

“La resistencia se cuece en la cocina”: tensiones, transformaciones y desafíos en una cultura alimentaria española globalizada

Rocío Pérez-Gañán

Universidad de Oviedo, España 

Carmen Lozano-Cabedo

Universidad Nacional de Educación a Distancia, España 

<https://dx.doi.org/10.5209/poso.97302>

La comida es una forma central de expresión cultural. Lo que comemos, cómo lo hacemos y con quién compartimos la mesa habla de gustos y preferencias, pero también de relaciones sociales, valores colectivos y formas de vida. Mintz (1996) mostró que las decisiones alimentarias están atravesadas por una economía global que transforma las prácticas culinarias locales. Warde (2014, 2016) subrayó, además, que esa globalización tiende a imponer pautas homogeneizadoras, aunque sus efectos varían según las sociedades y los grupos sociales, produciendo también desigualdades alimentarias. La alimentación queda así situada en un campo de fuerzas contrapuestas de adaptación, transformación y resistencia. Sin embargo, la cultura alimentaria no recibe estos cambios de forma pasiva. Las comunidades los “domesticar” al incorporarlos a prácticas, memorias y tradiciones previas (Mintz, 1996; Appadurai, 2001; Poulain, 2019). En los hogares, los productos globales se reinterpretan, adquieren nuevos sentidos y se adaptan a contextos concretos de consumo (Mintz, 2003; Warde, 2014). Pero el movimiento también opera en sentido inverso cuando la globalización redefine lo deseable, lo aceptable y lo legítimo en torno al comer, apoyándose en instituciones, mercados y discursos normativos (Barthes, 1961; Alonso, 2005). Así, los alimentos dejan de ser solo sustancias que nutren o expresan pertenencia; se cargan de valores, percepciones y jerarquías que los convierten también en mercancías y producen nuevas formas de entender la alimentación (Barthes, 1961; Fischler, 2010).

Esta transformación se expresa en distintos planos, desde la reorganización de los roles y las relaciones de poder en la producción, distribución y gestión de los alimentos hasta la creciente intervención institucional sobre la industria, la producción y los hábitos alimentarios. También aparece en respuestas sociales que oscilan entre la adaptación, el malestar y la resistencia ante las estructuras y reglas del sistema alimentario globalizado (Díaz-Méndez y García Espejo, 2021). Bajo esta mirada, resulta necesario comprender la globalización alimentaria como un campo dinámico de tensiones, donde fuerzas diversas redefinen nuestra relación con los alimentos y con el propio acto de comer.

En este marco, la propuesta de este monográfico enfatiza la capacidad de la sociedad para dar forma a sus propias experiencias alimentarias en un mundo globalizado, visibilizando las tensiones, resistencias y desafíos para adaptar y transformar las influencias globales de acuerdo con sus propias culturas y prácticas alimentarias. Para ello, el monográfico se articula en tres ejes principales: 1) Dinámicas y tensiones actuales en el sistema alimentario español; 2) Resistencias y respuestas locales a la homogenización de las prácticas alimentarias y 3) Escenarios y desafíos futuros para un sistema alimentario sostenible, inclusivo y socialmente justo.

1. Dinámicas y tensiones en el sistema alimentario español

El primer eje que se aborda en este monográfico focaliza en las complejas dinámicas y tensiones que configuran el sistema alimentario (Díaz-Méndez y Lozano-Cabedo, 2020). Si bien la ambivalente modernidad nunca estuvo exenta de resistencias, conflictos, contradicciones y distintas manifestaciones de malestar, es en los últimos decenios cuando estos parecen haber explotado (Bauman, 2000; Sennett, 2000). Entre unos indicadores que apuntan, al menos en las sociedades desarrolladas, a unas situaciones de bienestar jamás antes conocidas, se identifica un aumento de las expresiones vivenciales que denotan falta de anclaje (Giddens, 1993) y se aprecia el crecimiento de miedos, temores, faltas de confianza e inseguridades.

Un campo tan social y cotidiano como el de la alimentación está en el centro de esos desanclajes, pues la abundancia y variedad de los alimentos en el Norte global y los mecanismos para garantizar la seguridad alimentaria chocan con la sensación de inseguridad, riesgo e incertidumbre que este tema genera en muchos consumidores (Callejo, 2010). En este proceso de desanclaje se ponen a prueba fuerzas sociales contrapuestas: por un lado, la “dieta cultural” (Contreras, 2022), es decir, de una cultura alimentaria arraigada

en la tradición y transmitida y reproducida informalmente, con una propuesta de modelo del “comer bien” sustentada en la manipulación de recursos escasos, el goce corporal y los cambios estacionales (Herrero Racionero, 2010). Y, por otro, la “dieta nutricional” sustentada en una cultura normativa institucional, formalizada, que propone un marco del “comer bien” basado en la asunción de normas abstractas de racionalidad nutricional al que todo el mundo debe ajustarse y que, además, debe enmarcarse en un sistema alimentario sostenible y justo (FAO y WHO, 2019).

En el artículo “Los núcleos del malestar con el sistema alimentario en España”, Javier Callejo Gallego y Cecilia Díaz Méndez profundizan en esta cuestión al analizar cómo se reconceptualiza el alimento en este proceso de cambio cultural y la distancia que existe entre el ideal normativo acerca de lo que “debe ser” el comer y las condiciones objetivas de las prácticas alimentarias. Muestran que el ideal alimentario de la ciudadanía española marca una cierta distancia con el marco institucional, ya que “comer bien” está asociado con comida sana, nutritiva, variada, pero también placentera, y no se vincula con una alimentación más sostenible y justa. Apuntan también a que los niveles de malestar en la sociedad española son moderados y se concentran en los procesos extradomésticos, es decir, en los agentes mediadores entre el comensal y el alimento (producción, industria y distribución alimentaria). En contraposición, el bienestar aparece vinculado a los procesos de gestión doméstica de los alimentos. Es en los procesos de preparación y elaboración casera de la comida y en su consumo en los hogares (comer en casa y con la familia) donde se restablece la confianza con la alimentación, al ser la etapa sobre la que se tiene un cierto control y porque en ella prima la “dieta cultural”, la visión tradicional del “comer bien”, y donde se mitiga el malestar que generan las otras fases del sistema alimentario.

Por su parte, María Dolores Martín-Lagos López, Philippe Cardon y Vivian Benitez-Hidalgo destacan que los comportamientos, gustos y preocupaciones respecto a la alimentación siguen teniendo una importante dimensión de género en el artículo “La alimentación desde la perspectiva de género: gustos, preocupaciones y organización del trabajo doméstico”. Señalan que las mujeres vinculan, en mayor medida, “la buena alimentación” con lo saludable y con el consumo de alimentos enriquecidos, vitaminas y suplementos, mientras que los hombres la asocian con el placer y la alimentación sostenible. Aunque no observan diferencias estadísticamente significativas en el bienestar que genera el consumo de determinados alimentos entre hombres y mujeres, sí que se aprecia que la carne genera mayor bienestar entre los primeros. Varones y mujeres afirman que cocinar, planificar y hacer la compra les genera bienestar. Sin embargo, persisten grandes diferencias ante el trabajo doméstico alimentario, pues las mujeres son, mayoritariamente, las responsables de cocinar y de hacer la compra en casi siete de cada diez casos. Por tanto, a pesar de los cambios sociales operados en la sociedad española hacia una mayor igualdad y corresponsabilidad, esta tendencia parece estar estancada en el ámbito de la gestión doméstica de la alimentación, pues el papel de la mujer como proveedora de alimentación saludable sigue siendo primordial, vinculada a la idea de buena madre y cocinera.

2. Resistencias y respuestas a la homogenización de las prácticas alimentarias

El segundo eje aborda cómo se responde en España a la homogenización creciente de las prácticas alimentarias impuesta por la globalización. Los estudios empíricos realizados (Warde y Cheng, 2007; Davidson y Gauthier, 2010; López Martín-Lagos, 2011; Díaz Méndez, 2013; Díaz Méndez y García Espejo 2014) han puesto de manifiesto que, a pesar de que se ha estandarizado la oferta de alimentos y algunas pautas de compra, preparación y consumo, los hogares no pierden protagonismo en la reproducción de la cultura alimentaria. Tampoco se observa una orientación contundente hacia pautas alimentarias más homogéneas y externas, sino más bien la estandarización de algunos hábitos que coexisten con pautas alimentarias de origen nacional sobre las que se asientan las tendencias más generales de cambio. Es decir, los individuos y las comunidades locales resisten a estos productos y prácticas globales adaptándolos a sus propios contextos, integrando valores autóctonos y creando nuevos significados para los alimentos, en línea con la idea de que las culturas “domesticar” los cambios (Mintz, 1996; Warde, 2014).

Sergio Sánchez Jiménez y Sandra Sánchez Sánchez se aproximan a esta cuestión en su artículo “Consumo consciente y responsable: un análisis cuantitativo de sus posibilidades desde la posición alimentaria”. Partiendo de la teoría de las prácticas sociales (Bourdieu, 1998, 1999; Warde, 2016), y aplicando el concepto de posición alimentaria —que permite conectar los condicionantes estructurales con las disposiciones individuales en torno a la alimentación—, los autores analizan las prácticas y actitudes en torno al consumo consciente y responsable de alimentos de la población española. Los resultados obtenidos ponen de relieve que las variables culturales son las que determinan la probabilidad de realizar, o no, prácticas de compra y consumo responsable de alimentos, mientras que las variables sociodemográficas tienen más peso a la hora de explicar las actitudes relacionadas con el consumo socialmente consciente. Lo que apunta a que los análisis sobre este tema no solo deberían tener en cuenta el contexto sociodemográfico, sino tomar en consideración la posición alimentaria de los sujetos, es decir, los factores culturales del modelo alimentario español si se quiere comprender el fenómeno en su totalidad.

Camila Hernández Martínez y Rocío Pérez-Gañan contribuyen también a este análisis en su artículo “Entre la asimilación y la resistencia: tensiones cotidianas en torno a la cultura alimentaria, el cuerpo y la identidad de mujeres migrantes colombianas en Asturias”. Su estudio explora, desde una perspectiva de género e interseccionalidad, los cambios en las prácticas alimenticias de las migrantes como estrategias de adaptación y supervivencia, y se discute la aculturación alimentaria y la asimilación desde la mesa (Solans, 2020). A través de las narrativas propias de las mujeres, se muestra como, desde lo personal y lo íntimo,

desde sus propias cocinas, mantienen prácticas de resistencia alimentaria tanto a los procesos de asimilación en el contexto migratorio como a los de homogeneización global (Romo y Gil, 2012). En el caso de las mujeres colombianas en Asturias, la “domesticación alimentaria” se manifiesta en la recreación de sus comidas tradicionales utilizando ingredientes locales y globales disponibles en su nuevo entorno. Es decir, la comensalidad se convierte en un medio para preservar la memoria cultural y la identidad, aun en contextos de cambio y desplazamiento. Así, la cocina se convierte en un campo de batalla simbólico donde se disputan y se renegocian las identidades y las pertenencias, permitiendo a estas mujeres afirmar su agencia en un contexto de migración y globalización.

3. Escenarios y desafíos futuros para un sistema alimentario sostenible, inclusivo y socialmente justo

Este eje se centra en analizar los escenarios y desafíos que enfrenta el sistema alimentario en su evolución hacia un modelo más sostenible, inclusivo y socialmente justo. Los cambios globales y las señales de crisis en torno a los sistemas alimentarios han puesto de manifiesto la necesidad de transformaciones urgentes y profundas. Los diferentes actores del sistema alimentario pueden desempeñar un papel clave en este proceso, promoviendo modelos de alimentación sostenibles y marcos innovadores de gobernanza (Díaz-Méndez y Lozano-Cabedo, 2020; Esmoris Varela *et al.*, 2024). En los últimos años, han emergido múltiples acciones cívicas y políticas alimentarias como prácticas de resistencia: *buycott* y *boycott*, movimientos de estilo de vida centrados en la alimentación (*foodies*, veganos, climatarianos, etc.), agricultura promovida por la comunidad, cooperativas agroecológicas, Red de Municipios por la Agroecología o movimientos internacionales como *Slow Food* o Vía Campesina (Novo y Lozano-Cabedo, 2024). El concepto de ciudadanía alimentaria ha contribuido también a este debate, al centrarse en la participación, los derechos y las responsabilidades en el ámbito alimentario (Wilkins, 2005; Lozano-Cabedo y Gómez-Benito, 2017). Su construcción requiere de la colaboración de múltiples actores comprometidos con la creación de nuevas estructuras y prácticas frente a la complejidad técnica y organizativa del sistema agroalimentario global (Hatanaka, 2020; Moon, 2021).

Las y los jóvenes representan el futuro de la alimentación, pudiendo desempeñar un papel esencial en la transformación de los sistemas alimentarios hacia prácticas más sostenibles, saludables y justas, aunque también son uno de los grupos sociales en los que han penetrado con mayor intensidad las prácticas alimentarias homogéneas y estandarizadas (Warde y Cheng, 2007). Los centros educativos ocupan una posición privilegiada para trabajar con este colectivo en la construcción de contextos de aprendizaje que promuevan una educación crítica y transformadora (Migliorini *et al.*, 2020), así como nuevos hábitos de consumo de alimentos. Pueden constituirse también como ámbitos de resistencia alimentaria a las dinámicas homogeneizadoras, al favorecer que el alumnado adquiera conocimientos y competencias (extra)curriculares, confronte la teoría con la realidad, y desarrolle responsabilidades académicas, cívicas y políticas, en cuanto ciudadanos y ciudadanas (Estandarte *et al.*, 2022).

El artículo titulado “Clase social y adolescencia. Los discursos docentes ante los hábitos alimentarios en la educación secundaria”, elaborado por Guadalupe Ramos Truchero, Jesús Rivera Navarro y Raquel Vidal Blanco explora los discursos sociales que el profesorado de centros educativos que pertenecen a barrios de diferente nivel socioeconómico de las ciudades de Madrid y Bilbao tienen sobre el entorno alimentario que rodea a los y las adolescentes. Los resultados muestran que el nivel socioeconómico de la familia o del barrio donde se ubican los centros educativos no parece ser determinante en los hábitos del alumnado, pues estos desarrollan una alimentación no saludable en todos los lugares analizados. Estas “malas” elecciones alimentarias no se explican, según el profesorado, por la disponibilidad económica para escoger alimentos saludables y caros sino porque su paladar prefiere los sabores de los alimentos insanos y de fácil consumo.

También aluden al entorno alimentario de los centros escolares donde solo se pueden encontrar establecimientos que ofertan alimentación poco saludable y al ámbito familiar, al que consideran un agente de socialización alimentaria que, en muchos casos, está ausente, lo que explica la pérdida de control sobre los hábitos alimentarios de los hijos/as que termina por afectar a las jornadas escolares. Estos procesos muestran que los y las docentes tienen una idea de la familia basada en un estándar de prácticas alimentarias saludables que, de alguna manera, contribuye a presionar a las mismas hacia un ideal alimentario que no es fácil de alcanzar para muchas de ellas (Bowen *et al.*, 2020). Ante esta situación, el profesorado se presenta a sí mismos y a los centros educativos como “refugios alimentarios” frente a las amenazas de los entornos alimentarios escolares y la falta de supervisión de las familias sobre lo que comen sus hijos/as, abanderando la preocupación por inculcar una alimentación saludable a los y las adolescentes.

Por último, Carmen Lozano-Cabedo, Gustavo Pinto da Silva y Diana María Orozco Soto exploran en su artículo: “Promoviendo ciudadanía alimentaria en el ámbito universitario”, la capacidad de las actividades de extensión universitaria y las prácticas académicas como “palancas de cambio” para promover la ciudadanía alimentaria. Para ello analizan la experiencia del estudiantado que ha realizado sus prácticas profesionales en la PoliFeira do Agricultor en el caso de la Universidade Federal de Santa María (Brasil), y en los servicios de alimentación y nutrición a colectividades, en el caso de la Universidad de Antioquia (Colombia). Partiendo de la propuesta teórica de ciudadanía alimentaria de Lozano-Cabedo y Gómez-Benito (2017), articulada en torno a ocho proposiciones, evidencian el potencial de estas experiencias como espacios de aprendizaje y formación en materia de alimentación y sistema alimentario. Asimismo, destacan su capacidad para promover diversas dimensiones de la ciudadanía alimentaria, al integrar a diferentes actores del sistema alimentario; facilitar un acceso justo e igualitario a una alimentación saludable y de calidad, especialmente para colectivos desfavorecidos; y empoderar a las y los estudiantes —y al resto de actores que participan

en la experiencia—, permitiéndoles asumir su responsabilidad en la transformación del sistema alimentario, tanto como profesionales, como en su condición de ciudadanos y ciudadanas (Silva y Zanella, 2020; Orozco Soto, 2025). Se destaca también el potencial de estos proyectos educativos, dado que pueden aplicarse en diversos contextos —como colegios, hospitales o prisiones—, así como su capacidad para interactuar con múltiples políticas públicas: alimentarias, nutricionales, ambientales y agrarias.

Bibliografía

- Alonso, L. E. (2005): *La era del consumo*, Madrid, Siglo XXI Editores.
- Appadurai, A. (2001): *La modernidad desbordada*, Buenos Aires, Fondo de Cultura Económica.
- Barthes, R. (1961): "Pour une psycho-sociologie de l'alimentation contemporaine", *Annales. Histoire, Sciences Sociales*, 16(5), pp. 977-986.
- Bauman, Z. (2000): *Modernidad líquida*, Buenos Aires, Fondo de Cultura Económica.
- Bourdieu, P. (1998): *La distinción. Criterio y bases sociales del gusto*, Madrid, Taurus.
- Bourdieu, P. (1999): *Meditaciones pascalianas*, Barcelona, Anagrama.
- Bowen, S., J. Brenton y S. Elliott (2020): *Pressure Cooker: Why home cooking won't solve our problems and what we can do about it*, Oxford, Oxford University Press.
- Callejo, J. (2010): "La confianza en la alimentación dentro de las sociedades modernas", *Papers. Revista De Sociologia*, 95(2), pp. 483-504. <https://doi.org/10.5565/rev/papers/v95n2.18>
- Contreras, J. (2022): *¿Seguiremos siendo lo que comemos?*, Barcelona, Icaria.
- Davidson, R. y A. H. Gauthier (2010), "A cross-national multi-level study of family meals", *International Journal of Comparative Sociology*, 51, pp. 349-365.
- Díaz Méndez, C. coord., (2013): *Hábitos alimentarios de los españoles*, Madrid, Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente.
- Díaz Méndez, C. y I. García Espejo (2014): "Eating practice models in Spain and the United Kingdom: a comparative time use analysis", *International Journal of Comparative Sociology*, 55(1), pp. 24-44. <https://doi.org/10.1177/0020715213519657>
- Díaz Méndez, C. y I. García Espejo, coords., (2021): *El malestar con la alimentación*, Gijón, TREA.
- Díaz-Méndez, C. y C. Lozano-Cabedo (2020): "Food governance and healthy diet an analysis of the conflicting relationships among the actors of the agri-food system", *Trends in Food Science & Technology*, 105, pp. 449-453. <https://doi.org/10.1016/j.tifs.2019.08.025>
- Esmoris Varela, N., S. Otero Estévez y S. Sánchez Sánchez (2024): "La alimentación en el discurso institucional internacional: un análisis léxico de los documentos oficiales sobre cambio climático", *Política y Sociedad*, 61(3), e88151. <https://doi.org/10.5209/poso.88151>
- Estandarte, A., T. Gurgenidze, T. Urushadze y A. Ploeger (2022): "Knowledge and Expectations Regarding Sustainable Food Systems among Students from Georgian Agricultural Universities and Georgian Food Industry Representatives", *Sustainability*, 14(9), 5128. <https://doi.org/10.3390/su14095128>
- FAO y WHO (2019): *Sustainable healthy diets – Guiding principles*, Roma, FAO.
- Fischler, C. (2010): "Gastro-nomía y gastro-anomía. Sabiduría del cuerpo y crisis biocultural de la alimentación moderna", *Gazeta de Antropología*, 26(1), 09. <http://10.30827/Digibug.6789>
- Giddens, A. (1993): *Consecuencias de la modernidad*, Madrid, Alianza Editorial.
- Hatanaka, M. (2020): "Beyond consuming ethically? Food citizens, governance, and sustainability", *Journal of Rural Studies*, 77, pp. 5-62. <https://doi.org/10.1016/j.jrurstud.2020.04.006>
- Herrero Racionero, P. (2010): *Del comer al nutrir. La ignorancia ilustrada del comensal moderno*, Madrid, Plaza y Valdés CEIC.
- López Martín-Lagos, M. D. (2011): "Consumption and modernization in the European Union", *European Sociological Review*, 27, pp. 124-137.
- Lozano-Cabedo, C. y C. Gómez-Benito (2017): "A Theoretical Model of Food Citizenship for the Analysis of Social Praxis", *Journal of Agricultural and Environmental Ethics*, 30(1), pp. 1-22. <https://doi.org/10.1007/s10806-016-9649-0>
- Novo, A. y C. Lozano-Cabedo (2024): "The political dimension of food in Spain. A taxonomy of civic and political actions", *Food, Culture & Society*, 27(4), pp. 973-91. <https://doi.org/10.1080/15528014.2023.2263704>
- Migliorini, P., A. Wezel, E. Veromann, C. Strassner, D. Średnicka-Tober, J. Kahl, S. Bügel, T. Briz, R. Kazimierczak, H. Brives, A. Ploeger, U. Gilles, V. Lüder, O. Schleicher-Deis, N. Rastorgueva, F. Tuccillo, L. Talgre, T. Kaart, D. Ismael y E. Rembiałkowska (2020): "Students' knowledge and expectations about sustainable food systems in higher education", *International Journal of Sustainability in Higher Education*, 21(6), pp. 1087-1110. <https://doi.org/10.1108/IJSHE-12-2019-0356>
- Mintz, S. (1996): *Tasting Food, Tasting Freedom: Excursions into Eating, Culture, and the Past*, Boston, Beacon Press.
- Mintz, S. (2003): *Sabor a comida, sabor a libertad. Incursiones en la comida, la cultura y el pasado*, México, CIESAS/Ediciones de la Reina Roja/Conaculta.
- Moon, S. (2021): "Women's food work, food citizenship, & transnational consumer capitalism: a case study of a feminist food cooperative in South Korea", *Food, Culture & Society*, 25 (3), pp. 449-467. <https://doi.org/10.1080/15528014.2021.1892255>
- Orozco Soto, D. M. (2025): *Formación en Ciudadanía Alimentaria con Enfoque Multicultural: comprensión de los aportes de las prácticas profesionales en servicios de alimentación y nutrición a colectividades*. Tesis

- doctoral inédita, Universidad de Antioquia, Medellín. Disponible en: <https://hdl.handle.net/10495/49604>. [Consulta: 20 de diciembre de 2025]
- Poulain, J. P. (2019): *Sociologías de la alimentación: los comensales y el espacio social alimentario*, Barcelona, Editorial UOC, S.L.
- Sennett, R. (2000): *La corrosión del carácter. Las consecuencias personales del trabajo en el nuevo capitalismo*, Barcelona, Anagrama.
- Silva, G. P. da y R. Zanella (2020): "A contribuição da Polifeira do agricultor (UFSM – Santa Maria) com a Segurança Alimentar e Nutricional", en P. V. Preiss, S. Schneider y G. Coelho-de-Souza, eds., *A Contribuição Brasileira à Segurança Alimentar e Nutricional sustentável*, Santa María, Editora da UFRGS, pp. 227-241.
- Solans, A. M. (2020): "Por mis hijos hay que cocinar", Alimentación y cuidado entre mujeres migrantes en Buenos Aires, *Quaderns De l'Institut Català d'Antropologia*, 35, pp. 111-127.
- Romo, R. A., y J. M. Gil (2012): "Ethnic identity and dietary habits among Hispanic immigrants in Spain", *British food journal*, 114(2), pp. 206-223. <https://doi.org/10.1108/00070701211202395>
- Warde, A. y S. L. Shu-Li Cheng (2007): "Changes in the Practice of Eating: A Comparative Analysis of Time-Use", *Acta Sociologica*, 50(4), pp. 363-385. <https://doi.org/10.1177/000169930708>
- Warde, A. (2014): "After taste: Culture, consumption and theories of practice", *Journal of consumer culture*, 14(3), pp. 279-303. <https://doi.org/10.1177/1469540514547828>
- Warde, A. (2016): *The Practice of Eating*, Cambridge, Polity Press.
- Wilkins, J.L. (2005): "Eating right here: Moving from consumer to food citizen", *Agriculture and Human Values*, 22, pp. 269-273. <https://doi.org/10.1007/s10460-005-6042-4>

