

SIT Graduate Institute/SIT Study Abroad

## SIT Digital Collections

---

Independent Study Project (ISP) Collection

SIT Study Abroad

---

Spring 2019

### La comida, la identidad y la migración: Un caso de estudio de inmigrantes femeninas y su relación con la comida

Susanna Morales  
*SIT Study Abroad*

Follow this and additional works at: [https://digitalcollections.sit.edu/isp\\_collection](https://digitalcollections.sit.edu/isp_collection)



Part of the [Food Studies Commons](#), [Latin American Languages and Societies Commons](#), [Latin American Studies Commons](#), [Migration Studies Commons](#), [Politics and Social Change Commons](#), [Race, Ethnicity and Post-Colonial Studies Commons](#), [Social and Cultural Anthropology Commons](#), [Sociology of Culture Commons](#), and the [Women's Studies Commons](#)

---

#### Recommended Citation

Morales, Susanna, "La comida, la identidad y la migración: Un caso de estudio de inmigrantes femeninas y su relación con la comida" (2019). *Independent Study Project (ISP) Collection*. 3088.  
[https://digitalcollections.sit.edu/isp\\_collection/3088](https://digitalcollections.sit.edu/isp_collection/3088)

This Unpublished Paper is brought to you for free and open access by the SIT Study Abroad at SIT Digital Collections. It has been accepted for inclusion in Independent Study Project (ISP) Collection by an authorized administrator of SIT Digital Collections. For more information, please contact [digitalcollections@sit.edu](mailto:digitalcollections@sit.edu).

**La comida, la identidad y la migración: Un caso de estudio de inmigrantes femeninas y su  
relación con la comida**

Susanna Morales

Academic Advisor: Heidi Baer-Postigo

ISP Advisor: Beba Peñaranda

RME Advisor: Alejandra Ramirez

SIT Bolivia: Multiculturalism, Globalization and Social Change

Spring 2019

**Contenido**

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| <i>Agradecimientos</i>           | 2  |
| <i>Resumen</i>                   | 3  |
| <i>Metodología</i>               | 5  |
| <i>Introducción</i>              | 6  |
| <i>Las mujeres del sindicato</i> | 7  |
| <i>La comida y los recuerdos</i> | 9  |
| <i>La comida y la identidad</i>  | 10 |
| <i>Malos recuerdos y dolor</i>   | 11 |
| <i>Resultados</i>                | 12 |
| <i>Conclusión</i>                | 13 |
| <i>Bibliografía</i>              | 14 |
| <i>Contactos</i>                 | 14 |

## ***Agradecimientos***

Quiero agradecer a las mujeres que fueron entrevistadas y me permitieron conocer sus historias. Gracias al equipo de SIT por darme la oportunidad de conocer Bolivia y a las personas increíbles de este país. Gracias a Alejandra Ramirez por darme contactos para entrevistar y por ayudarme a desarrollar mis ideas. Gracias a mi asesora Beba Peñaranda por apoyarme en este proyecto, dedicar horas a enseñarme las sutilezas de la gramática y ser una amiga en Bolivia. Sin ella, no sabría todo lo que sé ahora.

Gracias a Kids Book Bolivia por darme los recursos para crear el recetario. Gracias a mi universidad Macalester College y a todos los que donaron dinero para crear el recetario. Finalmente, gracias a mi familia anfitriona por presentarme a la cultura gastronomía en Cochabamba, Bolivia.

## ***Resumen***

Esta corta investigación se enfoca en cómo la comida, la migración y la identidad se entrecruzan dentro de la vidas de las mujeres involucradas en el Sindicato de las Trabajadoras del Hogar de la ciudad de Cochabamba. La mayoría de ellas han migrado del campo a Cochabamba en búsqueda de un trabajo. El enfoque está en cómo ellas recuerdan sus pueblos y cómo su identidad se expresa a través de la comida. Mi pregunta de investigación es la siguiente: ¿Cómo se entrecruza la comida, la migración e identidad en la vida de una inmigrante femenina? Respondo a estas preguntas usando las entrevistas e historias de vida, la observación

participativa, el registro visual, y la organización de espacios colectivos para cocinar e intercambiar recetas. Descubrí que la comida puede ser una fuente en la cual los migrantes pueden mantener sus recuerdos y sus identidades. Sin embargo, la comida también puede ser una fuente de dolor. Concluyo explicando cómo los alimentos, las identidades y los recuerdos se están transformando constantemente y, por lo tanto, sus interrelaciones también se están transformando constantemente. Al final de mi investigación, creé un recetario que incluye las historias de las mujeres junto a la receta con la que más se identifican.

**Palabras claves:** Regional Studies: Latin American Studies, Sociology, Gastronomía

### ***Abstract***

This short research focuses on how food, migration and identity intersect within the lives of the women involved in the Domestic Workers' Union in the city of Cochabamba. Most of them have migrated from rural villages to Cochabamba in search of a job. I focus on how they remember their community and how their identities are expressed through food. My research question is as follows: How does food, migration and identity intersect in the life of a female immigrant? I answer these questions using interviews, participatory observation, visual registration and the organization of collective spaces for cooking and exchanging recipes. I discovered that food can be a source where migrants can keep their memories and their identities in it. However, it can also be a source for pain. I conclude by explaining how food, identities and memories are constantly transforming and therefore, their relationships with one another are also constantly

transforming. By the end of my research, I created a recipe book that includes the stories of the women next to the recipe they most identify with.

**Keywords:** Regional Studies: Latin America, Sociology, Culinary Studies

### *Metodología*

Para esta corta investigación, use métodos cualitativos de investigación. Estos métodos incluyen las entrevistas e historias de vida, la observación participativa, el registro visual, y la organización de espacios colectivos para cocinar e intercambiar recetas. Todos los domingos durante 5 semanas, visité el Sindicato de las Trabajadoras del Hogar para realizar entrevistas a seis mujeres. También iba durante la semana para compartir con ellas y continuar con algunas entrevistas, si faltaba información. Llegaba por la mañana para estar allí cuando estaban cocinando. Les tomé fotos cuando cocinaban y también después de hacer la entrevista, con el objetivo de incluirlas en el recetario. Para las entrevistas, tome notas. Esto me ayudó a repasar la entrevista y advertir si había algo más que les quería preguntar. También fue útil revisar las notas con las mujeres, así ellas podían decidir si querían o no incluir, cambiar o agregar algo en la entrevista. Antes de entregar el recetario, imprimí una hoja con su historia y su receta para que pudieran revisarla. Recibí su consentimiento verbal en vez de uno escrito para evitar alguna duda de firmar un papel sin realmente conocer mi proyecto. Para proteger su identidad, usé seudónimos

Las preguntas de entrevistas están enfocadas en la relaciones que las mujeres tienen con la

comida de su pueblo, la migración y sus trabajos. No me di cuenta hasta el final de la investigación pero las preguntas sobre la comida fueron creadas con la suposición de que las mujeres tienen una relación positiva con la comida. Esto evitó que las mujeres compartieran todas las realidades. Había romantizado la relación que las mujeres tienen con la comida y sus comunidades. Traté de corregir eso haciendo preguntas de seguimiento y reformulando las que ya había hecho. Presento esta confrontación con más detalle en el ensayo.

### ***Introducción***

La comida es parte de nuestra vida cotidiana. Comer es una experiencia que se entrecruza con la cultura, identidad y mudanzas movimiento<sup>1</sup>. La comida nos ayuda entender nuestra identidad y de dónde venimos. Cocinar, comer y servir la comida son hechos que de alguna manera se conectan con la forma en la que hemos crecido. Todos tenemos el recuerdo de alguien cocinando en la cocina cuando éramos niños, de nuestros platos favoritos, del olor de la cocina cuando se está cocinando, de la textura de la comida o de esperar por días, semanas, meses o tal vez años para poder comer esa comida otra vez. Esos recuerdos nos lleva a un momento en nuestra vida. Nos hace recordar quién estaba con nosotros en ese momento, dónde estábamos comiendo, con quién estábamos comiendo, y las historias que se contaban. Cuando nos vamos de ese lugar tan familiar, esos recuerdos son los que nos hace extrañarlos, así como también a esas personas.

Para personas migrantes, el consumir la comida de su hogar puede ser con la intención de mantener una conexión con su tierra y con su comunidad<sup>2</sup>. Muchas veces cuando una persona

---

<sup>1</sup> (Bascuñan-Wiley, 2018)

<sup>2</sup> (Chapman & Beagan, 2013)

emigra a un nuevo lugar, pierde sus costumbres poco a poco. Tiene que adoptar o asimilar una nueva cultura. Generalmente tiene que aprender un idioma diferente además de conocer los comportamientos y prácticas de ese lugar. Esto le impide el seguir practicando sus costumbres. Hay más probabilidad de perder las costumbres si la persona no tiene una comunidad con que la pueda practicarlas. Sin embargo, una cosa que la persona puede hacer para mantener esa conexión con su lugar de origen es cocinar sus comidas donde esté. La gastronomía permite que una persona reciba experiencias que están entrelazadas con sus recuerdos. Según Bascuñan-Wiley (2018), “La vida no se vive, ni se recuerda, en una dimensión sensorial”.

Yo empecé esta corta investigación con la idea de que todos los migrantes tienen una relación positiva con las comidas que cocinan y comen. Mi trabajo fue de explorar ¿qué tipo de relación tienen con sus comidas? ¿Qué de la comida es que les hace mantener una conexión con sus hogares? Después de hablar con las mujeres del sindicato, me he dado cuenta que hay diferentes relaciones que tienen con la comida de sus pueblos. Cada persona tiene recuerdos diferentes a través de la comida. Los recuerdos de sus experiencias han influido en la identidad que tiene hoy. Antes de explicar sobre la relación que tienen con la comida, su identidad y la migración, explicaré quienes son esas mujeres y un poco sobre ellas.

### ***Las mujeres del sindicato***

Las seis mujeres que entrevisté fueron criadas en pueblos de Bolivia. La mayoría de ellas emigraron a la ciudad de Cochabamba cuando eran jóvenes para trabajar y seguir estudiando. Algunas de ellas no tuvieron la oportunidad de estudiar en un colegio porque no había en su



pueblo. En vez de quedarse en el pueblo se fueron a Cochabamba para trabajar. Los trabajos disponibles para una mujer sin una educación completa son muy pocos. La realidad es que el trabajo doméstico es un trabajo accesible para mujeres con una mínima educación. Cuando emigraron a Cochabamba, tuvieron que dejar todo lo que sabían y conocían en su pueblo – sus tradiciones, a veces su vestimenta, idioma, y también sus comidas. Aunque algunas mujeres tenían familiares en la ciudad, tuvieron que dejar parte de su identidad para poder sobrevivir en un nuevo entorno. Algunas tienen la oportunidad de regresar a sus pueblos para visitar a sus familiares, pero no todas pueden.

Desde que llegaron a Cochabamba hasta ahora las mujeres siguen siendo trabajadoras del hogar. Algunas trabajan para familias todos los días de la semana y otras trabajan 3 ó 4 días por semana. Antes, ellas vivían con las familia pero ahora muchas ingresan en la mañana y salen en la noche. El trabajo doméstico para mujeres implica que ellas limpien la casa, cuiden a los niños y cocinen para la familia. Algunas mujeres son afortunadas por trabajar para familias que las tratan como si fueran parte de la familia. Para otras, sus experiencias son lo contrario. La mayoría de las trabajadoras del hogar son mujeres campesinas. Sigue habiendo personas que las maltratan y las explotan en el trabajo.

A las mujeres que entrevisté, me contaron algunos casos en los que las familias las llaman con nombres racistas, no les pagan, les dan poco de comer y otros maltratos. Por eso, trabajadoras del hogar de todo Bolivia se juntaron para luchar para conseguir mejores condiciones y mejor trato en su trabajo.

El sindicato de las trabajadoras del hogar empezó en La Paz. Ahora cada departamento tiene uno. El sindicato de Cochabamba existe desde hace 20 años. Las mujeres se reúnen todos los domingos para hablar sobre proyectos, participar en talleres y para informarse sobre los derechos que tienen. Cuando llegué para hablar con las mujeres, ellas me contaron sobre las luchas que experimentan en sus trabajos. Una de esas luchas es aprender a cocinar comidas populares de Cochabamba. El sindicato ofrece talleres de cocina, de vez en cuando, para que las mujeres puedan cocinar esos platos en su trabajo. Como resultado, las mujeres tienen que adoptar las prácticas de la ciudad y dejar las prácticas de su pueblo. Por eso, la relación que tienen con la comida se está transformando. La comida que comían en su pueblo ahora tiene un significado que no existía cuando vivían en su pueblo.

### ***La comida y los recuerdos***

Cuando extrañan sus pueblos mientras cocinan o comen platos de su pueblo, es porque están recordando algo o a alguien que las hace sentir cómodas, seguras o felices. Es una nostalgia por desear vivir ese momento de nuevo. Por ejemplo, Sandra me contó que cuando come su comida favorita de su pueblo, ella piensa en la tranquilidad del lugar<sup>3</sup>. Esa tranquilidad no la encuentra en la ciudad con la bulla, polución y la vida rápida que vive. Para ella, la quinua es la encarnación del sentimiento físico de su pueblo y de los recuerdos de su niñez. Otras mujeres me contaron que sus comidas les recuerda a personas. Verónica, que ha vivido en la ciudad desde su adolescencia, revive en su memoria el recuerdo que tiene de su abuela y su mamá cuando está

---

<sup>3</sup> (Sandra, comunicación personal, 21 de abril, 2019)

cocinando el charque - una comida que contiene carne deshidratada, papa, huevo duro y maíz<sup>4</sup>. Ellas cocinaban utilizando el fogón de barro que no se encuentra en la ciudad. Para Verónica, el charque contiene las historias que escuchaba de su abuela y mamá<sup>5</sup>. Esas historias son recordadas con el sabor y olor del charque. Cuando la comida es compartida con familiares, esos recuerdos también son compartidos entre la familia y la comunidad a través de esa comida<sup>6</sup>. La comida también transporta a ocasiones especiales. En el pueblo de Angela, se reunía todo el pueblo para los feriados y las ceremonias ancestrales<sup>7</sup>. Esos recuerdos aparecen cuando come la sopa de chairo. Esta comida, específicamente el chuño, le hace recordar a la comunidad unida. Todos compartían con uno y con otro. Ese sentimiento de unidad se perdió cuando llegó a la ciudad. Sin embargo, a través de la sopa ella puede sentir una relación con su pueblo – ella puede imaginar la música tocando y las personas bailando durante las ceremonias ancestrales.<sup>8</sup>

### ***La comida y la identidad***

Hay un dicho que dice “El cochabambino no come para vivir, vive para comer”. Sin embargo, la comida de un migrante tiene el poder de mantener los recuerdos y las historias de su pueblo y de las personas. Para las mujeres, la comida no sólo es una comida para comer. Según Verónica, la comida es una manera de mantener el espíritu de su pueblo y de sus antepasados a través de los recuerdos dentro de la comida<sup>9</sup>. Esto me lleva a mi próximo punto – la identidad. No solo hay recuerdos e historias dentro de las comidas, también es una forma de expresar la identidad. Antes

---

<sup>4</sup> (Veronica, comunicaciones personales, mayo 4, 2019)

<sup>5</sup> (Veronica, comunicaciones personales, mayo 4, 2019)

<sup>6</sup> (Bascuñan-Wiley, 2018)

<sup>7</sup> (Angela, comunicaciones personales, abril 21, 2019)

<sup>8</sup> (Angela, comunicaciones personales, abril 21, 2019)

<sup>9</sup> (Veronica, comunicaciones personales, mayo 4, 2019)

el ser campesino era algo por lo que muchos se sentían avergonzados. Por lo tanto, se asimilaban a las vestimentas e idioma castellano de la ciudad. Ahora, hay más orgullo de ser indígena y/o campesino. Sin embargo, todavía hay personas en la ciudad que no permiten que los indígenas expresen su identidad. Las trabajadoras del hogar me explicaron que muchas veces en sus trabajos no les permitían el vestir con ropa tradicional. A veces las obligaban que hablaran sólo en castellano o que se cortaran sus trenzas. La eliminación física de su cultura en el trabajo las empujó a expresar su identidad de otra manera: la comida. Cuando Sandra puede cocinar para ella misma, le gusta cocinar comidas que comía en su pueblo. Para Sandra, comer bien es comer simple<sup>10</sup>. Ella cuenta que cuando come la quinua, se siente orgullosa de ser una campesina. No se ofende cuando alguien le llama con ciertos nombres porque sabe que no es malo ser campesino - “Sé quien soy”<sup>11</sup>. Cuando come comidas de su pueblo, ella está demostrando el orgullo de su identidad<sup>12</sup>.

La identidad también es demostrada cuando pasan las comidas a las nuevas generaciones. Compartir la comida con los hijos de migrantes es una forma de mantener la historia de la comunidad en el futuro. Josefina cuenta que cocinaba comidas de su pueblo para su hijo cuando era niño<sup>13</sup>. Su hijo nació en La Paz pero Josefina lo ha llevado a su pueblo para conocer de dónde viene. Cuando no podían visitarlo, mantuvieron la relación con su pueblo por la comida. La identidad que Josefina lleva a través de la comida fue importante compartirla con su hijo.

Aunque su hijo no habla el idioma nativo de Josefina ni usa esa vestimenta, él puede conectarse

---

<sup>10</sup> (Sandra, comunicaciones personales, abril 21, 2019)

<sup>11</sup> (Sandra, comunicaciones personales, abril 21, 2019)

<sup>12</sup> (Sandra, comunicaciones personales, abril 21, 2019)

<sup>13</sup> (Josefina, comunicaciones personales, abril 27, 2019)

con el pueblo a través de la comida que contiene los recuerdos de su madre. Según Bascuñan-Wiley (2018), “Si bien algunas prácticas culturales y lingüísticas no han persistido durante generaciones en la diáspora, la comida ha facilitado simultáneamente la práctica de las tradiciones de la patria y el compromiso con las comunidades locales.” En este caso, la identidad en la comida es expresada entre intergeneraciones.

### *Malos recuerdos y dolor*

Como he dicho, la comida nos permite pensar en los recuerdos, nos permite experimentar las emociones de los mismos. Sin embargo, no decidimos cuáles momentos o a cuáles personas queremos recordar. Los recuerdos se forman según el impacto en nosotros de un lugar o de una persona. Esos impactos puedan ser bonitos, pero también pueden ser tristes. María conserva en su memoria su niñez comiendo el pan de harina. En su pueblo, solo hacían pan en el horno de barro para el 2 de noviembre - un feriado cuando se celebra el día de los Santos<sup>14</sup>. La gente de su pueblo hacía pan para ese día y ella siempre pedía que le guardaran uno para ella. María esperaba un año para comer ese pan porque no tenía el dinero para comprarlo<sup>15</sup>. Para ella, ese pan es un recuerdo de su niñez, pero también de su pobreza. En este caso, la relación con comida lleva recuerdos que tal vez quisiera olvidar. Para otras mujeres, las comidas de su pueblo les hace recordar la explotación y el sufrimiento de sus ancestros. Cuando hablé con Angela, estábamos sentadas en una mesa dentro de un cuarto en el sindicato. Hablando más sobre los recuerdos que aparecen cuando come la sopa de chairo, ella se quedó sentada y callada. Podía ver en sus ojos que estaba conteniendo las lágrimas. Me contó que también piensa en cómo su comunidad ha

---

<sup>14</sup> (María, comunicaciones personales, abril 30, 2019)

<sup>15</sup> (María, comunicaciones personales, 30 abril, 2019)

sufrido y sigue sufriendo. Ella cree que sus antepasados que trabajaron duro para surgir pero la comunidad sigue en pobreza. En los casos de María y de Angela, podemos ver que sus comidas se mezclan con los sabores de su sufrimiento y el sufrimiento de sus antepasados.

### ***Resultados***

Según Holtzman (2006),

Vistas occidentales de la comida y el cuerpo [son] los agradables olores y sabores de la buena comida con mucha menos atención a otros tipos de sensaciones, menos epicúreas y, a veces, menos agradables, ya sea plenitud, energía, letargo, hambre, enfermedad o incomodidad.

Es verdad. Yo empecé esta corta investigación pensando que todo migrante tendría una nostalgia por su tierra como mis padres tienen por la suya. Esta investigación corta me mostró que la relación que los migrantes tienen con la comida de su hogar es compleja. Lleva recuerdos y un amor por su tierra natal, pero también puede llevar lo contrario – es un espectro. Algunas están adoptando comidas de la ciudad, sin embargo, no es un acto que con lleva el abandonar a su comunidad ni su identidad. La relación siempre está evolucionando. Por ejemplo, María and Angela no podían comer cualquier alimento en su pueblo por su situación económica.

Actualmente tienen acceso a platos cochabambinos que antes no podían comer. Pueden explorar otras comidas de la ciudad y de Bolivia que antes no podían. Para ellas, los platos nuevos que cocinan y comen es un símbolo de que están saliendo adelante. Un documental en Netflix que se llama “Street Food” explica que, “La comida es la que nos une. No sólo nos lleva atrás en la historia, sino que es una manera de llevar adelante nuestras tradiciones”. Por lo tanto, es posible que las mujeres están adoptando costumbres de la ciudad sin olvidarse de sus raíces. De

cualquier forma, las mujeres pueden mezclar lo tradicional con lo moderno sin tener que escoger una identidad ni comunidad sobre la otra.

### ***Conclusión***

Entonces, ¿qué nos dice esto? Nos dice que nuestras identidades y los recuerdos no siempre son fijos. Después de realizar las entrevistas a seis mujeres involucradas en el Sindicato de las Trabajadoras del Hogar, pude explorar la relación que ellas tienen con los alimentos de su pueblo. La comida puede ser una manera de expresar los recuerdos y las identidades pero la relación entre ellas y la comida son construidas a medida que las personas experimentan esta fase de su vida. Un migrante puede ser recordar su hogar y a las personas de su comunidad a través de la comida. Esos recuerdos pueden ser bonitos, pero también pueden llevar tristeza. Sin embargo, la relación siempre se está transformando, y cuando se transforma, también se reconstruye cómo se lleva la identidad.

***Bibliografía***

Angela, comunicaciones personales, abril 21, 2019

Bascañan-Wiley, Nicholas, (2018). *Sumud and Food: Remembering Palestine through Cuisine in Chile*. Paper presented at “Mjaddarah” to “Fatti de Luxe:” Food and Middle Eastern Diasporas conference, Raleigh, NC, April 2018.

Chapman, G., & Beagan, B. (2013). Food Practices and Transnational Identities: Case Studies of Two Punjabi-Canadian Families. *Food, culture, & society*, 16:367-386

David Gelb, Brian McGinn, Jason Stermann. (2019). *Street Food: Delhi, India*. Los Angeles, California: Netflix.

Holtzman, Jon, (2006). Food and Memory. *Annual Reviews of Anthropology*, 35:361-78

Josefina, comunicaciones personales, abril 27, 2019

Maria, comunicaciones personales, 30 abril, 2019

Sandra, comunicaciones personales, abril 21, 2019

Veronica, comunicaciones personales, mayo 4, 2019



***Contactos***

El Sindicato de las Trabajadoras del Hogar - Entre la Calle Uruguay y Nataniel Aguirre

Marizol - Profesora del sindicato