v27i50.429>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2020). *Censo de Población y Vivienda 2010 (Informe)*. Ciudad de México: Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI)
- Juárez, L. M. y Conde, D. (2020). “Galguerías” de los nuevos tiempos. Ideologías indígenas de la transición alimentaria y nutricional en el oriente de Guatemala. *AIBR Revista de Antropología Iberoamericana*, 15(1), 55-77. doi: <https://doi.org/10.11156/aibr.150104>
- Katz, E. (2014). Sabritas en el pueblo, totopos en el Norte. Dinámicas alimentarias y migración en la Mixteca alta (Oaxaca, México). En F. X. Medina (Ed.), *Alimentación y migraciones en Iberoamérica*, (pp. 67-90). Barcelona, España: Editorial UOC.
- Leonides, I. T. (2020). Memoria, comida y migración indígena en la ciudad Nezahualcóyotl, México. *Cambios Y Permanencias*, 11(2), 1462-1478.
- López, J., Juárez, L. y Medina, F. (2016). Usos y significados contemporáneos de la comida desde la antropología de la alimentación en América Latina y España. *Revista de Dialectología y Tradiciones Populares*, 71(2), 327-370. doi: <https://doi.org/10.3989/rdtp.2016.02.001>
- López, M. A. (2018). Calidad del patrón del consumo alimentario, en relación a la percepción de la seguridad alimentaria en población indígena migrante. (Tesis de maestría). Universidad Autónoma de Nuevo León. Monterrey.
- Martínez, I. y Alatorre, M. (2023) Cambios en la alimentación entre familias que han emigrado del campo a la ciudad: prácticas y afectaciones a la salud entre población nahua en León, Guanajuato, México. *Espazo Amerindio*, 17(1), 66-81.
- Olvera, J., Doncel, J. y Muñoz, C. (2014) *Indígenas y Educación. Diagnóstico del nivel medio superior en Nuevo León*. México, México: Fondo Editorial Nuevo León.
- Román, A. y Gaspar, J. E. (2022). Colonización de prácticas alimentarias de mujeres indígenas migrantes residentes del área metropolitana de Monterrey. *Revista Perspectivas Sociales* 24(2), 49-72.

- Rose, D., Bodor, N.J., Swalm, C.M., Rice, J.C., Farley, T.A, Hutchinson, P.L. (2009) Deserts in New Orleans? Illustrations of urban food access and implications for policy. *School of Public Health and Tropical Medicine Tulane, University New Orleans, Louisiana*. Recuperado de <https://citeseerx.ist.psu.edu/document?repid=rep1&type=pdf&doi=abc8b418aa0783c8f3b0a0c4fca8f137ad806e0a>
- Tello, D. P. (2013) La espacialidad de los indígenas en el área metropolitana de -Monterrey. *Relaciones. Estudios de historia y sociedad*, 34(134), 57-92.
- Tovar, B. B. (2018). Estilos de vida, obesidad y diabetes en población indígena y no indígena en zona urbana de Nuevo León. (Tesis de maestría). Universidad Autónoma de Nuevo León. Monterrey.
- Yagüe B. (2014). Hacer “comestible” la ciudad. Las redes como estrategias alimentarias de los indígenas urbanos de Leticia, Amazonia colombiana. *Revista Colombiana De Antropología*, 50(2), 141-166. doi: <https://doi.org/10.22380/2539472X50>