

Dr. en E. S. Emilio Gerardo Arriaga González
Director del Instituto de Estudios Sobre la Universidad, IESU

Dra. en E. B. Guadalupe Nancy Nava Gómez
Subdirectora Académica del Instituto de Estudios Sobre la
Universidad, IESU

Mtra. en E. U. R. Ana María Marmolejo Uribe
Subdirectora Administrativa del Instituto de Estudios Sobre la
Universidad, IESU

Dra. en H. Hilda Carmen Vargas Cancino
Coordinadora de la RITEISA y del Programa de Estudio,
Promoción y Divulgación de la No-violencia

Dra. en H. Yazmin Araceli Pérez Hernández
Encargada del diseño y contenido parcial del Boletín bimestral
de la RITEISA

Dirección: Av. Paseo Tollocan 1402 (2,46 km)
50110 Toluca de Lerdo, Estado de México,
México

Tel: 722 2145351

Correo:
riteisa2020@gmail.com



Red de Soberanía Alimentaria



www.riteisa.org



Universidad Autónoma
del Estado de México

Instituto de Estudios Sobre la Universidad - UAEMEX y la Red Internacional
Transdisciplinaria para la Educación e Investigación en Soberanía Alimentaria. Diálogos
entre la Universidad y la Comunidad

BOLETÍN BIMESTRAL RITEISA-AHIMSA



**Primer ciclo de Encuentros
pluriepistémicos. Un acercamiento a la
Ciencia de frontera**

**Comer juntos como una recomendación
alimentaria para la alimentación saludable y
sostenible**

**Conceptos clave sobre
el consumo ético**

**Tres motivos para hablar de gastronomía,
sin ser un Chef**

**Activismo alimentario desde
una visión transdisciplinaria**

Año 2
Número 4
agosto-septiembre 2025



Contenido

Primer ciclo de Encuentros
pluriepistémicos. Un acercamiento a la
Ciencia de frontera
.....4

Yazmin Araceli Pérez Hernández

Comer juntos como una
recomendación alimentaria para la
alimentación saludable y
sostenible.....6

Ana Gabriela Cabrera Rebollo

Conceptos clave sobre
el consumo ético.....9

Hilda C. Vargas Cancino

Tres motivos para hablar de gastronomía,
sin ser un
Chef.....10

Lucía M. Collado Medina

Activismo alimentario desde
una visión transdisciplinaria
.....13

María del Rosario Guzmán Alvirde

Primer ciclo de Encuentros pluriepistémicos. Un acercamiento a la Ciencia de frontera

*Por: Yazmin Araceli Pérez Hernández

El pasado **5 y 6 de agosto** se llevó a cabo en las instalaciones del Instituto de Estudios Sobre la Universidad (IESU), el **Primer ciclo de Encuentros Pluriepistémicos. Un acercamiento a la Ciencia de Frontera***, evento internacional organizado por la Dra. Hilda Vargas, coordinadora de Riteisa.

Este Primer ciclo tuvo como invitados especiales al Dr. Carlos Eduardo Martínez Hincapié, politólogo, pedagogo y artista plástico de crítica social (Colombia); la Dra. Bienvenida Sánchez Alba de la Facultad de Educación de la Universidad Complutense de Madrid (España) y la Mtra. Adriana Leticia Estrella González (México), egresada de la Universidad Autónoma del Estado de México, tallerista artística y pintora con boca; además de contar con la asistencia de oferentes del Mercado de Comercio Justo en su mayoría procedentes de la Facultad de Odontología de la UAEMéx, así como artistas de diversas áreas (artes teatrales, pintura y danza), académicos, alumnado del posgrado en Humanidades; posdoctorantes del IESU, así como un representante político.

Uno de los objetivos de estos encuentros fue generar un marco teórico para sustentar el acercamiento a la ciencia de frontera, desde epistemologías plurales en educación universitaria para la sostenibilidad, a partir del ejercicio de diálogo de saberes entre ponentes y los asistentes de las distintas áreas.

Durante la primera parte de estos encuentros, los expositores Carlos Eduardo, Bienvenida y Leticia, compartieron desde su área de experien-

-cia, es decir, desde la educación, el arte y el Aprendizaje-servicio, propuestas epistemológicas de conocimiento. Posteriormente, tuvo lugar el diálogo horizontal entre éstos y las y los asistentes quienes plantearon preguntas y compartieron también sus *sentisaberes*.

La segunda parte del encuentro estuvo dedicada al análisis y reflexión de algunas pinturas de la obra “En la piel de la humanidad”, del Dr. Carlos Eduardo Martínez, con el objetivo de demostrar que existen otras formas de generar conocimiento a través del arte, las emociones y las diversas perspectivas e interpretaciones en torno a una obra artística.

Finalmente, se invitó a las y los asistentes a compartir propuestas educativas concretas desde la perspectiva de los plurisaberes, tomando en consideración a la comunidad y la academia, entre las que destacaron: recuperar la conexión con la naturaleza, integrar la pluralidad de saberes y conocimientos ancestrales directamente en el aula, la educación emocional y la espiritualidad, entre otras.



*Proyecto de investigación: "Epistemologías plurales en educación universitaria para la sostenibilidad. Un acercamiento a la ciencia de frontera", registro SIEA 7300/2025 SF.

Comer juntos como una recomendación alimentaria para la alimentación saludable y sostenible

*Por: Ana Gabriela Cabrera Rebollo

Las recomendaciones alimentarias han existido desde épocas anteriores, pero aquellas basadas en los conocimientos de la nutrición pueden identificarse por periodos y enfoques, que desde 1850, muestran la evolución del conocimiento en materia de nutrición desde el conteo de calorías y la importancia de vitaminas, pasando por la identificación de nutrientes buenos y malos para el cuerpo, hasta llegar a un enfoque que busca optimizar la salud (Scrinis, 2013).

Actualmente existen diversos problemas de salud en la población mexicana, pero los relacionados a la alimentación y la nutrición se ven reflejados en la prevalencia de sobrepeso y obesidad en diferentes grupos de edad, que aumentan el riesgo de enfermedades no transmisibles como la diabetes, la hipertensión y otras (Shamah-Levy et al., 2024).

Por si fuera poco, la alimentación no sólo impacta en la salud de las personas, sino que, afecta la vida planetaria, debido a que la forma en que se producen, distribuyen y consumen los alimentos contribuye al cambio climático (SSA, INSP y UNICEF, 2023). De ahí la importancia de no abordar la alimentación o la nutrición aislada de los factores socioeconómicos, culturales, antropológicos y ambientales que afectan las decisiones al comer.



Dentro de las Guías alimentarias saludables y sostenibles para la población mexicana 2023 (SSA, INSP y UNICEF, 2023) se plantean diez recomendaciones para tener una mejor alimentación con menor impacto en el ambiente, las cuales incluyen de forma general:

-  Aumentar el consumo de verduras, frutas, leguminosas, cereales de grano entero y agua natural.
-  Disminuir el consumo productos de origen animal —especialmente las carnes rojas—, los alimentos ultraprocesados y el alcohol.

Además de incluir recomendaciones sobre lactancia materna en los primeros seis meses de vida y aumentar la actividad física para todos los rangos de edad, *destaca la última recomendación: disfrutar los alimentos con familia y amigos*. Esta última sugerencia, refuerza el sentido social y comunitario de la alimentación, porque no sólo llama a convivir, sino a participar de forma colectiva y experimentar los aspectos multisensoriales, culturales y emocionales del proceso, trabajar en equipo, compartir responsabilidades y hacer conciencia mientras se fortalecen relaciones sociales y hasta el sentido de pertenencia (SSA, INSP y UNICEF, 2023).

Una mejor alimentación para todos definitivamente es una tarea colectiva y se disfruta cuando se comparte, pues comer solo –tendencia que va en aumento– afecta hábitos, cantidades y tipos de alimentos que se ingieren, además de que aumenta la velocidad de consumo y la sensación de soledad, afectando con ello el bienestar físico y mental de las personas (Spence, 2017).

Si seleccionar, preparar y consumir alimentos en colectivo genera bienestar para los individuos, las comunidades y el planeta, además de que permite formar y fortalecer conexiones, compartir saberes e historias, entonces... ¿por qué no hacerlo más seguido? Pensemos en comer juntos como una acción por y para un mundo diferente.



Referencias:

- Scrinis, G. (2013). Nutritionism. *The Science and Politics of Dietary Advice*. Columbia University Press.
- Secretaría de Salud [SSA], Instituto Nacional de Salud Pública [INSP], y Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF]. (2023). *Guías Alimentarias saludables y sostenibles para la población mexicana 2023*.
- Shamah-Levy, T., Lazcano-Ponce, E.C., Cuevas-Nasu, L., Romero-Martínez, M., Gaona-Pineda, E.B., Gómez-Acosta, L.M., Mendoza-Alvarado, L.R., Méndez-Gómez-Humarán, I. (2024). Encuesta Nacional de Salud y Nutrición Continua 2023. Resultados Nacionales. Instituto Nacional de Salud Pública.
- Spence, C. (2017). *Gastrophysics. The new science of eating*. VIKING.

Conceptos clave sobre el consumo ético

*Por Hilda C. Vargas Cancino

El consumo ético es un consumo cuestionador y reflexivo que está consciente de los impactos que genera. Se construye desde la colectividad y para la comunidad de la Vida.

Establece patrones de comportamiento para la salud individual y del planeta, prefiriendo a las y los oferentes locales (Vargas, 2018; Panchi y Vargas, 2022).



También se le conoce como responsable y solidario



Elige los productos y servicios tanto por su calidad, como por su impacto ambiental y social, considera la conducta de las empresas que los elaboran. Es solidario porque en ocasiones es más elevado el precio de los productores locales que el de los supermercados, debido al proceso artesanal de su elaboración (Vargas, 2018; Panchi y Vargas, 2022).

Un aspecto fundamental del comercio ético es la producción agroecológica

La Agroecología es una forma de sembrar, cultivar y cosechar que recupera los saberes ancestrales, es amigable con la salud individual y planetaria, cuidando los bienes naturales (suelo, agua, flora y fauna). A diferencia de la mayoría de los productos que existen en los mercados y supermercados, los cuales son cultivos llenos de pesticidas (venenos para la tierra, los bienes naturales, los animales, la salud humana y el planeta. (Vargas, 2018; Panchi y Vargas, 2022).



Referencias:

- Vargas, H. (2018). *Consumo ético y socialmente responsable. Una propuesta no-violenta desde la mirada de la Ecología profunda*. Torres y Asociados.
- Panchi, V. y Vargas, H. (2022). *Consumo responsable. Gastronomía sostenible y soberanía alimentaria*. Universidad Autónoma del Estado de México.

Tres motivos para hablar de gastronomía, sin ser un Chef

*Por Lucía M. Collado Medina

A partir de que la *Cocina*, en conjunción con la cultura, la economía y la educación, se convierte en una de las actividades productivas más importantes y redituables en todo el mundo, se decide colocarla como una profesión de nivel superior universitario.

La Universidad Autónoma del Estado de México (UAEMéx), se ha convertido en pionera, al implementar a la gastronomía como un área de formación profesional (Collado y Vargas, 2024). Se pensó en ese momento que se formarían Chefs; sin embargo, pronto se entendió que su espectro de conocimientos abarcaría un rango disciplinario mucho más amplio. *Hablar de la educación gastronómica no se limita exclusivamente, a preparar al chef o cocinero profesional.* Existen múltiples razones para adentrarse en el extenso mundo culinario incluso sin tener una formación en este ámbito.

A continuación, se exponen al menos tres motivos que destacan su importancia.

Cultura y tradición. La gastronomía es un reflejo de la cultura y las tradiciones de un país o de una región. Al hablar de comida se abren múltiples posibilidades para explorar costumbres, historias y tradiciones enraizadas en la diversidad cultural representada por las comunidades vivas y ancestrales. Cada preparación cuenta con una historia que se relaciona con el devenir de dichas comunidades en relación directa con su entorno social y natural,

de modo que cada uno de sus ingredientes conlleva de manera implícita un legado cultural. Discutir sobre gastronomía permite entender mejor la diversidad biocultural y apreciar la herencia que se transmite a través de la comida y el misticismo que rodea la comensalidad.

Conexión social. El acto social de degustar la comida ha tenido a lo largo de la historia del ser humano el poder de unir a las personas, de crear conexiones sociales al disfrutar sus sabores, crear y preparar las recetas, organizar y compartir la mesa e incluso explorar nuevas experiencias de degustación en los diversos establecimientos de restauración.

La experiencia de socializar mientras se come, se ha convertido hoy en día, en una de las formas más potentes de construir relaciones positivas, crear momentos especiales, recuerdos duraderos y un medio para intercambiar y discernir acerca de gustos, saberes y puntos de vista. La gastronomía, por lo tanto, sirve como importante puente que conecta a las personas de un modo sutil, desde el nivel emocional (Collado, 2022).



Salud y bienestar integral. La alimentación es fundamental para mantener la salud humana. A través de la gastronomía es posible disfrutar de cohesión social y fortalecer los lazos emocionales; y desde un punto de vista más técnico, hablar de la importancia de una dieta equilibrada, al conocer las propiedades nutritivas de los insumos convertidos en alimentos.



El compartir los conocimientos gastronómicos, las recetas y sus técnicas de preparación, puede inspirar al comensal para realizar elecciones más saludables y disfrutar incluso del proceso de cocinar, promoviendo así estilos de vida más saludables en comunión con un ambiente natural y social sano (Collado, Vargas y Velázquez, 2025).

En resumen, la gastronomía es un campo de conocimiento amplio y complejo que se puede explorar desde múltiples perspectivas, sin prejuicios de poder incluir de manera transdisciplinaria, a la diversidad de actores que participan en el nada simple, ejercicio de preparar, degustar y compartir en la mesa, un delicioso platillo.

Referencias:

- Collado, L. (2022). Gastronomía doméstica. Educar para la Sostenibilidad Ambiental. En Vargas, H. y Panchi. V. (Coords.). *Consumo Responsable. Gastronomía sostenible y soberanía alimentaria*, 103-126. Universidad Autónoma del Estado de México.
- Collado, L. y Vargas, H. (2024). Gastronomía sustentable, praxis necesaria en la formación profesional. *El Periplo Sustentable*, [S.l.], (47), 369 – 387. ISSN 1870-9036. Disponible en: <<https://rperiplo.uaemex.mx/article/view/21192>>. Doi: <https://doi.org/10.36677/elperiplo.v0i47.21192>.
- Collado, L., Vargas, H. y Velazquez, D. (2025). Cocina saludable en cafeterías universitarias como estrategia educativa hacia la soberanía alimentaria, desde los ODS. *Ponencia. 4º.Congreso Nacional para la Educación Ambiental para la Sustentabilidad. Ética, Ecología Política y Descolonización*. Academia Nacional de Educación Ambiental A.C. y Universidad de Guadalajara.

Activismo alimentario desde una visión transdisciplinaria

*Por María del Rosario Guzmán Alvirde

El activismo alimentario surge como una alternativa al sistema alimentario global industrializado, el cual ha contribuido a una serie de problemáticas, socioambientales interconectadas: cambio climático, crisis energética y de salud, desigualdades sociales, exclusión, entre otras (Díaz y Sevilla, 2023).



Esta práctica propone una visión integradora al cuestionar las formas hegemónicas de producción, distribución y consumo de alimentos, promoviendo un enfoque ético, sustentable y solidario.

Desde una visión transdisciplinaria, el activismo alimentario integra tanto a la comunidad como a sus necesidades, tomando en cuenta su contexto, siendo éstas impulsoras de cambios sociales, revalorizando saberes ancestrales, comunitarios y académicos con el fin de transformar los modelos agroindustriales actuales para impulsar una alimentación más saludable, justa y ambientalmente responsable (Soledad, 2016).

*Dra. en Humanidades: Ética Social. Actualmente se encuentra realizando una estancia posdoctoral en el Instituto de Estudios Sobre la Universidad (IESU).

De acuerdo con lo anterior, el activismo alimentario no se limita únicamente a las elecciones personales respecto a qué comer, sino que incluye una dimensión colectiva, política y ética que cuestiona las estructuras de poder que controlan la alimentación y sus impactos en la salud, el ambiente y la sociedad.

En ese sentido, el activismo alimentario se ha manifestado a través de movimientos sociales de cambio como *La Vía Campesina* que ha adquirido un rol central al defender la tierra, la soberanía alimentaria y la justicia social. Este movimiento, con una estructura descentralizada y una perspectiva ecofeminista representa a millones de campesinos y campesinas en todo el mundo, promoviendo la agricultura a pequeña escala y la autonomía alimentaria (Soledad, 2016; La Vía Campesina, 2021).



Fuente de la imagen: <https://www.wrm.org.uy/es/otras-informaciones/la-via-campesina-la-agroecologia-es-la-piedra-angular-de-la-soberania-alimentaria>



Fuente de la imagen: <https://redsemillas.org/micro-curso-herramientas-legales-para-la-soberania-alimentaria/>

Asimismo, la soberanía alimentaria es otro eje del activismo alimentario, que plantea la construcción de un paradigma alternativo para reconfigurar la relación entre los pueblos y sus territorios, otorgando poder político a las comunidades sobre sus sistemas alimentarios. Defiende el derecho de cada pueblo a decidir cómo producir y consumir sus alimentos, fortaleciendo

la agroecología, los mercados locales, y la economía solidaria. Además, dignifica los conocimientos tradicionales y propicia la creación de comunidades autosustentables (Garduño et al., 2023; La Vía Campesina, s.f.).

Por tanto, el activismo alimentario no solo tiene una dimensión colectiva, política y social, sino que además, posee una visión transdisciplinaria que articula diversos campos del conocimiento como la agroecología,

sociología, gastronomía y filosofía, así como saberes culturales y comunales, representando una propuesta crítica para el cambio estructural del sistema alimentario. Este enfoque supera los límites disciplinarios tradicionales ya que integra dimensiones pluriépistémicas para la resolución de los problemas complejos actuales que enfrenta la humanidad (Correa & Carlanchiani, 2021; Guzmán, 2021; Luengo, 2012).



Fuente de la imagen: <https://www.biodiversidadla.org/Campanas-y-Acciones/Construir-nuevas-y-mas-fuertes-alianzas-para-fortalecer-el-movimiento-por-la-Soberania-Alimentaria-llamado-a-la-Accion-Global>

Referencias:

- Correa D., Carlanchiani, C. (2021). Transdisciplinarietà, transversalidad y modos de formación alternativos. *Revista PACA*. 11, 175-196. <https://journalusco.edu.co/index.php/paca/article/view/3290/4270>
- Garduño, G., Vargas, H., Moctezuma, S. (2023). *Soberanía Alimentaria. Una reflexión educativa desde la transdisciplinarietà, la ecología y los mercados alternativos*. Comunicación Científica. <https://comunicacion-cientifica.com/libros/soberania-alimentaria/>
- Guzmán, M.R. (2022). *Transculturalidad como puente para el diálogo de saberes. Identificación de elementos afines, divergentes y emergentes*. Tesis Doctoral. UAEMex. IESU.
- Díaz, C. y Sevilla A. (2023). *Menú para la rebelión alimentaria en el campus*. <https://redalimentacion.org/recurso-educativo/menu-para-la-rebelion-alimentaria-en-el-campus/>
- La Vía Campesina (s.f.). *¿Qué es la soberanía alimentaria?* <https://viacampesina.org/es/que-es-la-soberania-alimentaria/>
- Luengo, E. (coord.). (2012). La transdisciplinarietà y sus desafíos a la universidad. Interdisciplina y transdisciplina: aportes desde la investigación y la intervención universitaria. *ITESO*, 9-26. <https://formacionsocial.iteso.mx/documents/10901/0/D-200400-2.pdf/c25c322f-fd1e-47bf-be55-fa427f2cda6a> [consultado el 25 de noviembre de 2021]
- Soledad, C. (2016, 20 de septiembre). Alimentación Rebelde. *La jornada*. <https://www.jornada.com.mx/2016/09/20/opinion/016a2pol>