



**Con sabor a hogar: Cocinas Migrantes a través del arte de la panadería tradicional de
Venezuela**

Carolina Gil Galeano

Trabajo de grado presentado para optar al título de Psicóloga

Asesora

Astrid Natalia Molina Jaramillo, Doctora (PHD) en Salud Pública

Universidad de Antioquia
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
Psicología
Medellín, Antioquia, Colombia
2024

Cita

(Gil Galeano, 2024)

Referencia

Gil Galeano, C. (2024). *Con sabor a hogar: Cocinas Migrantes a través del arte de la panadería tradicional de Venezuela* [Trabajo de grado profesional].

Estilo APA 7 (2020)

Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.



Grupo de Investigación Psicología, Sociedad y Subjetividades (GIPSYS).

Centro de Investigaciones Sociales y Humanas (CISH).



CRAI María Teresa Uribe (Facultad de Ciencias Sociales y Humanas)

Repositorio Institucional: <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - www.udea.edu.co

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

Agradecimientos

Agradecimientos muy especiales a las personas que accedieron a participar de esta investigación, por abrirme la puerta y permitirme conocer experiencias tan íntimas de sus historias de vida ya que sin su apoyo nada de esto hubiera sido posible. A mi asesora Astrid Natalia Molina Jaramillo por toda la energía vital que le implicó acompañarme en este proceso, gracias a ella por hacerme sentir que no estoy sola. Gracias a las amigas y maestros que conocí en este proceso formativo por entregar de sí tantos saberes valiosos que me hicieron posible descubrir un lugar seguro en el mundo. Gracias a mi familia por su apoyo incondicional, sin ellos nunca hubiera podido escoger este camino como una elección libre y desde el amor. Llevar a término este proceso significa conocer de mí, nuevas cualidades valiosas y reflejar todos aquellos testimonios para darles un lugar especial en la producción del conocimiento que se gesta en las ciencias sociales.

Tabla de contenido

Resumen.....	7
Abstract.....	8
Introducción	9
1 Planteamiento del problema.....	11
2 Justificación.....	18
3 Objetivos	20
3.1 Objetivo general	20
3.2 Objetivos específicos	20
4 Marco conceptual	21
4.1 El fenómeno de la migración.....	21
4.2 El campo de la psicología social y ambiental.....	24
4.3 La cocina tradicional de los migrantes como un lugar de encuentro.....	28
5 Metodología	30
6. Consideraciones éticas	37
7 Resultados	42
7.1. Trayectorias migratorias.....	44
7.1.1 La decisión de migrar: Entre la aventura de migrar y el migrar para cuidar(se).....	44
7.1.2 El tiempo vivido en Colombia.....	48
7.1.3 Las cosas significativas de Venezuela	51
7.2. El mundo mágico de la cocina.....	53
7.2.1 La fiesta de la cocina: La felicidad y los vínculos con otros	53
7.2.2 El amor por nuestra cultura gastronómica	56
7.2.3 Las recetas del lugar de origen	59
7.3. El arte de la panadería: Un reencuentro de sabores y saberes	63

7.3.1 El arte de hacer pan.....	63
7.3.2 Sabores y saberes alrededor de la panadería	68
7.3.3 Aprendizajes a través del tiempo vivido en la panadería /Brioche.....	74
7.4. Un lugar fértil: Un pedacito de Venezuela.....	80
7.4.1 El lugar feliz es sentirse conectado con el lugar de origen	81
7.4.2 Cualquier lugar es como casa si... ..	85
7.4.3 La cercanía con Venezuela: la continuidad del vínculo.....	88
8 Discusión.....	94
8.1. Lo innegociable “La esencia del ser venezolano”: Una articulación entre identidad y cocina	95
8.2. Lo inolvidable “Los recuerdos”: La memoria a través de la cocina y el vínculo socioespacial	103
8.3. Lo imprescindible “Un lugar feliz”: Lo que migra en las vidas ambulantes y las migraciones de la desesperación	109
9 Conclusiones	118
10 Recomendaciones	122
Referencias.....	124
Anexos	131

Lista de figuras

Figura 1 Fotovoz P2 (2024)	54
Figura 2 Recetario de lugares (2024)	61
Figura 3 Recetario de lugares (2024)	62
Figura 4 Fotovoz P1 (2024)	66

Resumen

Esta investigación busca comprender la relación entre los significados atribuidos al vínculo socioespacial y su relación con las prácticas de la cocina de origen de migrantes venezolanos establecidos de forma permanente o transitoria en Medellín. El interés la identificación de la migración como un fenómeno con un importante impacto social y busca indagar cómo el proceso migratorio incide en las vivencias de relacionamiento con los nuevos entornos que se habitan y las formas del vínculo con los lugares a través de las prácticas que hacen parte de la cocina tradicional. Esta investigación sigue un enfoque cualitativo y se basa en el método del interaccionismo simbólico para hacer hincapié en los significados intersubjetivos. Además, se han usado estrategias narrativas como los relatos de vida tematizados, a través de entrevistas y ejercicios de fotovoz.

En los resultados se presentan cuatro apartados: Inicialmente, las trayectorias migratorias de los participantes; en segunda instancia, los significados sobre la fiesta de la cocina; el tercer capítulo se denominó el arte de la panadería: un reencuentro de sabores y saberes; y el último capítulo explora los significados de un lugar fértil: un pedacito de Venezuela. Finalmente, las conclusiones se desplegaron a partir de las tres vías seleccionadas para la discusión: lo innegociable “La esencia del ser venezolano”: Una articulación entre identidad y cocina; lo inolvidable “Los recuerdos”: La memoria a través de la cocina y el vínculo socioespacial; y lo imprescindible “Un lugar feliz”: Lo que migra en las vidas ambulantes y las migraciones de la desesperación.

Palabras clave: apego al lugar, proceso migratorio, cocina tradicional, memoria, identidad.

Abstract

This research seeks to understand the relationship between the meanings attributed to the socio-spatial bond and its relationship with the cooking practices of Venezuelan migrants who have settled permanently or temporarily in Medellín. The interest lies in identifying migration as a phenomenon with significant social impact and aims to investigate how the migration process affects the experiences of relating to new environments and the forms of bonding with places through traditional cooking practices. This research follows a qualitative approach and is based on the method of symbolic interactionism to emphasize intersubjective meanings. Additionally, narrative strategies such as themed life stories, interviews, and photovoice exercises have been used.

The results are presented in four sections: Initially, the migration trajectories of the participants; secondly, the meanings surrounding the celebration of cooking; the third chapter was titled the art of bakery: a reunion of flavors and knowledge; and the last chapter explores the meanings of a fertile place: a little piece of Venezuela. Finally, the conclusions were drawn from the three selected pathways for discussion: the non-negotiable "The essence of being Venezuelan": an articulation between identity and cooking; the unforgettable "The memories": memory through cooking and the socio-spatial bond; and the essential "A happy place": what migrates in wandering lives and the migrations of desperation.

Keywords: place attached, migration process, traditional cuisine, memory, identity.

Introducción

Esta investigación propone como objeto de estudio comprender la relación entre los significados atribuidos al vínculo socioespacial y las prácticas de la cocina de origen de migrantes venezolanos establecidos de forma permanente o transitoria en el Área Metropolitana de Medellín a partir del caso de la panadería Brioche Panes Artesanos. El interés en abordar estas categorías de estudio surge de la revisión bibliográfica previa en la que se ha identificado que la migración es un fenómeno con un importante impacto social a nivel mundial en la actualidad y por lo tanto se hace pertinente indagar cómo el proceso migratorio afecta en las vivencias de relacionamiento con el nuevo entorno que se habita y las formas del vínculo con los lugares de origen a través de las prácticas que hacen parte de la cocina tradicional. De este modo se podrá visibilizar a través de iniciativas particulares cercanas que se han introducido dentro del contexto cómo significan los migrantes venezolanos las prácticas de la cocina de origen en relación al vínculo con lugar de origen.

La justificación del mismo está en la importancia de poder aportar desde la psicología a una mirada más crítica de los procesos migratorios y que de forma subyacente podría llegar a aportar luces sobre cómo los sujetos se agencian como modo de resistencia a múltiples dificultades del entorno como los ordenamientos políticos, las formas de autoridad que los cohesionan a dejar de habitar ciertos lugares o las categorías diagnósticas de modelos psicopatológicos. Para explorar este fenómeno, se delinearé el desarrollo del proyecto. En primer lugar, se pondrá énfasis en la presentación del problema y los antecedentes de investigación, así como en la relevancia del proyecto. Posteriormente, el texto se centrará en el marco conceptual que respalda el estudio, que acoge principalmente la perspectiva de la psicología social y ambiental, los objetivos y la propuesta metodológica, estableciendo conexiones con las consideraciones éticas necesarias para llevar a cabo la investigación. Seguidamente, se expondrán los resultados del trabajo analítico que se recogen en 4 categorías las cuales corresponden a: las trayectorias migratorias de los participantes; en segunda instancia, los significados sobre la fiesta de la cocina; el tercer capítulo se denominó el arte de la panadería: un reencuentro de sabores y saberes; y el último capítulo explora los significados de un lugar fértil: un pedacito de Venezuela. Y finalmente el informe cierra con una discusión desplegada a partir de tres grandes apartados denominados lo innegociable “La esencia del ser venezolano”: Una articulación entre identidad y cocina; lo inolvidable “Los recuerdos”: La memoria a través de la cocina y el vínculo

socioespacial; y lo imprescindible “Un lugar feliz”: Lo que migra en las vidas ambulantes y las migraciones de la desesperación y las conclusiones y recomendaciones derivadas del estudio.

1 Planteamiento del problema

La migración es catalogada como un fenómeno social que siempre ha estado presente en la vida del hombre y se manifiesta como un proceso complejo del que se desprenden factores sociales, económicos, políticos y hasta culturales (Gutiérrez et al., 2020). La Organización Internacional para las Migraciones (OIM, 2019) la define como un movimiento de personas fuera de su lugar de residencia habitual, ya sea a través de una frontera internacional o dentro de un país, además los procesos migratorios de las últimas décadas en Latinoamérica, son objeto de diversos intereses políticos y gubernamentales en las distintas naciones involucradas y se han convertido en un tema de creciente interés para la sociedad en general (Taborda et al., 2021). Según Giraldo et al. (2012) esto implica la irrupción de nuevos problemas sociales, legales y culturales, para los cuales no están preparadas la mayoría de las políticas públicas tradicionales. Esto plantea nuevos desafíos de integración social y de tolerancia cultural en un mundo globalizado, crecientemente competitivo y problemático.

En este sentido la migración internacional, es considerada como una forma de conectar lo global y lo local. La presencia de extranjeros en estas sociedades, especialmente en aquellas que envejecen y sienten inseguridad en su identidad, activa temores diversos. Este fenómeno se desarrolla tanto a nivel mundial como en el ámbito interno. Estudiarla permite una mejor comprensión de los cambios sociales asociados con el proceso de globalización, incluyendo sus disfunciones, emociones, angustias y esperanzas, siempre con una fuerte implicación política y social, aunque en ocasiones sea sólo simbólica (Haba, 2011). En lo referente a este trabajo el foco de interés está en la dinámica migratoria venezolana a Colombia que según la OIM (2018) se ha venido presentando de manera creciente y sostenida desde el 2016.

En el caso de los migrantes venezolanos se puede identificar un contexto político, económico y social en períodos específicos del país que implicó una transición en el proceso migratorio en la cual Venezuela pasa de ser un país receptor a uno emisor, lo que hace a los ciudadanos ser víctimas de ciertas vulnerabilidades estructurales. En primer lugar, se encuentran en una situación de "huida" al emigrar, lo que los expone a condiciones precarias; asimismo, enfrentan la pérdida de su conocimiento y habilidades tanto en su país de origen como en el destino, si no logran insertarse en ámbitos afines a su formación; por último, sufren la ruptura

permanente del tejido social, ya que la constante salida de personas afecta a sus familias, amigos y grupos de trabajo (Ribas, 2018).

En relación con períodos históricos específicos Freitez (2011) señala que en el curso de la década de los 2000 Venezuela pasaba por un periodo de expansión económica, especialmente entre el 2003 y el 2008 debido al aumento sostenido del ingreso fiscal, gracias al alza de los precios del petróleo, desde ese momento el país tendía a mostrar signos de crecimiento económico. Durante este período, el Producto Interno Bruto (PIB) experimentó un incremento extraordinario, aumentando en 1,62 veces. Este lapso se caracterizó por la abundancia de recursos en manos del Estado, lo cual dificultó el control de la inflación. Después de alcanzar una tasa del 31% en 2003, la inflación disminuyó a 13,7% en 2006, pero volvió a subir a 31,4% en 2008 y 28,6% en 2009 (Balza, 2009).

Según Rolando (2007) en ese momento la emigración era un fenómeno que se presentaba de manera muy esporádica pues los venezolanos consideraban que su nivel de vida futuro no estaba en riesgo. Sin embargo, a partir de 2009, el crecimiento del PIB volvió a ser negativo. Y es posible que debido a esto y a la continua presencia de conflictos políticos y sociales en el país, donde la violencia se habría convertido en uno de los problemas más serios, esa percepción haya cambiado y el país empezaría a dejar de ser ese gran imán de inmigración que fue durante buena parte de la segunda mitad del siglo veinte (Freitez, 2011). Esto da la sensación de que hubiera ocurrido un cambio significativo en el patrón migratorio a partir de los años ochenta, especialmente hacia finales del siglo veinte. Como resultado, el país se encuentra en una situación sin precedentes en su historia, ya que para el 2011 más personas estaban emigrando de Venezuela que las que estaban inmigrando a él (Inglés, 2011). En la misma vía, Santibáñez (2004) señala que la migración no sólo es dinámica por el movimiento geográfico de individuos que supone, sino porque constantemente cambian las fuerzas sociales, económicas, culturales y políticas que impulsan a tomar la decisión de migrar.

Como resultado de un proceso en el que los venezolanos presentaban una tendencia migratoria mínima a mediados del siglo XX, la situación actual muestra que la planificación de los emigrantes no se centra en cómo integrarse en el país de destino potencial, sino que en este periodo el objetivo principal es salir de Venezuela. Es por esta razón que los países de la región se convierten en los destinos inmediatos, en especial las naciones fronterizas como Colombia, Brasil y algunas islas del Caribe (Ribas, 2018). En el caso de este estudio interesa la migración

venezolana a Colombia que se ha venido presentando de manera creciente y sostenida desde el 2016 antes de esparcirse en toda la región de América Latina y el Caribe (OIM, 2018), dada la condición geográfica de Colombia como país vecino de Venezuela.

En esta vía, Louidor (2018) propone que es a partir del año 2015 se genera una ruptura en la historia reciente de la relación entre Colombia y Venezuela a raíz de la decisión unilateral tomada el 21 de agosto de 2015 por el presidente venezolano Nicolás Maduro de cerrar la frontera entre ambos países. Esta decisión condujo directamente a la expulsión de más de veinte mil ciudadanos colombianos de Venezuela, alegando que se buscaba "estabilizar la situación fronteriza" y "combatir el paramilitarismo". La fecha crucial de agosto de 2015 nos permite observar claramente este cambio en los patrones migratorios entre ambos países: anteriormente, Venezuela era considerado un destino para los colombianos que buscaban paz y mejores condiciones de vida, pero a partir de 2016 se ha convertido en un lugar del que sus ciudadanos huyen masivamente debido a la escasez de alimentos, productos básicos, medicamentos, hambruna y la represión bajo el régimen de Nicolás Maduro.

Además, como lo señala Echeverry (2017) la llegada de venezolanos al país debe estudiarse profundamente la manera de entender el fenómeno en toda su complejidad, para lo que es fundamental que la comunidad académica desarrolle una perspectiva clara sobre esta situación. En este sentido, los estudios realizados en Colombia muestran que la migración venezolana le ha afectado particularmente como país fronterizo. Para finales de 2019, 1.8 millones de venezolanos vivían en Colombia; según las proyecciones contempladas en el Plan de Respuesta (Regional Refugee and Migrant Response Plan, RMRP) de la Plataforma de Coordinación para refugiados y migrantes de Venezuela (2020), a finales del 2020 ya habría 2.4 millones de refugiados y emigrantes en el país y de acuerdo con los datos suministrados por Migración Colombia con corte a enero del 2021, el Departamento de Antioquia tenía 157.939 migrantes Venezolanos entre estatus regular e irregular. Por subregiones es el Valle de Aburrá quien cuenta con el mayor porcentaje de migrantes 80.5% seguido por el Oriente antioqueño con el 10.7%, Urabá 2.7% y el 6.1% restante está distribuido en menores proporciones en las otras subregiones del Departamento. Por género, la migración se da en un 54% en hombres y el resto en mujeres.

Por otra parte, en relación a las afectaciones psicosociales de la migración, estas pueden ser muy variadas en casos de migración forzada en el contextos colombiano estudios como el informe de la comisión de la verdad (2022) proponen que la fractura espacial es un tipo de

violencia que rompe con los lugares en los cuales se da la vida, pues implica violentar no sólo esta dimensión espacial sino también aquellos aspectos afectivos y simbólicos (p.122); en relación a otras formas de la migración como se menciona que entre las afectaciones más significativas están algunas situaciones que pueden afectar el desarrollo físico y nutricional, que además hay migrantes que llegan al país de acogida con unos niveles de salud pero la exposición laboral y la ruta migratoria coloca en deterioro su salud. Del mismo modo las circunstancias sociales como la exclusión social, la inequidad de acceso a los servicios y la vulneración de derechos generaron en las personas migrantes una afectación psicosocial (Peláez & Silva, 2022).

En este orden de ideas, resulta indispensable aclarar que el desplazamiento causa una ruptura de los vínculos de los migrantes con sus lugares de origen y, con ella, diversas pérdidas materiales y simbólicas de aquello que es amado y valorado, y de todos aquellos referentes que son las bases para configurar la identidad (Díaz y Molina, 2016). En este mismo sentido, Ocampo y Martínez (2002) proponen que las personas obligadas a desplazarse pierden la relación material y simbólica con sus referentes de lugar, con la historia colectiva y la memoria de relaciones sociales y productivas vividas con anterioridad, y en las que sustentaban su definición y relacionamiento con el territorio y la apropiación y ejercicio del poder de conducción de su vida.

Debido a la extensa migración de personas desde Venezuela hacia Colombia, estas personas han experimentado diversas formas de discriminación en el nuevo lugar que habitan. Estas complejas circunstancias han dejado a muchos sin protección y vulnerables a la falta de acceso a medicamentos y alimentos, debido a las restricciones geopolíticas internacionales en su país de origen. Según cifras oficiales, aproximadamente cinco millones de venezolanos se han visto obligados a abandonar su país en busca de una vida mejor y, de ellos, un millón ochocientos mil han buscado refugio en Colombia, con más de la mitad en situación migratoria irregular. Lo cual implica que la mayoría de ellos enfrentan dificultades para trabajar y carecen de seguridad social, además de no encontrar formas de acceder a servicios de salud. Lamentablemente, también han sido objeto de xenofobia por parte de algunos medios de comunicación (Robles et al., 2022).

Dentro de estas formas de la existencia en la modernidad, insertos en un modelo económico capitalista cabe preguntarse por el papel del lugar, ya que es una unidad de análisis subyacente en la idea de modos de relacionamiento mediados por distintos factores contextuales en relación con el concepto de migración. El lugar cuenta con diversos significados sociales y

simbólicos. En concreto, desde la psicología social y ambiental se ha estudiado el vínculo socioespacial que tienen los seres humanos con los lugares que habitan (Consuegra, 2012). Cabe resaltar que como muchos de los conceptos de las ciencias sociales el que se refiere a los diferentes vínculos con el lugar ha sido utilizado de una manera indiscriminada usando palabras como pertenencia, identidad, lugar, lenguaje, símbolo o signo, entre otras definiciones, por lo cual para este trabajo interesa aclarar la noción de lugar como aquella que le permite al sujeto tomar conciencia de su identidad y pertenencia a un grupo social determinado ya que este sentimiento está vinculado con el desarrollo de la idea de apego al lugar (Mejías Cubero, 2014).

En este sentido, dentro de la psicología social y ambiental se ha presentado el interés por entender el proceso de migración desde categorías referidas al vínculo socioespacial para comprender desde allí las transformaciones y afectaciones que la migración puede tener sobre la salud mental y las formas en las que las personas reconfiguran los vínculos socio espaciales con los nuevos lugares de acogida (Berroeta y de Carvalho, 2020; Pacheco et al.1984; Molina, 2022; Canales y Azócar, 2022).

Esta literatura relacionada con la experiencia de los migrantes en relación con la psicología social y ambiental, el vínculo socio espacial y la memoria en la cocina permite empezar a introducir diferentes asuntos. Inicialmente podríamos hablar de las diferentes estrategias sociales que promuevan la elaboración simbólica de esta experiencia disruptiva, entre ellas la memoria, que para este trabajo estaría vinculada a un asunto en particular que son las prácticas en la cocina. Entendido como un proceso de resignificación y transición a nuevas formas de vida cotidiana, las estrategias como la alimentación y la cocina giran en torno a la necesidad del recuerdo y la innovación como capacidad de adaptación, (Ruiz Pascua, 2015). Por otra parte, Meléndez y Cañez (2009) proponen que las cocinas tradicionales pueden permitir conocer las características de la vida social, económica y productiva de los grupos sociales o de las comunidades en las cuales se desarrolla; así como aquellos cambios que han ocurrido en su estilo de vida y cómo éstos se reflejan en la alimentación que son a su vez un elemento de identidad.

El arte de alimentarse como fenómeno o práctica de orden cultural puede experimentar cambios cuando nuestras condiciones materiales de vida y la estructura social, política y económica se transforman. No obstante, la importancia de cocinar los alimentos también está relacionada con aspectos simbólicos, emocionales y con el entorno cultural (Meléndez y Cañez,

2009). Se trata de intentar entender la adaptación de los migrantes al país de destino teniendo en cuenta la necesidad de mantener su identidad alimentaria a través de la comida tal como lo plantea León Moreno (2019). Esta identidad alimentaria está anudada a la necesidad de recordar determinadas prácticas alimentarias; en ese sentido varios autores (Castro y Fabron, 2017; Graudenz y Pereira, 2011; Rey Rivera, 2020) utilizan el concepto de procesos de memoria colectiva en el quehacer alimentario para mantener la gastronomía de una localidad y comprender los significados que componen la memoria colectiva de su gente que posibiliten continuar el proceso de transmisión, incorporando estas nuevas particularidades que refuerzan los sentidos de pertenencia a un territorio específico de origen.

La gastronomía típica puede ser comprendida como una combinación de los saberes y sabores que están presentes en los patrones de alimentación de una comunidad en particular (Muller y Fialho, 2011). Y se almacenan en la memoria gustativa (Bortnowska y Alberton, 2015; Corção, 2007) que guarda olores y gustos que pueden ser activados por medio de la nostalgia al recordar el pasado a través de un plato especial y está asociada a la vida cotidiana de los individuos, donde el acto de alimentarse es entendido como una acción que engloba aspectos sociales como la nutrición o la tradición. Pareciera entonces que la memoria gustativa consolida la identidad cultural del migrante ya que estos códigos compartidos, los hábitos particulares, los rituales cotidianos y los significados que vinculan al migrante viajan con sus artefactos representativos para no olvidarse de donde proviene (Rey Rivera, 2020).

Por el anterior, frente al fenómeno de las migraciones, lo que interesa es ir más allá de las tendencias a estudiar los efectos psicopatológicos, que vinculan el aumento significativo de la probabilidad de trastornos mentales comunes a las características sociodemográficas y psicológicas entre grupos de migrantes, ya que el propósito de este trabajo no radica en clasificar las afectaciones de individuos o grupos mediante un enfoque psicopatológico (Navarro, 2014; Nina, 2018; Chevez, 2012; Vilar & Eibenschutz, 2007; Jurado et al., 2017). Producto de este discurso médico dominante, en conjunto con alternativas de tratamiento a través de la farmacologización, se generan unos estándares políticos de gobierno frente la salud pública para garantizar una mayor productividad y acoplamiento al sistema capitalista de la modernidad que busca la producción en masa de sujetos que se monitorean constantemente en busca de signos borrosos entre la normalidad y la anormalidad de sus experiencias según sus categorías sociales de pertenencia para satisfacer las exigencias de bienestar, resiliencia, emprendimiento de la

modernidad (Caponi, 2011; Foucault, 1976); de modo que se busca explorar a través de esta investigación, desde la perspectiva de la psicología social ambiental, sobre las implicaciones psicosociales, los vínculos que se crean en los nuevos lugares de acogida y cómo se articula este proceso a través de la cocina de origen.

Por todo lo anterior, se formula la pregunta ¿Cómo significan los migrantes venezolanos las prácticas de la cocina de origen en relación con el vínculo con los lugares que habitan?

2 Justificación

El asunto de la migración es un tema ampliamente estudiado desde distintos enfoques como la política, lo económico o la salud pública, es un fenómeno de alta incidencia con diversos impactos sociales, culturales, legales o ambientales (Gómez, 2010). Por ello la justificación de este estudio gira en tres vías. Inicialmente, en términos de una contribución teórica o conceptual a la psicología ya que los trabajos realizados desde esta perspectiva como se menciona anteriormente han permitido importantes avances en la comprensión de los efectos psicopatológicos (Jurado et al., 2017), pero sería un proceso novedoso vincular las experiencias subjetivas, los significados y las estrategias de elaboración en relación con la vivencia de desplazarse del lugar de origen y tener que habitar otro espacio geográfico anudado al entramado de significados sociales que se construyen en relación a la cocina y los procesos de alimentación que se transmiten en los lugares de origen. Estas apreciaciones más bien han sido el objeto de estudio dentro de campos tales como la historia, la antropología y la sociología; mientras que en el ámbito de lo psicológico hay poca producción académica sobre el tema.

En un segundo lugar sería importante destacar las posibles contribuciones prácticas a las políticas públicas y procesos de acompañamiento e intervención que puede generar este estudio, ya que al desarrollar enfoques sociales que impliquen a las comunidades, los lugares que habitan y su relación con prácticas cotidianas, podría abrir un panorama más amplio de implementación para conceptos tales como lugar, apego, espacio, identidad y memoria, de modo que se pueda comprender mejor la realidad del contexto. Además, simbólicamente estas prácticas cotidianas podrían llegar a ser entendidas como procesos de resignificación visibilizando los esfuerzos de colectivos migrantes que a largo plazo podrían direccionar las políticas públicas del Estado en relación con las necesidades más estructurales y darle continuidad a los procesos de acompañamiento que requieren estos grupos poblacionales.

Respecto a las contribuciones metodológicas, las afectaciones y la adaptación a ser migrantes se han evaluado a través de distintas estrategias narrativas y biografías atravesadas por el lenguaje que si bien son sumamente valiosas podrían estar dejando de lado ciertas prácticas, dinámicas y estructuras sociales que se gestan en las labores más cotidianas como la cocina. Por eso a través de este estudio se planteó la posibilidad de integrar las experiencias subjetivas y no sólo la evaluación objetiva de los impactos de la experiencia de ser migrante, articulando diversas

disciplinas que se encargan de comprender la cocina como un fenómeno social ya que resulta beneficioso entender que la cocina puede desempeñar un papel en la resignificación a partir de lo básico y cotidiano. Sin embargo, para comprender esto es necesario analizar los aspectos socialmente constitutivos de la cocina y, a partir de ahí, descubrir las distintas alternativas con base en lo expresado directamente por la población afectada. Dentro de esas alternativas, esta investigación pretende dar algunas pistas para comprender y analizar las diferentes narrativas que construyen los involucrados sobre cómo se pueden realizar estos procesos, que faciliten por medio del encuentro, los recuerdos y la construcción de una memoria las posibilidades de investigación desde la cocina.

Finalmente, en este trabajo se busca, desde el entendimiento de que la cocina va más allá de lo nutricional, un acercamiento a su carácter social, generando discusión su aspecto cultural e identitario y su conexión con los vinilos a los distintos lugares tanto de origen como de acogida a través de la cual se justifica, la pertinencia de este estudio para las ciencias sociales.

3 Objetivos

3.1 Objetivo general

Comprender las prácticas de la cocina de origen en relación con el vínculo con el lugar (de origen y de acogida) en migrantes venezolanos reasentados en el Área Metropolitana.

3.2 Objetivos específicos

- Describir la trayectoria migratoria de las personas participantes.
- Analizar el vínculo socioespacial con el lugar de origen.
- Analizar la relación con el lugar de acogida (residencia permanente o transitorio) en las personas participantes.
- Describir los significados que le dan a las prácticas de la cocina de origen las personas participantes.

4 Marco conceptual

A continuación, se desarrollarán los referentes conceptuales del proyecto. Se realizará una contextualización inicial sobre qué es la migración y cómo se ha comportado este fenómeno en Venezuela, además se abordarán algunas afectaciones psicosociales relacionadas; posteriormente se plantea como desde la psicología social y ambiental se ha estudiado el concepto de apego al lugar y su relación con las categorías de identidad de lugar y memoria; finalmente se enuncian asuntos relacionados con la cocina de origen en relación con conceptos como las prácticas alimentarias, la identidad social y la memoria en la cocina.

4.1 El fenómeno de la migración

El desplazamiento de personas ha sido un fenómeno natural en la historia de los seres humanos debido a circunstancias relacionadas con diversos elementos externos e internos de los países y de los momentos históricos, además de esos factores en la actualidad la globalización desempeña un papel fundamental en la apertura de las interacciones sociales, económicas, políticas y culturales. La migración es entendida como un movimiento de un país a otro con carácter de permanencia que puede adoptar distintas categorías dependiendo de las razones, la visión del entorno y las oportunidades que los individuos tienen para crecer en diferentes lugares, incluso si eso implica abandonar su país de origen. Por otra parte, la Organización Internacional para las Migraciones OIM (2019) también define la migración como el movimiento de personas fuera de su lugar de residencia habitual, ya sea a través de una frontera internacional o dentro de un país. Además, existen diversas formas de categorizar los momentos o etapas del fenómeno y los tipos de migración existentes.

Ribas (2018) propone entre los principales aspectos de los procesos migratorios en la actualidad tienen que ver con el carácter voluntario de la decisión de migrar. Según la OIM (2019), la migración voluntaria es un proceso de movilización de personas por razones de estudio turismo o trabajo mientras que la migración forzada es “un movimiento migratorio que, aunque puede ser impulsado por diferentes factores, involucra el uso de la fuerza, la compulsión o la coerción”. León (2005) menciona las siguientes dimensiones para definir el fenómeno, que posibilitan determinar con mayor precisión los desplazamientos de población que pueden ser

considerados como migraciones y los que no: En términos espaciales, se requiere un desplazamiento entre dos áreas geográficas importantes, como municipios, provincias, regiones o países; en cuanto a la dimensión temporal, implica que el movimiento debe ser prolongado y no esporádico; y la dimensión social se refiere a que el traslado debe suponer un cambio significativo de entorno, tanto físico como social.

En relación a las fases del proceso migratorio, Blanco (2000) postula que se inicia con la emigración o abandono, por parte de una persona o grupo, del lugar de origen por un periodo de tiempo prolongado o indefinido y con que con relación a esta patria el sujeto migrante es considerado como emigrante. La inmigración o asentamiento de la población foránea en otra comunidad, constituye la segunda parte de esta fase inicial y en este nuevo lugar de destino el mismo sujeto o grupo que abandonó su antigua residencia estará en papel inmigrante, cabe aclarar que emigración e inmigración forman parte de un único proceso dinámico con un único protagonista ya sea individuo o comunidad. Así pues, se tienen en esta primera fase, tres elementos implicados que son la comunidad emisora, la comunidad receptora y el migrante individual o colectivo y dos sub procesos migratorios que serían la emigración y la inmigración. La migración puede acabar aquí dado el caso de que sea definitiva; en el caso de que no, se abrirá una nueva fase migratoria, el regreso del antes emigrante a su lugar de origen considerándose entonces como retornado o se puede dar inicio a un segundo movimiento hacia otro destino.

En cuanto a los tipos de migración Tizón García et al., (como se citó en León, 2005) propone la siguiente clasificación teniendo en cuenta aspectos como: El tiempo (Estacionales, Temporales, De varios años e Indefinidas), El modo de vida (Las preferencias de un modo de vida de acuerdo a las actividades que realicen las personas), Las necesidades y demandas profesionales (Buscando un status profesional estable, Exigencia de la actividad profesional, Búsqueda de un desarrollo superior), La edad (Infantil, De adultos, De ancianos) y el grado de libertad (Voluntarias, Forzosas, Los refugiados). En relación con esto último de las fases del proceso migratorio y los tipos de migración, para Ribas (2018) la inmigración tendría sus causas en factores externos vinculados a la globalización y a todos los procesos relacionados con ella, mientras que la emigración estaría relacionada con aquellos factores internos de cada uno de los países en consideración a aspectos sociales, culturales, la política y la situación económica y aunque resulta claro que en Venezuela. El fenómeno de la globalización afecta la elección de

emigrar, especialmente en las etapas iniciales de este proceso, es indudable que las condiciones internas juegan un papel crucial para los individuos al momento de decidir abandonar el país.

Para puntualizar este trabajo se enmarca en el supuesto de la categoría de *migración voluntaria*, por lo cual sería pertinente preguntarse en el caso de Venezuela qué tan voluntaria podría haber sido la decisión de los ciudadanos venezolanos de migrar y en qué medida el proceso migratorio fue inducido por otros aspectos de carácter más estructural. Al respecto Freitez (2011) menciona que hay problemas estructurales que persisten cuya solución no se vislumbra en el corto plazo y estos problemas están relacionados con la vulnerabilidad económica, la falta de generación de empleos formales y las deficiencias en los servicios públicos, entre otros aspectos. Esto dificulta la posibilidad de visualizar un futuro mejor, ya que emigrar no se reduce únicamente a la búsqueda de oportunidades económicas y empleo, sino también al hecho de no visualizar oportunidades de desarrollo individual, la inseguridad personal y la búsqueda de un entorno seguro que permita llevar una vida cotidiana tranquila y desarrollarse plenamente.

Específicamente en Venezuela se registró una grave crisis económica, social y política que tendría consecuencias en la realidad migratoria del país. Freitez (2011) señala que en el curso de la década de los 2000 Venezuela pasaba por un periodo de expansión económica, especialmente entre el 2003 y el 2008 debido al aumento sostenido del ingreso fiscal, gracias al alza de los precios del petróleo, desde ese momento el país tendía a mostrar signos de crecimiento económico, lo cual implicó que empezara a dejar de ser ese gran imán de inmigración que fue durante buena parte de la segunda mitad del siglo veinte, como reflejan los censos y el saldo migratorio del país desde entonces. Esto da la sensación de que hubiera ocurrido un cambio significativo en el patrón migratorio a partir de los años ochenta, especialmente hacia finales del siglo veinte. Como resultado, el país se encontraba en una situación sin precedentes, ya que ahora más personas están emigrando de Venezuela que las que están inmigrando a él (Inglés, 2011).

Una última consideración en relación con la categoría de migrante tiene que ver con las afectaciones psicosociales de la migración, el interés de este trabajo no es categorizar a través de un modelo psicopatológico las afectaciones de los individuos o colectivos. Sin embargo, algunos autores entienden la migración como factor de riesgo en salud mental debido a un conjunto de dificultades, tensiones y situaciones de esfuerzo que se presentan al migrar como la inseguridad alimentaria, la malnutrición, la necesidad de una vivienda adecuada, la pobreza, la falta de

crecimiento profesional, el pago irrisorio por la actividad realizada, el abuso de poder, la usurpación de funciones por parte del Estado a los órganos de poder e institutos autónomos del país, el acceso negado a los servicios básico elementales (Gómez, 2021). Esta dimensión negativa es conocida como estrés por aculturación o duelo migratorio, aunque es importante resaltar que la migración no siempre es igual al duelo migratorio (Achotegui, 2009).

Estos procesos de aculturación implican una resocialización que genera transformaciones psicológicas, como el cambio de actitudes y valores, el desarrollo de nuevas habilidades sociales y normas, así como ajustarse a un entorno diferente y establecer vínculos con un nuevo grupo (Berry et al., 2006). En esta misma línea estudios conducidos por OIM (2012) en Mesoamérica vinculan elementos como la fragmentación familiar, el desarraigo, y experiencias estresantes vividas durante la migración, con altos niveles percibidos de ansiedad, estrés, frustración, tristeza, sentimiento de pérdida y desesperanza a nivel individual, familiar y comunitario, incluyendo en las familias que quedaron atrás.

Es indispensable aclarar que se menciona el duelo migratorio puntualizando en el hecho de que los seres humanos tienen la capacidad de emigrar y elaborar dicho duelo. Es importante señalar que este duelo puede ser extremadamente difícil, especialmente si las circunstancias personales y/o sociales del inmigrante son problemáticas, al punto de desestabilizar al individuo. En algunos casos, como lo menciona Achotegui (2012), pueden ocurrir expresiones de malestar como el síndrome de Ulises o el síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple, que se caracterizan por una reacción de estrés frente a situaciones de duelo migratorio extremo que no pueden ser adecuadamente procesadas. Estos síndromes no tienen que ser comprendidos como enfermedades en sí mismas, sino que se enmarcan dentro del ámbito de la salud mental, que es más amplio que el ámbito de la psicopatología.

4.2 El campo de la psicología social y ambiental

Lima y Bomfim (2009) afirman que la psicología ambiental es una actividad que surge de los aportes de la psicología social, a través de los estudios de Kurt Lewin y la preocupación por el medio ambiente urbano y tiene como objeto de estudio la relación e interrelaciones entre persona y medio ambiente y los procesos afectivos y cognitivos humanos involucrados en este medio social, histórico, cultural y físico. De esta manera, la psicología ambiental se interesa por la

forma en que las personas sienten, piensan y experimentan el espacio en el que están involucradas. Así, la psicología social ambiental no se limita únicamente al entorno físico, sino que también considera la historia del lugar, la cual está estrechamente relacionada con la historia de las personas y los grupos. Se enfoca en cómo los entornos afectan la experiencia humana y cómo las personas a su vez ejercen influencia sobre estos espacios a través de procesos como la apropiación, la territorialidad y las formas de ocupación y uso (Navarro, 2013). También Moser (2014) define la psicología ambiental:

La psicología ambiental estudia el individuo en su contexto físico y social con el fin de entender la lógica de las interrelaciones entre el individuo y su entorno poniendo en evidencia por un lado las percepciones actitudes evaluaciones y representaciones ambientales y por otro los comportamientos y las conductas ambientales que los acompañan. Se interesa tanto en los efectos de las condiciones ambientales sobre los comportamientos y conductas del individuo como en la manera en la que el individuo percibe y actúa en su entorno y estudia las interrelaciones del individuo con el entorno en sus dimensiones físicas y sociales. (p. 8)

Altman y Low (1992) proponen, enmarcado en esta psicología social y ambiental y en el interés por las diversas formas y consecuencias psicológicas de la migración y el desplazamiento, el concepto de apego al lugar y el énfasis en el valor del arraigo. Este interés implica un cambio en las concepciones positivistas de la investigación, sumado a otros factores como el auge fenomenológico de la historia de distintas culturas occidentales marcadas por la inestabilidad, la migración y el cambio, de modo que el lugar que antes no era una categoría relevante o a la que solo se hacía hincapié en relación a las funciones cognitivas se convierte en un eje de análisis para pensar los procesos de adaptación a nuevos lugares y nuevas situaciones. El apego al lugar es un concepto multidimensional que atraviesa varios fenómenos relacionados pero distintos, es integrador, de origen diverso y complejo que contribuye a la autodefinición e integridad individual, grupal y cultural.

Estos autores también mencionan que el apego a un lugar engloba o es englobado por una serie de ideas análogas, como topofilia, identidad de lugar, interioridad, géneros de lugar, sentido de lugar o arraigo, arraigo medioambiental, sentimiento de comunidad e identidad, por mencionar algunas. Implica también una serie de afectos, emociones, conocimientos, creencias, comportamientos y acciones, en referencia al lugar que en este caso puntual podrían situarse alrededor de las prácticas de la cocina tradicional (Proshansky et al.1983). Altman y Low (1992)

señalan también algunos rasgos distintivos del apego al lugar tales como, que, aunque muchos estudios destacan las experiencias afectivas positivas y emociones asociadas a los lugares, varios autores también describen sentimientos negativos hacia los lugares; también se menciona la importancia de las prácticas orientadas a la acción entre las personas y los lugares bien sean actividades, rituales o acontecimientos diarios.

Esta perspectiva sitúa el apego alrededor de los afectos mientras que los lugares serían aquellos entornos ambientales en donde habitan personas emocional y culturalmente apegadas; por tanto el lugar sería un espacio al que se ha dotado de significado a través de procesos personales grupales o culturales, de modo que los lugares podrían ser tangibles o simbólicos, conocidos o experimentados y desconocidos o no experimentados, son depósitos y contextos en los que se producen relaciones interpersonales, comunitarias y culturales y es a esas relaciones sociales y no solo al lugar como tal a lo que la gente se siente vinculada.

El apego al lugar es un concepto que implica patrones de apegos, lugares, diferentes actores y aspectos temporales y hay cuatro procesos que están asociados a su formación y mantenimiento que son: procesos biológicos que componen adaptaciones evolutivas y fisiológicas de la especie humana a entornos concretos y son el tipo básico de vínculo entre las personas y los lugares; procesos ambientales basados en las interacciones y la adaptación de las personas a las limitaciones y oportunidades del entorno; procesos psicológicos que son generalmente experiencias individuales en lugares durante la infancia, edad adulta o acontecimientos especialmente significativos en la vida de una persona, y finalmente están los procesos socioculturales que se basan en la idea de cómo las normas e ideologías sociales influyen en el apego a un lugar a través de rituales que son la forma en la que los entornos adquieren significados; además de procesos culturales como sistemas de reproducción social y normas sociales que limitan y localizan las relaciones humanas (Altman y Low, 1992)

En un mundo en constante movimiento, el desafío actual consiste en comprender las diversas manifestaciones del apego al lugar desde una perspectiva situada y crítica, que lo analice en sus dinámicas y contextos y esto nos permite reflexionar sobre la importancia de los lugares para las personas en la actualidad. (Carvalho y Cornejo, 2018)

Otros autores como Scannell y Gifford (2010) proponen un modelo multidimensional o modelo tripartito que funciona como marco organizativo del concepto del apego al lugar. La persona, el lugar y los procesos psicológicos serían las tres dimensiones por las que estaría

compuesto. En la dimensión personal, el apego al lugar ocurre tanto a nivel individual como grupal. La dimensión de lugar, se refiere al entorno que rodea a las personas, ya sea natural o construido, mientras que en el nivel social se refiere al vínculo con otras personas. También, la dimensión de los procesos psicológicos se desglosa en tres factores: cognición, afecto y comportamiento. La cognición engloba el significado que la persona otorga al lugar, así como sus conocimientos y recuerdos relacionados con él. El afecto comprende las emociones que se experimentan hacia el lugar. Por último, el comportamiento abarca las manifestaciones del apego, como la cercanía física y el cuidado de los lugares. Por lo tanto, el apego al lugar se define como un concepto multidimensional en el que intervienen tantos elementos personales como sociales.

En relación a las anteriores precisiones Mejías Cubero (2014) también propone que el apego al lugar es un concepto difícil de definir ya que existen muchos otros términos similares, aunque parece existir un cierto consenso en el uso del término “apego al lugar”, define el apego como un enlace, vínculo o asociación afectiva entre las personas y lugares específicos, los contextos sociales de desarraigo y rearraigo en los lugares de destino por parte de las comunidades de personas migradas. Y además aquellas condiciones que promueven la elaboración de vínculos simbólicos basados en la memoria y las experiencias desencadenadas por la ausencia inmediata de los espacios de referencia, se vinculan a un patrón de cogniciones que estaría conectado a la identidad de las personas a una clase de lugares, integrando el desplazamiento y el apego en un mismo concepto (Di Masso et al., 2008). Esto último está relacionado con el desarrollo del concepto de identidad de lugar, el cual Mejías Cubero (2014) define como:

Es una parte fundamental de la identidad personal que, en líneas generales, se compone de los conocimientos sobre el entorno físico en el que una persona reside. Estos conocimientos abarcan recuerdos, ideas, emociones, actitudes, valores, preferencias, significados y percepciones de comportamiento y experiencias relacionadas con la diversidad y complejidad de los entornos físicos en los que uno se desenvuelve. (p. 10)

González (2017) señala que el apego se origina cuando un lugar presenta ciertas características, pero a la vez estar apegados a un lugar implica cambiar la percepción que tenemos de él. El apego al lugar influye en cómo las personas se hacen más resistentes y menos

vulnerables a los cambios de su entorno, ya sean las intervenciones por cambios naturales o por intervenciones artificiales. En concordancia con lo anterior, Lewicka (2011) propone una comprensión de la memoria como facilitador de la continuidad del apego al lugar, funcionando como un conector entre personas y lugares, variando en diferentes tipos de memorias. El apego al lugar en articulación con la memoria puede contribuir a la formación, mantenimiento y preservación de la identidad de un grupo, individuo o cultura (Altman y Low, 1992); además los recuerdos, ideas, sentimientos, actitudes, valores, preferencias y significados relacionados con el entorno físico cotidiano en el que se desenvuelven las personas constituyen la identidad del lugar, que a su vez es un aspecto fundamental en la identidad del individuo (Proshansky et al.1983).

Hidalgo (1998) define la identidad de lugar como una parte de la identidad personal que engloba las percepciones cognitivas del mundo físico en el que vive el individuo. Estas percepciones incluyen recuerdos, ideas, sentimientos, actitudes, valores, preferencias, significados y concepciones de comportamiento y experiencias relacionadas con la diversidad y complejidad de los entornos físicos en los que uno se desenvuelve. Por ello la pérdida de un lugar importante representa un cambio que afecta la experiencia de continuidad temporal, social y espacial en las personas. La experiencia de desplazamiento no es sólo física, es un desplazamiento social y psicológico (Berroeta et al., 2015).

4.3 La cocina tradicional de los migrantes como un lugar de encuentro

La comida, para Müller y Fialho (2011), es un reflejo de procesos históricos, políticos y religiosos de una región de variabilidad territorial, geográfica y climática; por esto un alimento se hace regional, por la manera en que se aprovechan los ingredientes en esa región. Estos autores también proponen que “Gastronomía Tradicional, entendida aquí como sinónimo de Gastronomía Típica es un vínculo de saberes y sabores que hacen o hicieron parte de los hábitos alimenticios de una localidad, dentro de un proceso histórico - cultural de su construcción” (p. 180). Además, está ligada a un periodo específico y se presume que está conectada con las costumbres, legados y orígenes propios de una región determinada y de sus habitantes. Los valores atribuidos a los alimentos en las sociedades no pueden ser comprendidos únicamente desde una perspectiva que considere aspectos nutricionales y biológicos. El comportamiento relacionado con la comida revela la cultura en la que cada uno está inserto.

Para pensar la cocina como una expresión de cultura Trujillo (2018) sugiere que la comida representa, entre distintos aspectos, un fenómeno social e histórico que da forma a la identidad cultural de una comunidad. De esta manera, constituye un elemento dinámico que se desplaza junto a las personas y trasciende las fronteras. Así, más allá del proceso nutricional y biológico, se encuentra estrechamente relacionada con sensaciones y emociones que evocan recuerdos, convirtiéndose en un símbolo de la familia y del lugar de origen de cada individuo. De este modo, la alimentación va más allá de las necesidades básicas humanas, porque los alimentos forman parte integral de los hábitos diarios también por su significado en términos de recuerdos y experiencias. Para los migrantes, el tema de la alimentación se aborda desde la perspectiva de los recuerdos y no solo como meras técnicas de supervivencia.

Maciel (2001) dice que la cocina típica va más allá de una lista de platos “pintorescos”, que se refiere a estas prácticas asociadas con la pertenencia. No siempre el plato que se considera “típico” es aquel que se elige como emblema culinario de una región, es necesariamente el más cotidiano, ya que puede reflejar la imagen que las personas desean proyectar y por la que desean ser reconocidas.

De este modo los alimentos transforman el significado de la nutrición y el gusto al ser un vehículo de nostalgia y acercamiento. Teniendo esto en cuenta, es relevante analizar las prácticas que se desarrollan en la cocina regional y que se construyen por medio de la memoria gustativa (Trujillo, 2018). Según Bortnowska y Alberton (2015), la capacidad de recordar sabores y olores se encuentra en una región específica del cerebro conocida como la memoria gustativa, esta área puede ser estimulada mediante la nostalgia al recordar experiencias pasadas asociadas a un plato en particular. Esta memoria gustativa, está asociada con la vida cotidiana de los individuos y de los grupos, en donde el acto de alimentarse es entendido como una acción que engloba aspectos sociales tales como nutrición, tradición, entre otros. La memoria gustativa es una de las formas de memoria que representan en el nivel individual el valor de la permanencia de vestigios pasados (Corção, 2007). Por lo tanto, con la pérdida de su memoria gustativa el migrante experimenta una ausencia de identidad cultural que imposibilita el afianzamiento de sus tradiciones, lo que además propicia los anteriormente mencionados procesos de aculturación (Rivera, 2020). De este modo las prácticas alimentarias vinculadas con la identidad cultural y los procesos de memoria serán en este estudio la vía para rastrear las formas del vínculo con el lugar de origen que experimentan los migrantes.

5 Metodología

Esta investigación se llevó a cabo desde un *enfoque cualitativo* que, de acuerdo con Jiménez-Domínguez (2000), se basa en la premisa fundamental de que el mundo social se compone de significados y símbolos. Por lo tanto, la intersubjetividad es una pieza clave de esta investigación y el punto de partida para captar reflexivamente los significados sociales, desde esta perspectiva, la realidad social se configura a través de la interacción de significados entre individuos. Sin embargo, el análisis del contexto histórico y cultural por sí mismo no es suficiente, de ahí el valor de la investigación cualitativa realizada desde una práctica situada y autorreflexiva. Además, el investigador cualitativo está implicado en la vida social y por eso debe analizar y asumir su rol de forma crítica y ética.

Corbin y Strauss (2002) proponen que por el término investigación cualitativa podemos entender cualquier tipo de investigación que produce hallazgos a los que no se llega por medio de procedimientos estadísticos u otros medios de cuantificación. Puede tratarse de investigaciones sobre la vida de la gente, las experiencias vividas, los comportamientos, emociones y sentimientos, así como el funcionamiento organizacional, los movimientos sociales, los fenómenos culturales y la interacción entre las naciones. Por ello al hablar sobre análisis cualitativo se refieren al proceso no matemático de interpretación, realizado con el propósito de descubrir conceptos y relaciones en los datos brutos y luego organizarlos en un esquema explicativo teórico. Los datos pueden consistir en entrevistas y observaciones, pero también pueden incluir documentos, películas o cintas de video. Esto quiere decir que la investigación cualitativa es flexible y se ocupa tanto de la vida de las personas, de historias, de comportamientos, pero, además, de los movimientos sociales o de las relaciones interaccionales, de este modo el conocimiento científico se involucra en este proceso de construcción y surge de la interacción entre los participantes ubicados en un contexto determinado y el investigador que interactúa con ellos.

Durante este proceso, tanto los participantes como el investigador se transforman y ejercen influencia mutua (Ariza, 2015). Dicho lo anterior, se considera que el enfoque cualitativo es el adecuado porque lo que se busca en esta investigación es una comprensión a través de la descripción profunda y la comprensión del lenguaje simbólico de los participantes para captar de manera reflexiva los significados sociales que cada sujeto le da a un conjunto de acciones en un

contexto específico. Lo cual permite un énfasis en las prácticas sociales a través de la profundidad a los datos, la riqueza interpretativa, la contextualización del entorno, los detalles y las experiencias únicas que en este caso son las prácticas dentro de la cocina de origen en la experiencia de habitar un nuevo lugar y en relación con la categoría social de la migración.

Por otra parte, el método seleccionado para este estudio es el *interaccionismo simbólico*, que comprende simultáneamente una corriente teórica y un marco metodológico en las ciencias sociales. Algunos de sus principales exponentes como Herbert Blumer, George Herbert Mead, Charles Horton Cooley y Erving Goffman compartieron el interés de analizar a la sociedad en términos de interacciones sociales, se destaca la naturaleza simbólica de la vida social. La finalidad principal de las investigaciones que se realizan desde esta perspectiva es el estudio de la interpretación por parte de los sujetos y los símbolos nacidos en ella. Desde esta perspectiva metodológica se destaca la naturaleza simbólica de la vida social (Rizo, 2004).

Según Blumer (1982), desde el interaccionismo simbólico el significado de una conducta se forma en la interacción social. Su resultado es un sistema de significados intersubjetivos, un conjunto de símbolos de cuyo significado participan los actores. El contenido del significado no es más que la relación de los actores ante la acción en cuestión. La conciencia sobre la existencia propia se crea al igual que la conciencia sobre los otros objetos; o sea, ambas son el resultado de la interacción social. El interaccionismo simbólico pone un gran énfasis en la importancia del significado e interpretación como procesos humanos esenciales. La gente crea significados compartidos a través de su interacción y estos significados devienen de su realidad.

Esta orientación metodológica se consideró la más adecuada para este estudio porque permitió un acercamiento a la construcción de prácticas culturales como la cocina desde una realidad social cambiante producto de una interacción en curso dentro de un grupo de individuos que están en constante relación y transformación para comprender dentro del proceso de asignación de significado las prácticas desarrolladas por los participantes del estudio (Martínez, 2002). Además, posibilitó un encuentro entre los distintos saberes que confluyen en las experiencias de los migrantes y su relación con el lugar de origen, los comportamientos humanos y el contexto en el que ocurre la acción o práctica culinaria, las relaciones cotidianas y significado de la cocina en relación con la pertenencia a lugares de origen y el asentamiento a los nuevos lugares de modo que se logre comprender cómo a partir del significado las personas

generan acciones específicas es decir prácticas culinarias con significados asociados y un contexto social más amplio.

Se utilizaron *estrategias narrativas* como lo son los *relatos de vida* que desde un punto de vista más amplio se ubican en la óptica de la historia de vida que no es un método o una técnica más, sino una perspectiva de análisis única que permite comprender y descubrir lo cotidiano, las prácticas de vida dejadas de lado o ignoradas por las miradas dominantes, la historia de y desde los de abajo. Esta dimensión biográfica contextualizada, el análisis de las trayectorias individuales y familiares, las historias de vida de individuos y familias, son cada vez más necesarios para descifrar lo social, por lo que realizar una historia de vida significa sumergirse en el relato de las experiencias de vida de otro ser humano, para comprenderlas a partir de su punto de vista y desde el bagaje conceptual que aportan el investigador o la investigadora. Debe verse como el resultado acumulado de las múltiples redes de relaciones que, día a día, los grupos humanos atraviesan, y a las que se vinculan por diversas necesidades. Destacando la importancia de la perspectiva del individuo como punto de observación de la sociedad en general pero además insiste en conectar la biografía individual con las características estructurales y globales de lo dado, lo vivido, la situación histórica (Ferrarotti, 1991).

En este caso específico, el relato de una vida fue tematizado ya que esta estrategia supone la posibilidad de encontrar experiencias de vida en relatos centrados en un período de la existencia del sujeto, o en un aspecto de esta. Esta perspectiva permitió hacer más accesible la historia de vida, que no debe ser, inevitablemente, un recorrido integrador a través de la totalidad de la experiencia de vida del individuo. Esta experiencia puede ser contada por el investigado en forma fragmentada o parcial, y así retomada por el investigador como parte de una realidad necesariamente más abarcadora (Bertaux, 1997). Además, se basó en la interacción entre quien investiga y quien es conocido, esta estrategia es pertinentes para este trabajo ya que, en concordancia con la metodología cualitativa, suponen la co-construcción del conocimiento, en donde se permite conocer también la cultura, la sociedad, los valores y el imaginario simbólico de una determinada sociedad desde una mirada, desde un punto de vista, desde una trayectoria que es única, irrepetible y abierta. (Mallimaci y Giménez Béliveau, 2006)

En cuanto a las *técnicas o instrumentos de recolección de la información* se emplearon, la entrevista semiestructurada la cual, según Hernández, et al. (2014) se basa en una guía de asuntos o preguntas en la que el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para

precisar conceptos u obtener mayor información sobre un tema en concreto. La entrevista tiene un enorme potencial para permitirnos acceder a las percepciones subjetivas a través de las cuales descubrimos la cotidianidad y las relaciones sociales que mantienen los participantes.

Cabe aclarar que este tipo de entrevista puede variar dependiendo de las demandas concretas de cada investigación no sólo en contenido de las preguntas, sino también las características que se utilicen para el acercamiento y la situación en la que se desarrolle la entrevista. Se realizaron dos entrevistas por cada participante, la entrevista inicial fue de carácter exploratorio con la intención de realizar un primer acercamiento con los participantes brindarles una contextualización de la investigación y a partir de allí firmar el consentimiento informado. La segunda entrevista con cada uno de los participantes ocurrió de manera posterior a un análisis realizado al material recolectado del primer encuentro para de ese modo establecer los tópicos sobre los que se deseaba profundizar según los objetivos del estudio. En este sentido la técnica permite adentrarse en el universo de significados de los participantes, ya sea al referirse a acciones pasadas o presentes, propias o de otros en relación a las diferencias existentes entre el mundo cognitivo y simbólico del entrevistador y los entrevistados (Guerrero, 2001). Para mayor información sobre la implementación de esta técnica de recolección de la información remitirse a los anexos: protocolo de entrevista exploratoria, protocolo de entrevista de profundización” y formato de consentimiento informado.

Se realizó un ejercicio de fotovoz que es un método de recopilación de datos cualitativos que se utiliza a menudo en la investigación-acción, el registro de la consigna del ejercicio se encuentra dentro de los anexos. El objetivo de la técnica se basa en la idea de que las fotografías pueden ayudar a los participantes, a menudo socialmente marginados, a contar una historia, identificar los problemas que enfrentan y reflexionar sobre la formulación de sus propias soluciones. Así, la fotografía no sólo se utiliza para responder preguntas de investigación descriptiva, también es un medio para iniciar un verdadero cambio de paradigma (Fradet 2006). Wang y Burris (1997) definen el fotovoz como.

un proceso por el cual los individuos pueden identificar, representar y mejorar su comunidad mediante el uso de una técnica fotográfica específica, confiando las cámaras a los individuos para que actúen como registradores y potenciales catalizadores del cambio en sus propias comunidades. (p. 369).

La consigna del ejercicio fue tomar una foto que represente lo que ha sido la cocina en el proceso de migrar y rehacer la vida aquí y través de esta fotografía, se permitirá la imagen para definir lo que es real y normal. Esta permite interpretar la realidad que nos rodea. También actúa como vehículo de las emociones que despiertan las condiciones económicas y socioculturales que afectan a los individuos y a sus comunidades. El proceso de fotovoz moviliza un espacio que promueve la conciencia de las realidades sociales y donde se produce la creación de representaciones y significados simbólicos. Permite a otros ver el mundo a través de los ojos de quien realiza la fotografía para que coexistan múltiples perspectivas e interpretaciones. A través del proceso y de los sujetos sociales que participan activamente en él, el fotovoz tiene el potencial de actuar como catalizador del cambio social. (Rey et al., 2020).

Las categorías de análisis de este trabajo son la migración, el vínculo socio espacial y la cocina de origen, mientras que la unidad de trabajo de este estudio fueron dos migrantes vinculados a la panadería Brioche Panes Artesanos. En ese sentido la unidad de observación, es decir lo que se analizó dentro de esta investigación, fueron los relatos individuales de los migrantes que conforman el establecimiento ya antes mencionado. Dado que la propuesta fue abordar las vivencias de las personas que migran de manera voluntaria desde Venezuela y que implementan estrategias de relacionamiento con su nuevo entorno a través de distintas prácticas culinarias provenientes de su lugar de origen.

Los *participantes* fueron migrantes venezolanos reasentados en el Área Metropolitana y en cuanto a los criterios de inclusión el estudio incluye a migrantes venezolanos dedicados a actividades cotidianas relacionadas con la cocina de origen dentro del proceso migratorio; los criterios muestrales de esta investigación implicaron que los participantes sean personas mayores de edad, migrantes venezolanos, que realizan prácticas alrededor de la cocina de origen de Venezuela y que hacían parte activa de la panadería Brioche panes artesanales, el rango de edades aproximadas fueron entre los 20 a los 30 años, uno de los participantes fue de sexo femenino y el otro masculino, el nivel de educación de los participantes fue desde la secundaria hasta la educación superior.

El tipo de muestra fue intencional. Izcara (2014) plantea que el proceso de selección de estos casos se basa en su capacidad para proporcionar una abundancia de información relevante sobre el fenómeno social en estudio. En este sentido, es el investigador quien decide, no

únicamente qué individuos formarán parte de la muestra, sino cuál será el tamaño de esta. Este tipo de muestra es la más conveniente para este estudio ya que se tiene el propósito de conocer a profundidad un número limitado de casos seleccionados de un segmento específico de la población, con el fin de obtener una comprensión profunda de un hecho o fenómeno social.

En lo que se refiere al *plan de recolección de la información*, como se mencionó anteriormente en un primer momento se realizó una entrevista exploratoria para contextualizar a los participantes y firmar el consentimiento informado. Se construyó un protocolo para la transcripción de ese primer encuentro que se encuentra referenciado dentro de los anexos. A partir de la transcripción de la entrevista se realizó una codificación inicial por medio del programa de análisis cualitativo Atlas.ti, el cual permitió elaborar las guías para la entrevista en profundidad con el objetivo de dar cuenta algunos elementos particulares de manera más clara y plantear una consigna para el ejercicio de fotovoz. La segunda entrevista tuvo por objetivo establecer nexos entre la información recolectada de los participantes durante el primer acercamiento. Las entrevistas con los participantes tuvieron una duración aproximada de 45 minutos, todas las sesiones fueron grabadas para su posterior transcripción para guardar fidelidad al relato y realizar un buen análisis.

En cuanto al *plan de análisis de la información*, se procedió a hacer la respectiva codificación de cada una de las entrevistas y los ejercicios de fotovoz. Se propuso codificar con un término o expresión que sea claro de acuerdo con el contenido de cada unidad temática con el fin de clasificar, contrastar, interpretar, analizar y teorizar. Estos códigos contienen significados y abarcaran situaciones, contextos, actividades, eventos, relaciones entre personas, comportamientos, opiniones, sentimientos, perspectivas sobre un problema, estrategias, procesos, entre otros aspectos relevantes, para establecer las relaciones lógicas entre cada categoría y establecer los límites de cada una. El proceso de análisis y categorización jugó un papel fundamental en la investigación en cuanto permitió visualizar la emergencia de estructuras lógicas, significados, patrones, significados similares y clasificar la información por categorías de acuerdo con criterios temáticos referidos en la búsqueda de significados.

Además, el sistema categorial construido específicamente para esta investigación tuvo como referentes permanentes los objetivos de la investigación y las dimensiones o temas eje que definidas a través del marco teórico y a través de del trabajo de campo y la observación se constituyen notas de forma permanente que orientan la pertinencia de los referentes conceptuales,

permiten dotar de sentido las categorías, establecer las articulaciones entre ellas, identificar matices y divergencias conceptuales (Mieles Barrera, et al., 2012).

El proceso de sistematización y análisis se apoyó en el programa de análisis cualitativo Atlas.ti.

6. Consideraciones éticas

Esta investigación busco abordar la relación entre la comida de origen venezolana y la experiencia de apego al lugar en migrantes venezolanos por esta razón resultaba de vital importancia enmarcarse en un análisis ético para posicionarse de manera crítica frente a las experiencias de los participantes y de ese modo reducir a lo más mínimo todas las posibles consecuencias negativas que les pueda acarrear este estudio a los participante, así pues se pretende una breve descripción de las diferentes propuestas taxonómicas en relación a la bioética en la investigación con seres humanos desde una lógica que va de lo más global hacia lo más particular apuntando tomando como punto de referencia una acción sin daño.

Existen diversas propuestas taxonómicas de modelos bioéticos en la actualidad, uno algunos de los antecedentes más significativos de los desarrollos contemporáneos son el informe de Belmont (1978) en donde se señalan los principios éticos y directrices para la protección de sujetos humanos de investigación y se define el quehacer de la bioética desde el punto de vista del principialismo, es decir, desde la formulación de máximas de obligatorio cumplimiento que tienen la pretensión de orientar el comportamiento de los individuos para respaldar evaluaciones específicas de las acciones humanas. De estos principios, tres de ellos son especialmente relevantes para la ética en la experimentación con seres humanos: el respeto a las personas, la beneficencia y la justicia.

En esta misma línea los autores Beauchamp y Childress (1979) proponen en su libro los principios de ética biomédica un paradigma teórico-práctico en donde pretenden dar respuesta a los múltiples y difíciles problemas concretos que plantea el desarrollo y la aplicación de las ciencias de la salud para establecer con los pacientes una relación ética, correcta. Estos autores presentan los llamados cuatro principios de la bioética: el respeto a la autonomía o dejar a los otros actuar intencionalmente, con conocimiento, sin influencias externas, la no maleficencia que se refiere a no hacer daño intencionadamente, la beneficencia que determina la obligación moral de actuar en beneficio de los otros y la justicia que plantea que las personas que tienen derechos iguales tienen que ser tratadas con igualdad, y las personas que no tienen derechos iguales tienen que ser tratadas de manera diferenciada (Tubau, 2011).

Estos fundamentos de la bioética que orientan las acciones en la investigación con seres humanos tienen algunos de problemas derivados de un enfoque no jerarquizado, que según García (2021) impiden distinguir prioridades a la hora de resolver un conflicto. Por lo tanto, según su perspectiva, resulta necesario reestructurar los principios de la tradición liberal considerando diversos elementos que ayuden a comprender el propósito de dichos principios, qué es lo que realmente están protegiendo y por qué no se trata simplemente de orientaciones para la conducta, sino de obligaciones que pueden ser exigidas a todas las personas (Grande, 2011).

Para el caso de este trabajo se tuvieron en cuenta en términos de consideraciones éticas, inicialmente, las establecidas por la resolución número 8430 de 1993 del Ministerio de Salud por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud según los principialismos jerárquicos; además de ley 1090 del 2006 por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología es decir el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones en Colombia.

Dentro de la Resolución 8430, se hace hincapié en el TÍTULO II. DE LA INVESTIGACIÓN EN SERES HUMANOS. CAPÍTULO 1. DE LOS ASPECTOS ÉTICOS DE LA INVESTIGACIÓN EN SERES HUMANOS.

- Artículo 5. En toda investigación en la que el ser humano sea sujeto de estudio, deberá prevalecer el criterio del respeto a su dignidad y la protección de sus derechos y su bienestar.

- Artículo 6. La investigación que se realice en seres humanos se deberá desarrollar conforme a los siguientes criterios:

- a. Se ajustará a los principios científicos y éticos que la justifiquen.
- c. Se realizará sólo cuando el conocimiento que se pretende producir no pueda obtenerse por otro medio idóneo.
- d. Deberá prevalecer la seguridad de los beneficiarios y expresar claramente los riesgos (mínimos), los cuales no deben, en ningún momento, contradecir el artículo 11 de esta resolución.
- e. Contará con el consentimiento informado y por escrito del sujeto de investigación o su representante legal con las excepciones dispuestas en la presente resolución.

- Artículo 8. En las investigaciones en seres humanos se protegerá la privacidad del individuo, sujeto de investigación, identificándolo sólo cuando los resultados lo requieran y éste lo autorice.

- Artículo 9. Se considera como riesgo de la investigación la probabilidad de que el sujeto de investigación sufra algún daño como consecuencia inmediata o tardía del estudio.

- Artículo 10. El grupo de investigadores o el investigador principal deberán identificar el tipo o tipos de riesgo a que estarán expuestos los sujetos de investigación.

- Artículo 11, párrafo (b) en el cual se considera el grado de riesgo de la investigación, que en este caso sería mínimo. (Resolución 8430, 1993) Por su parte, en los artículos 14, 15 y 16 de la misma Ley, se hace alusión al consentimiento informado. (Resolución 8430, 1993)

De acuerdo con la Ley 1090 del 2006, se tomarán los siguientes artículos de TÍTULO II DISPOSICIONES GENERALES:

- Artículo 2°. De los principios generales. Los psicólogos que ejerzan su profesión en Colombia se regirán por los siguientes principios universales:

1. Responsabilidad. Al ofrecer sus servicios los psicólogos mantendrán los más altos estándares de su profesión. Aceptarán la responsabilidad de las consecuencias de sus actos y pondrán todo el empeño para asegurar que sus servicios sean usados de manera correcta.

5. Confidencialidad. Los psicólogos tienen una obligación básica respecto a la confidencialidad de la información obtenida de las personas en el desarrollo de su trabajo como psicólogos. Revelarán tal información a los demás solo con el consentimiento de la persona o del representante legal de la persona, excepto en aquellas circunstancias particulares en que no hacerlo llevaría a un evidente daño a la persona u a otros. Los psicólogos informarán a sus usuarios de las limitaciones legales de la confidencialidad.

9. Investigación con participantes humanos. La decisión de acometer una investigación descansa sobre el juicio que hace cada psicólogo sobre cómo contribuir mejor al desarrollo de la Psicología y al bienestar humano. Tomada la decisión, para desarrollar la investigación el psicólogo considera las diferentes alternativas hacia las cuales puede dirigir los esfuerzos y los recursos. Sobre la base de esta consideración, el psicólogo aborda la investigación respetando la dignidad y el bienestar de las personas que participan y con pleno conocimiento de las normas legales y de los estándares profesionales que regulan la conducta de la investigación con participantes humanos.

TÍTULO VII. DEL CÓDIGO DEONTOLÓGICO Y BIOÉTICO PARA EL EJERCICIO DE LA PROFESIÓN DE PSICOLOGÍA

CAPÍTULO VII DE LA INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA, LA PROPIEDAD INTELECTUAL Y LAS PUBLICACIONES

Que en sus artículos 49, 50, 51, 55 y 56 hacen referencia a las investigaciones desarrolladas en el ámbito psicológico.

- Artículo 40 se mencionan los principios éticos de dignidad y respeto con los que debe contar el investigador, además de primar por el bienestar y derechos de los participantes.

- Artículo 49, expresa la responsabilidad que recae sobre el investigador con respecto a los temas abordados, la metodología, materiales, análisis y resultados, como también la divulgación del estudio.

- Artículo 51. Es preciso evitar en lo posible el recurso de la información incompleta o encubierta. Este sólo se usará cuando se cumplan estas tres condiciones:

- a) Que el problema por investigar sea importante;
- b) Que solo pueda investigarse utilizando dicho tipo de información;
- c) Que se garantice que al terminar la investigación se les va a brindar a los participantes la información correcta sobre las variables utilizadas y los objetivos de la investigación.

- Artículo 55. Los profesionales que adelanten investigaciones de carácter científico deberán abstenerse de aceptar presiones o condiciones que limiten la objetividad de su criterio u obedezcan a intereses que ocasionen distorsiones o que pretendan darles uso indebido a los hallazgos.

- Artículo 56. Todo profesional de la Psicología tiene derecho a la propiedad intelectual sobre los trabajos que elabore en forma individual o colectiva, de acuerdo con los derechos de autor establecidos en Colombia. Estos trabajos podrán ser divulgados o publicados con la debida autorización de los autores.

Tener en cuenta estas normatividades y principios es una responsabilidad, un deber ético y político como profesional para no actuar desde los privilegios o bajo el desconocimiento sobre una población en la que el reconocimiento de la fragilidad y finitud de lo humano, pueden ser altamente exacerbados bajo ciertas condiciones sociales y políticas, especialmente aquellas en las que la violencia se vuelve una forma de vida, como lo es el caso de los procesos migratorios

(Feito, (2007), por ello retomando la declaración universal sobre bioética y derechos humanos de la UNESCO en los Artículos:

Artículo 8 del Respeto de la vulnerabilidad humana y la integridad personal ya que, al aplicar y fomentar el conocimiento científico, la práctica médica y las tecnologías conexas, se debería tener en cuenta la vulnerabilidad humana. Los individuos y grupos especialmente vulnerables deberían ser protegidos y se debería respetar la integridad personal de dichos individuos.

Artículo 12 Respeto de la diversidad cultural y del pluralismo Se debería tener debidamente en cuenta la importancia de la diversidad cultural y del pluralismo. No obstante, estas consideraciones no habrán de invocarse para atentar contra la dignidad humana, los derechos humanos y las libertades fundamentales o los principios enunciados en la presente Declaración, ni tampoco para limitar su alcance.

A Través de esta revisión se puede considerar que la investigación psicosocial por sus presupuestos epistemológicos, metodológicos y técnicos debería proponer sus propios requerimientos éticos, sin que esto signifique como lo menciona Mondragón (2007) de normatizar el actuar crítico de los investigadores bajo mecanismos de vigilancia, control, masificación o castigo tampoco se trata de recomendar pautas éticas universales que homogenicen al sujeto de investigación. Se trata de que las exigencias éticas surjan de las necesidades inherentes a la investigación social, a través del diálogo constante y el consenso del justo reconocimiento de los dilemas éticos que se presentan y del trabajo crítico que se realiza en esta área. La exigencia ética en la investigación psicosocial no es la que impone la deontología, en tanto lo obligatorio, sino el problematizar y reflexionar de manera crítica nuestro quehacer y “modo de ser” siempre con responsabilidad y compromiso moral hacia los investigados.

Para ello por efectos de respeto y para salvaguardar la dignidad de las personas que participan en esta investigación, tomando en cuenta el código de ética en investigación de la Universidad de Antioquia presentado por la vicerrectoría de investigación, la comisión institucional de ética y el comité central de ética en la investigación se incluirá un consentimiento informado.

7 Resultados

El siguiente apartado permite dar cuenta de los resultados obtenidos del análisis realizado de los relatos de los participantes de la investigación, el material que fue recogido es gracias a la participación de dos personas que se identificaron como P1 y P2, con cada uno de ellos se tuvo la oportunidad de realizar una primera entrevista exploratoria y una entrevista de profundización, además de un ejercicio de fotovoz, las citas que corresponden a este último ejercicio serán identificadas con la sigla (FV) para diferenciarlas de la información recolectada durante las entrevistas. Para permitir una mayor comprensión y claridad a la hora de abordar cada apartado de los resultados se realizará una breve descripción de cada participante alrededor del tema central en la experiencia y el contexto que los rodea:

P1 es una mujer de 36 años que se crio en el Táchira una frontera entre Venezuela y Colombia, que limita con Cúcuta, ella lo describe como un lugar hermoso cercano a la playa, creció rodeada de sus hermanos y su madre. Decidió migrar debido a las condiciones desfavorables de su entorno, ya que desde su perspectiva de madre no percibía posibilidades de un futuro digno para su pequeño hijo allí. Esta mujer es además cabeza de familia y se convierte en la responsable del cuidado de sus seres queridos, tiene formación profesional como contadora pública, sin embargo, en la actualidad no ejerce su profesión.

P1 señala que como preparación para un proceso migratorio menos agresivo decide estudiar el arte de la panadería tradicional venezolana por un año antes de salir de su país. Según ella, llegó aquí a Colombia con una maleta llena de sueños y esperanzas de labrar un mejor futuro para su hijo. El comienzo de su camino en el mundo de la cocina fue ambulante, en movimiento, desplazándose a través de distintos lugares empezó por ofrecerle a unos pocos conocidos sus productos de panadería y repostería, decidió venderlos puerta a puerta hasta que armó un pequeño local improvisado en la casa que arrendaba en ese momento y así fue como nació Brioche Panes Artesanos, un emprendimiento que le dio un lugar especial en Sabaneta a muchos migrantes venezolanos.

P1 es una mujer muy cuidadosa con los detalles, que se ha hecho cargo de pensar en las necesidades de un mercado particular que para ella no estaba siendo escuchado. Brioche es su pequeña Venezuela, y su deseo y ambición es poder llevar su negocio a otros lugares, construir redes con otros emprendedores y responder a las demandas de sus clientes para hacerlos sentir

más cerca de su lugar de origen y brindarles a quien no lo conocen la oportunidad de deleitarse con la cultura gastronómica de su país.

Por otra parte, P2 es un joven que actualmente tiene 20 años, llegó aquí a Colombia cuando tenía 14 años junto con la familia de su madre desde la frontera con Maicao, luego se movió hacia Barranquilla donde estuvo 2 años y desde esa temprana edad empezó a trabajar. Debido a la difícil situación familiar no podía estudiar, aun a esa tierna edad era capaz de identificar las dificultades económicas por las que atravesaban y su deseo era poder apoyar con suministros y comida, aportar para el alquiler, para los servicios y el cubrimiento de sus demás necesidades básicas. Comenzó entonces puerta por puerta, vendiendo productos como carnes frías y lácteos de contado.

Después de esos 2 años ya no les estaban dando las cuentas y decidieron volver a cambiar de lugar. Entonces, se establecieron en el municipio de Aguachica en el departamento del Cesar; allí P2 volvió a reencontrarse con la cocina tradicional venezolana, especialmente con la panadería, gracias a otro joven migrante venezolano que conoció allí mientras trabaja como repartidor en una panadería; con él pasó muchos sábados en las tardes, fue aprendiendo recetas y recordado a través de los sabores la casa de su abuela allá en Venezuela, en donde pasó gran parte de su infancia.

P2 relata que migrar le ha permitido aprender mucho sobre la vida, conocer nuevas perspectivas del mundo y descubrir distintos modos de hacer las cosas. Al salir de su lugar de origen todas las cosas del entorno le eran novedosas y llamativas, para él migrar es una aventura novedosa y, además, necesaria; según él no somos nadie sin cultura y para conocer nuevas culturas es necesario habitar nuevos lugares. Este reconocimiento de la necesidad de apertura al conocimiento del mundo está en tensión con los motivos económicos que motivan su viaje; reconoce que migrar es una decisión que no debería darse por las mismas razones por la que él y muchos venezolanos más tuvieron que dejar su país, la precariedad de sus vidas.

A partir de estas dos perspectivas vitales, se propone una lectura de los marcos comunes de significado en la reconstrucción de la experiencia de migrar que los relatos de vida permiten. Los resultados obtenidos de este análisis se dividirán de la siguiente manera: Inicialmente se abordará lo referente a Las trayectorias migratorias de los participantes en donde se tomará en cuenta los siguientes ejes de sentido: La decisión de migrar, el tiempo vivido en Colombia y la resistencia a las connotaciones negativas del migrante. Frente a la pregunta de investigación este

apartado pretende dar cuenta de los motivos para migrar y establecer un relato sobre los caminos y los tiempos de esta experiencia en los participantes.

En segunda instancia se explorarán los significados sobre La fiesta de la cocina, de donde se derivan tres vías: El mundo mágico de la cocina, el amor por nuestra cultura gastronómica y las recetas del lugar de origen. Mientras que el tercer capítulo va en una línea continua con el tema anterior y se denominó El arte de la panadería: Un reencuentro de sabores y saberes, y contiene tres apartados que son: El arte de hacer pan, los saberes y sabores alrededor de la panadería y Aprendizajes a través del tiempo vivido en la panadería /Brioche; el propósito de estos es realizar una descripción de los significados que le atribuyen los participantes a las prácticas de la cocina tradicional de su lugar de origen.

Finalmente, el último capítulo desarrollado en los resultados explora los significados de Un lugar fértil: Un pedacito de Venezuela que se divide en tres perspectivas: El lugar feliz es sentirse conectado con el lugar de origen, cualquier lugar es como casa si... y, por último, la cercanía con Venezuela (la continuidad del vínculo), cuyo aporte frente a la pregunta de investigación es explorar el vínculo socioespacial con el lugar de origen y el lugar de acogida en las personas participantes.

7.1. Trayectorias migratorias

Este apartado tiene por objetivo desarrollar los resultados del análisis de los relatos de vida en lo referente a la descripción de la trayectoria migratoria de los participantes. El análisis permitió desplegar tres vías de significados de la experiencia de migrar, la primera de ellas habla de la decisión de migrar, la segunda pretende abordar lo relacionado con el camino recorrido para migrar, y, en última instancia, se desarrolla una vía de análisis sobre la migración como decisión colectiva.

7.1.1 La decisión de migrar: Entre la aventura de migrar y el migrar para cuidar(se)

En relación con los motivos para migrar se identificaron dos perspectivas: la primera fue abordada por P2 que establecía la posibilidad de significar *la migración como una aventura*, esta visión de la aventura de migrar sitúa el desplazamiento como algo deseado haciendo alusión a

que “son cosas que deberían de pasar” (P2, comunicación personal, 13 de febrero, 2024), sustentados en la idea de que es una oportunidad para aprender de otras culturas, conocer nuevas prácticas y formas de habitar el mundo diferentes a las propias; de ese modo se establece una comprensión del migrar como posibilidad de “abrir la mente” (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024), Dentro del relato la consideración de la experiencia de migrar puede llegar a ser valorada positivamente; sin embargo, no debería estar motivada por condiciones sociales, económicas y políticas que amenacen la concepción de buena vida y bienestar en el lugar de origen: “no debería de pasar una situación como la que estamos pasando allá, como la que se pasó allá” (P2, comunicación personal, 13 de febrero, 2024).

La segunda perspectiva señalada por la P1 se enuncia desde la posibilidad de migrar como una forma de cuidado del bienestar propio y de las personas significativas del entorno familiar cercano, a través de la identificación de aquellos asuntos que ponen en riesgo la continuidad de una vida valorada como digna:

Hay una situación bastante compleja en nuestro país, en Venezuela, uno de inseguridad, otro de falta de oportunidades, falta de trabajo, aparte de eso pues en el tema de salud ya se estaba complicado mucho, pensando en el bienestar de mi bebé, lo tenía muy chiquito, pues decidí migrar. (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023)

En ese sentido, los motivos para migrar desencadenaron una serie de decisiones previas al desplazamiento que representaron una *extensión de los significados del cuidado*, ya que esta preparación deviene de la idea de reducir el impacto o las consecuencias negativas del proceso:

ciertamente pensando en una migración que no fuera tan... pues tan agresiva por llamarlo así o tan fuerte pensamos en estudiar lo que era algo de panadería y repostería duramos un año preparándonos en nuestro país estudiando panadería y repostería, en el momento en el que decidimos migrar fue en el 2018. (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023)

A pesar de estas diferencias, en un sentido más amplio es posible establecer algunas convergencias en el relato de los participantes sobre los motivos para migrar. Inicialmente señalan un cambio de la percepción que tenían de Venezuela como un lugar en donde ya no se

podía sostener una vida digna de ser vivida, con las condiciones que ellos valoraban como buenas. Otro elemento común en el relato serían los contrastes remarcados entre Colombia y Venezuela y el mercado de acá en comparación con el mercado de allá.

Este componente experiencial de la migración se vincula directamente con elementos vivenciales propios de la toma de decisiones, para hacer una descripción más amplia de esta vivencia se hace necesario establecer cuál fue el camino recorrido para migrar de los participantes. Por una parte, P1 introduce este relato antes de iniciar el desplazamiento de su lugar de origen, ya que sitúa un plan inicial que se construye buscando realizar una preparación para una migración menos agresiva, la cual consta de tener un arte, algo que les permita vivir y ganarse el día a día que en este caso se trata del aprendizaje del mundo de la panadería. Algo significativo de este proceso es también la identificación de cómo algunos planes pueden discrepar un poco de las acciones emprendidas:

porque para nosotros siempre estuvo como que Europa, pero... como íbamos con el niño, con mi hermano, se presentó un inconveniente y el pasaporte del niño no pudo salir a tiempo, entonces claro se nos hizo más fácil cruzar la frontera (...) ciertamente pues en mi mente nunca estuvo Colombia (se ríe). (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023)

Al expresar que los planes iniciales se pueden ver interpelados por situaciones inesperadas se pone de base el carácter imprevisto de la migración. Otro asunto que aparece de manera explícita dentro de las etapas iniciales de la decisión de mirar es la esperanza de mejorar las condiciones económicas que se vinculan directamente a las concepciones de una vida digna de ser vivida y valorada como vida buena, señalada en expresiones como: “aquí llegamos con una maleta pues llena de sueños y expectativas” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023) o “entonces, por esa razón uno decidió cambiar de rumbo y venir acá, porque se le podía brindar con mejores, con mejor situación económica”. (P2, comunicación personal, 13 de febrero, 2024)

El plan construido para migrar y los caminos recorridos en este proceso pueden leerse desde dos perspectivas: por una parte, está el panorama de madre y la construcción de una identidad como mujer y migrante señalados por P1: “llegué aquí con mi hijo muy pequeño de tres meses... por ser mujer cabeza de hogar, madre soltera es un tono bastante fuerte” (comunicación personal, 13 de octubre, 2023). Esto pone de relieve la importancia que tienen para P1 asuntos en

el orden del cuidado y las necesidades en términos tiempo, los aprendizajes que valoran positivamente para la crianza. Mientras que en el caso de P2 se expone la idea de migrar siendo un niño que introduce la posibilidad de establecerse o desplazarse mientras se forja un camino propio al crecer e independizarse, entre otras cosas relativas a la etapa del desarrollo y el rol que se atribuye socialmente en la infancia. En ambos casos se experimentan una serie de pérdidas que hacen referencia a lo que se deja atrás cuando se migra y que recogen una amplia variedad de elementos como los lugares y sus características físicas, la educación, la cultura, la seguridad de una identidad que se percibía como aceptada y validada y los vínculos afectivos construidos en el lugar, la familia, los amigos: “no vas a volver a ver a esas personas” (P2, comunicación personal, 13 de febrero, 2024).

También se señalan otros elementos que le permiten a los participantes considerar con mayor apertura la posibilidad de migrar, en el caso de P2 uno de estos elementos es la ausencia de un lugar fijo como referente en la mente, esta característica surgió vinculada a lo temprano del proceso migratorio en la experiencia vital “siempre hemos ido moviéndonos” (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024). Una de las razones expresadas de estos movimientos reiterativos a lo largo del relato se vinculó a la seguridad económica: “volvimos a tener problemas económicos. Tocó cambiar de sitio... entonces, por esa razón uno decidió cambiar de rumbo y venir acá” (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024).

Los elementos contextuales señalados con anterioridad permitían inferir del análisis una pregunta alrededor de elementos como *la voluntariedad y autonomía de la elección de migrar*, de donde se despliega una última vía de análisis que aborda la elección colectiva de migrar. Dicho panorama surge del contexto existente sobre el flujo de migrantes de Venezuela en Colombia ya que, como se expuso anteriormente en el marco teórico, Colombia ha sido reconocida históricamente como un país de emigrantes, con pocas ocasiones en las que ha actuado como receptor de migrantes.

Desde este razonamiento, los participantes señalan a través de la experiencia una percepción de la migración que se vincula a una idea compartida del entorno que habitaban: “en el momento en que yo llegué fue en el momento de crisis sociales. Una crisis social, una crisis económica. Y no solamente mi familia fue la que emigró hacia Colombia, sino que han mirado muchas familias de parte de Venezuela” (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024). En esta decisión conjunta de migrar, se destaca la concepción de los migrantes no como individuos

aislados sino como sujetos activos y capaces de establecer lazos sociales con otros para construir alternativas en pro de mejorar las condiciones en las que habitan sus nuevos entornos: “Entonces nosotros, el, el venezolano innova mucho” (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024).

En este caso particular las nuevas prácticas desarrolladas tenían la intención de mantener la continuidad del vínculo para, según los participantes, sentirse más cerca o conectados a su lugar de origen, de modo que migrar se convierte en la posibilidad de un buscar en la cocina algo que transporta de nuevo a Venezuela: “uno siempre va como que tener en cuenta algo que le gusta, algo que, que le transmite, algo que le recuerda ... que lo transporte de nuevo a, a estar juntos con su familia ha estar compartiendo esos momentos tan, tan lindos” (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024).

7.1.2 El tiempo vivido en Colombia

Por otra parte, las narrativas planteadas en este caso en relación con la decisión de migrar están situadas en la experiencia a través de unas lógicas temporales y espaciales que ordenan las vivencias y establecen unos modos particulares de relacionamiento con los entornos que se habitan, como se puede ilustrar en las siguientes expresiones de los diferentes participantes: “nosotros llegamos acá a Colombia hace 5 años (...) Este llegué aquí con mi hijo muy pequeño de tres meses, fue súper complicado porque ya uno viendo las cosas desde el panorama de madre” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023), “Y bueno, es esto el proceso que he tenido a lo largo de, de 8 o 9 años que llevo acá” (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024, “porque yo prácticamente dure toda mi adolescencia acá” (P2, comunicación personal, 13 de febrero, 2024).

En este sentido, los participantes convergen el relato a partir de la identificación de *un tiempo inicial en el nuevo lugar* que está demarcado por la desesperación por generar una seguridad económica que les permitiera cuidar familiares cercanos y aportar recursos materiales para establecerse en el nuevo espacio: “obviamente, pues por llamarlo así, no forzado, pero sí en situación de desesperación, de conseguir una manera de generar ingresos” (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024), “Entonces yo quería como que ayudará en la casa, pues ayuda en el sentido de suministros, comida, aportar para el alquiler, para los servicios para todo” (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024).

Este deseo de aportar a la economía familiar promueve el uso de estrategias -denominadas por los participantes- como ventas ambulantes, realizadas a pie; es decir ventas en constante movimiento y en relación con lo móvil, inicialmente destaca la idea de la *ausencia de un lugar*: “pues prácticamente por llamarlo así ambulante porque salía a ofrecerlos a la calle los prepararé mi casa donde vivían y salí a ofrecerlos en la calle así fue transcurriendo más o menos un año, año y medio” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023)

Bueno, te explico, pues yo me vine para acá con 14 años, ahorita actualmente tengo 20, o sea hace 6 años (...) Y lo que me puse fue desde los 14 años a empezar a trabajar, trabajaba vendedor ambulante así puerta por puerta, vendía así productos y pues ahí fue que empezó como que mi experiencia laboral. (P2, comunicación personal, 13 de febrero, 2024).

De ese modo se pudieran leer experiencias comunes a las experiencias de la migración, aun cuando los participantes cumplen con distintos roles sociales atribuidos por características asignadas desde el nacimiento como el sexo, pero también por la edad y la etapa evolutiva como es el caso del papel de madre o la experiencia de migrar siendo un niño; estas convergencias pueden deberse a asuntos más amplios en el contexto como las condiciones políticas, económicas y culturales de los países de origen y residencia.

Otro asunto que subyace a esta narrativa es el tema del apoyo incondicional de la familia un asunto entrelazado con la perspectiva de la migración como una decisión colectiva y que remarca un pilar de apoyo fundamental: “Sí, eso es lo, lo que lo que más, lo que más recalco y lo que más me facilitó, pues como que adaptarme a otros entornos y no sentirme tan solo” (P2, comunicación personal, 13 de febrero, 2024), “yo estoy acá con mis dos hermanos, mi otro hermano mayor es ingeniero civil y el menor estudiaba sistemas no la culminó pero está conmigo, acá él aprendió también el arte de la panadería” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023).

Ambos participantes señalan que *los vínculos familiares que permanecen* con ellos en los nuevos lugares son significativos a la hora de construir posibilidades de encontrar un espacio fijo, que este caso es la panadería: “hasta que pudimos abrir un localcito pequeño en el garaje de la casa donde vivíamos arrendados” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023), “o sea muy

repetitivo, pero sí, ósea gracias a mi familia, pues que logra uno adaptarse y estar más, más cómodo en cualquier ambiente” (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024). Lo expresado anteriormente no supone un proceso lineal o la fijación a un nuevo lugar estático, ya que aun con la presencia de estos vínculos significativos se identifican una serie de dificultades a la hora de laborar en Colombia, que tienen que ver con asuntos más formales como la gestión de permisos, ya que se les dificulta en ocasiones el acceso a documentos institucionales que validen su condición de migrantes “legales”. Una lectura con más cuidado de las dificultades para laborar también deja ver que se introduce un asunto en la vía de los imaginarios negativos de los migrantes, en este contexto de los venezolanos, que incluso obstaculiza el deseo de conservar la profesión: “para que en vez de estar en la calle mendigando o vendiendo caramelos o denigrándose, también hay mucho profesional ahí en la calle vendiendo caramelos, cuánto cuesta tener una carrera profesional hoy día” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023).

Se puede comprender que los participantes cargan con *el estigma de “ser venezolanos”*, de saberse parte de una categoría con una valoración negativa en nuestro entorno; sin embargo, a modo de resistencia, se identifica que los participantes construyen posibilidades de alcanzar una meta que es socialmente valorada con el fin de romper las imágenes estereotipadas y recubiertas de menosprecio sobre lo migrante: “soy inmigrante, pero tengo un negocio y me reconforta más saber que mi cliente está satisfecho con el producto, saber que lo que hacemos lo hacemos bien y lo estamos haciendo bien y que gusta” (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024); y el participante 2 señala: “de verdad hay muchas personas que subestiman, no lo subestiman, sino como que no tienen mucho en cuenta, pues todo lo que pasó uno para llegar hasta acá, para reconectarse otra vez con sus raíces” (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024). De modo que migrar les ha permitido detonar las posibilidades de agencia que tienen las personas participantes para apropiarse de los nuevos entornos que habitan y lograr vías del reconocimiento por parte de los otros en el lugar de acogida que rompan las imágenes negativas de lo migrante, la satisfacción por la propia labor y la posibilidad entender, como dice el segundo participante, “que hay diferentes maneras, hay diferentes culturas. Y entonces eso fue algo que fui aprendiendo a lo largo de este tiempo, de todo este proceso.” (P2, comunicación personal, 13 de febrero, 2024)

Este proceso de *abrir la mente* a nuevas experiencias a través de la migración señala una postura de apertura ya que, al habitar un espacio distinto como una aventura, todo se convierte en algo novedoso y a través de las distintas experiencias del día a día se empieza a conocer el mundo

y a explorarlo: “pues empecé yo a conocer un poquito más del mundo” (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024). Lo que no quiere decir que se esté habitando un nuevo lugar sin extrañar el día a día vivido en el pasado en el lugar de origen como lo menciona P1: “Porque si a eso le sumamos de que las personas, muchas personas o muchas familias están por acá. Desde hace mucho tiempo donde extrañan toda su cultura, extrañan a su gente, extrañan su, su día a día.” (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024).

7.1.3 Las cosas significativas de Venezuela

Finalmente, el último eje de sentido que permite desplegar el análisis de los relatos sobre el proceso migratorio en el caso de los participantes de este estudio gira alrededor de los significados atribuidos a las cosas valiosas de Venezuela, de las cuales se destacan dos vías. La primera de ellas es en relación con un elemento ya mencionado anteriormente pero que vale la pena traer a colación nuevamente por el contexto particular, se trata de *la familia*, entendida como una de las cosas que más se añora cuando se encuentran lejos: “Ciertamente una de las cosas que más extraño es la poca familia que me queda allá, en Venezuela está mi mamá y mi abuela” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023). Aquello significativo de Venezuela se convierte en lo más cercano a un referente de lugar propio:

Y pues lo más cerca que llegué a tener a mí en mi mente, pues como un lugar fijo, era la casa de mi abuela, que, que fue la una de las personas que me crio hasta, hasta la edad, que logramos migrar. (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024)

Esto no niega la idea de que al momento de dejar Venezuela los participantes hubieran establecido un lugar fijo dentro de su experiencia al cual denominar hogar ya que esta es una construcción dinámica que deviene de la historia de vida de los participantes, sus experiencias significativas y las dinámicas de relacionamiento familiar particulares de cada uno.

La segunda vía de análisis tiene que ver con lo que se puede transmitir a otros desde el *testimonio sobre Venezuela y sobre el proceso migratorio*, en esta vía destaca lo relevante que fue para los participantes poder compartir su historia:

Que tú nos dejes este espacio a nosotros, los venezolanos, para compartir esta historia y compartir todo lo que uno sufre, uno vive uno todos los momentos en los que unos ríe, llora pa mí es un honor pues que se comparte esta historia y se transmite este mensaje, pues como en forma de conciencia y de consentimiento para todas esas personas que quieren saber un poquito más de lo que es migrar (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024).

Además, porque en el caso particular de esta investigación entre las cosas significativas de Venezuela surge el testimonio desde la posibilidad de un buscar en la cocina algo que transporte de nuevo al lugar de origen y que permita enaltecer la identidad de lo venezolano a través de la conservación y transmisión de la cultura gastronómica:

Entonces eso es como que uno siempre va como que tener en cuenta algo que, que le gusta, algo que le transmite, algo que le recuerda y. Y esa es como la experiencia que uno que uno lo transforma a siempre querer tener algo que, que lo transporte de nuevo a, a estar juntos con su familia ha estar compartiendo esos momentos tan lindos. (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024).

Como se puede ver, a lo largo de este capítulo se establecieron puntos importantes para dar cuenta de los caminos recorridos para migrar de los participantes y por consiguiente de la valoración de distintos elementos significativos tratando de plantear una línea cronológica en las narrativas. Inicialmente frente a las motivaciones que impulsan la decisión de migrar se pudo observar que subyacían determinadas categorías identitarias que exponían formas distintas de asumir el proceso migratorio; por una parte se resalta la identidad como mujer y migrante y las formas de expansión del cuidado de sí mismo y de los otros; y por el otro lado una visión más infantil mediada por el asombro y la curiosidad que expande las posibilidades de migrar como una aventura para ampliar el mundo sin un rumbo fijo sino desde una movilidad permanente en busca de aquello que se considera una vida digna de ser vivida.

De modo que cuando expresan el tiempo transcurrido en Colombia se interpelan las condiciones de precarización de la vida que imponían la desesperación por generar ingresos y proteger la seguridad del núcleo familiar interrogando la voluntariedad de la migración.

Finalmente se expresó como aquellos elementos significativos de Venezuela configuran unas dinámicas particulares catalizadas a través de la cocina y articuladoras de la identidad que constituyen una estrategia para convertir los nuevos espacios que se habitan en propios, ya que median ciertas formas de la interacción social que generan vínculos y enlaces para reconectar con aquellas raíces traídas en la propia historia y converger con otros alrededor de lo venezolano.

7.2. El mundo mágico de la cocina

En consonancia con lo mencionado anteriormente este apartado explora de manera más amplia y detallada las relaciones establecidas entre las cosas significativas de Venezuela a través del lugar que ocupan para los participantes las prácticas que hacen parte de la cocina tradicional, se identificaron tres grandes tendencias en los relatos. La primera de ellas señala la cocina como una fiesta en donde se vincula la felicidad y los vínculos con otros; en segundo lugar, se propone la identificación del amor que se siente por la cultura gastronómica; y para cerrar este apartado se sugiere un recorrido por las recetas del lugar de origen abordadas dentro de las conversaciones con los participantes.

7.2.1 La fiesta de la cocina: La felicidad y los vínculos con otros

Las prácticas alrededor de la cocina se vinculan inicialmente con la construcción que hacen los participantes de la identidad del *ser venezolano*, ya que al encontrarse habitando un nuevo espacio distinto al lugar de origen se empieza a construir asimismo una idea del "nosotros" los migrantes, los venezolanos y es a partir de ese ser que se asignan una serie de rasgos distintivos:

Muy rumbero y entonces siempre está como que la música, la felicidad, todo, pues y se contagia toda esa esa felicidad, Mientras uno cocina siempre se comparte la misma experiencia y hay muchas, muchas cosas que son importantes en esa en ese ambiente. (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024).

En ese sentido se observa que la cocina de su lugar de origen es algo que comparten todas las personas que migran ya que es independiente del contexto particular: "Eso es como un colombiano que viva en Alemania y consiga allá una bandeja paisa, ¡oiga!" (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023).

Además de ser una de las cosas compartidas por todos los migrantes también se señala como un componente central de la experiencia humana: "Sí, es que como te digo, pues el principal, el principal, como... La principal característica, pues, de, del venezolano siempre es la comida" (P2, comunicación personal, 13 de febrero, 2024), ya que permite mantener la cercanía con ese lugar significativo a través de la importancia que le da el venezolano a la conexión que sostiene con estas prácticas: "creo que esa ha sido la opción más fácil porque el venezolano de por sí es un buen cocinero" (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023) o "ya es como que viene predefinido en el venezolano, pues ya todo el venezolano tiene como su conexión ya con la cocina y todo el venezolano siempre, siempre quiere como que repartir lo suyo" (P2(FV), comunicación personal, 13 de febrero, 2024).

Figura 1

Fotovoz P2 (2024)



Lo anterior permite reconocer que *la cocina ocupa un lugar central dentro de los diferentes espacios de interacción humanos*, pues está también en el centro de las reuniones, celebraciones o festividades: "Umm, para cualquier evento, cualquier reunión familiar de ellos buscan tener un producto de Brioche" (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024), "como te comentaba la otra vez que en Navidad. La familia venezolana se reúne normalmente unas cuarenta, cincuenta personas en una misma casa. Hacen todo, la comida, la hallaca, el pan de jamón, el pastillo, todo." (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024).

Estos vínculos con la comida a través de las fechas especiales no solo se enmarca en un tiempo especial si no también en unos espacios particulares lo cual permite que la casa, tanto el nuevo lugar que se habita como el referente construido en el lugar de origen se convierta en un lugar de encuentro con la cocina y en donde nace también la relación que establece con ésta, de modo que para ambos participantes existen en paralelo una conexión con la cocina en Venezuela y un reencuentro con esa cocina que nace en Colombia: " No, el proceso de aprendizaje como te estaba contando en Aguachica, César, conocí un, un panadero, también venezolano." (P2, comunicación personal, 13 de febrero, 2024), "Entonces y cada día perfeccionando esta técnica, para mí es muy valiosa" (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023).

De modo que las experiencias de los participantes permiten inferir que *la cocina no se trata de una práctica inmóvil si no de una acción que transporta a los recuerdos*, a lo que sabe Venezuela, con los abuelos, a la infancia y a todos esos espacios que simbólicamente ocupan un lugar privilegiado en los afectos: "Claro, entonces cuando él me empezó a enseñar a hacer los panes, fue que yo, como cuando prevé, dije, Venezuela, recordé pues" (P2, comunicación personal, 13 de febrero, 2024), "pero si lo veo, seguramente sea lo haga para para como tú dices pues para lo que me transmite ese sabor, lo que me recuerda a donde me lleva" (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024); "yo siento que cada vez que preparo una receta o hago algún pan. Estoy en Venezuela. Sí, claro, porque todo. Todo, los olores, los colores, las texturas, el sabor. Hasta el mismo sitio" (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024). El tiempo pasado en la cocina, la relación de los afectos con el recuerdo y el sabor venezolano son una representación de aquello que se considera más característico de la cocina venezolana, que es compartir con los otros: "Lo más característico de la cocina venezolana sería eso, compartir, el poder que las demás personas prueben y también experimentan lo mismo que experimentamos nosotros al comer nuestra propia comida". (P2(FV), comunicación personal, 13 de febrero, 2024).

Dichos modos de relacionamiento con el entorno construyen lo que para P1 podrían ser los hábitos significativos alrededor de la cocina, ya que dichas interacciones se convierten en parte fundamental de lo que sustenta el día a día en el proceso de habitar un nuevo espacio:

Yo pienso que uno crea hábitos como ser humano, eso es como que a las personas que les guste tomarse el café todos los días. También a las personas que quieren tener su pan todos los días. Entonces eso es parte de nuestro día a día, de nuestros hábitos. (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024)

En cuanto a las razones por las cuales se valora la idea de consumir en el diario vivir los alimentos que hacen parte de la cultura del lugar de origen P2 señala que prueba para salir adelante como una manera de sobreponerse a las adversidades, de sobrevivir a los cambios, de sentirse como en casa en otro lugar: "Y no solamente uno prueba ese ese condimento, pues ese esa fruta vegetal no sepa para como que, para una cosa, sino que también lo prueba para para salir adelante y pa sobrevivir" (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024).

Entonces esta cocina que llevaba en los genes permite *reconectar otra vez con sus raíces* y migrar se convierte para ellos en una posibilidad de buscar en la cocina algo que los transporte de nuevo a su lugar de origen, por lo decíamos anteriormente: "Entonces eso es como que uno siempre va como que tener en cuenta algo que le gusta, algo que le transmite, algo que le recuerda y" (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024). Ya que la cocina puede transmitir mensajes que el lenguaje oral o escrito no alcanza a contener y esta experiencia para quienes comparten la misma cultura puede contener "emociones, pasión, costumbres o recuerdos" (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024), e incluso puede haber espacios de transmisión con otros que no comparten la misma cultura en donde se exploren contenidos distintos: "que si no conoce la cultura se le puede transmitir los sabores nuevos, se le puede desbloquear experiencia" (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024).).

7.2.2 El amor por nuestra cultura gastronómica

Para ampliar un poco más la última perspectiva en relación con el cuidado y la valoración que los participantes le dan se le dan a las recetas y los procesos de preparación de la comida

tradicional, también mencionan que por la cercanía y la importancia de esta conexión para el venezolano no existen características para definir la cocina del lugar de origen: "ya es como que viene predefinido en el venezolano, pues ya todo el venezolano tiene como su conexión ya con la cocina y todo el venezolano siempre, siempre quiere como que repartir lo suyo" (P2(FV), comunicación personal, 13 de febrero, 2024), "lo vemos como lo más seguro" (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023), es por eso que el estar en contacto estas prácticas les brinda además la tranquilidad de hacer algo que les gusta y por ello se proponen hacer las cosas y hacerlas bien: "Entonces creo que eso también ha sido uno de los factores importantes acá para nosotros, hacer las cosas y hacerlas bien" (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024) o:

Bueno, luego conocí a X, que es la dueña de, del local donde nos conocimos y ahí volvió a empezar de nuevo en la panadería y todo lo que ya uno había practicado me, me logró dar como ese, esa tranquilidad de otra vez un trabajo estable, otra vez un trabajo que me gustara. (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024)

Ambos participantes manifiestan que a través del vínculo que se construye con la cocina que al migrar se enamoraron de las elaboraciones que hacen y del entorno que construyen con otros a través de estas prácticas: "entonces te enamoras de, del oficio, o sea de la panadería, y te enamoras de, de, del ambiente, el entorno que genera eso" (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024), "porque ya tú al forjar algo desde cero, ya tú lo identificas como tuyo, ya tú lo haces tuyo, entonces, le, le das tanto amor a ese proyecto." (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024).

Este *amor por la cultura gastronómica* despliega posibilidades en dos vías: la relación con el sí mismo y la relación con los otros. Dentro de la primera posibilidad se establece una relación con un mundo interno que vincula el comer con las motivaciones afectivas que les permiten a los participantes desde el reconocimiento de la propia fragilidad como humanos sobreponerse a las dificultades de habitar un nuevo entorno, por eso se plantea que se come para sobrevivir como especie, bajo la idea de una acción concreta de alimentarse; pero la forma en que comemos, atravesados por lo simbólico, nos permite la supervivencia es decir los actos o procesos para sentir que vale la pena continuar vivo, especialmente en situaciones adversas o extremas en un entorno diferente: "Sí, sí, sí, claro. Por lo menos uno, no como tú dices, pues uno

come por supervivencia, pero también lo hace uno por porque le transmite" (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024).

Comer significa para ellos poder para seguir con la confianza de que *van a estar bien*; "Sabén cómo uno planea y pues toca buscar alternativas para seguir teniendo como la confianza y la y la, la certeza de que vas a estar bien, pues económicamente y, y en la vida, pues" (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024). En la experiencia interna los sabores y las emociones se mezclan a través de los ingredientes gestando el amor de los migrantes por su cultura gastronómica: "Somos venezolanos, vamos a hacer las cosas con amor, que tenga, que se sienta eso en el producto cuando la gente lo consuma. Porque eso se siente cuando tú pruebas una comida bien hecha" (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024).

Por otra parte, la segunda posibilidad despliega un vínculo con el mundo externo en donde los sujetos se sienten gratificados porque se sienten valorados por el entorno al poder brindar algo significativo de su cultura, especialmente a otros migrantes, pero también a las demás personas del nuevo contexto habitan: "que se mantenga así para que los consumidores, tanto venezolanos como colombianos o extranjeros puedan probar nuestra cultura gastronómica" (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024). Además, desde esta perspectiva, se construye un sentimiento de satisfacción propia, inicialmente por poder regresar a los recuerdos y a los vínculos dejados en el lugar de origen. Como se menciona en el capítulo anterior, con las posibilidades de movilidad de la cocina y a largo plazo esto permite un desplazamiento hacia el exterior que proviene de la mirada de otros hacia el sí mismo del migrante que lo posiciona por fuera de un rol históricamente estigmatizado y despectivo, y *les permite ser valorados y tener el reconocimiento de otros*:

Eso te llena de orgullo, pues te llena de satisfacción, saber que tú pudiste llegar e impactar esas personas con tu producto (...) Me siento mucho más orgullosa y me llena de satisfacción saber que la gente le gustó, que le, que lo busca, pues en lo personal, en lo personal y a todas las personas que trabajan conmigo. (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024)

Estos modos de relacionamiento con la cocina sustentan la idea de que los migrantes se arraiguen a su propia cultura gastronómica; primero porque es una manera de proteger y

demarcar la propia identidad, pero también porque permite pensar en la posibilidad de una identidad más grupal como en el caso de la panadería y quienes trabajan en ella, o colectiva si pensamos en los migrantes venezolanos residentes en sabaneta o en Colombia por decirlo de algún modo; este es un respaldo o un vínculo unido a través de un ideal que es sentir una identidad muy marcada: "Considero que nosotros sí nos hemos como que arraigado bien en nuestra cultura gastronómica" (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024).

Lo anterior no quiere decir que en este proceso no se reconozcan las dificultades del entorno para hacer la elección de vivir en sintonía con una identidad cultural, ya que el contexto del migrante en los territorios de acogida sigue estando permeado por dificultades económicas, de rechazo social y precarización de las condiciones de vida básicas en salud, educación, vivienda, etc., que podrían exacerbarse al reconocerse como venezolano por la mala imagen que se tiene en el contexto. En ese sentido, los participantes reconocen que en el entorno hace falta forjar la cultura de lo tradicional y por ello la elección de vivir con una identidad cultural demarcada también se constituye en *una forma de resistencia a las tendencias estigmatizantes*: "Pienso que sí falta un poco de... Un poco de forjar esa cultura, pero forjarla y marcarla bien" (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024).

7.2.3 Las recetas del lugar de origen

Poniendo de base esta idea de que las experiencias de migrar producen un arraigo hacia la cultura gastronómica también se expone de manera explícita la premisa de que *mantener el sabor es proteger la tradición*, esto supone que se valoren las recetas como un material valioso que debe ser cuidado procurando atesorarlo de la manera más fiel. Este cuidado se ha manifestado en una vía alrededor del perfeccionismo frente a los diferentes procesos de las preparaciones, ya que este cumple la función de preservar vivas las costumbres y las elaboraciones; P1 menciona que al ser perfeccionistas pueden compartir sabores únicos y especiales iguales a los de allá: "cuando hacemos preparaciones de panes tiene que ser igual o lo más parecido a nuestros panes típicos venezolanos. O sea, tenemos que tener perfección, tenemos que ser perfeccionistas" (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024). Mientras que P2 propone incluso que a través de la preservación de dichas tradiciones se pueden transmitir secretos a otros que permitan mantener vivo el sabor:

Hasta a una persona que no ha compartido la misma cultura, se le puede transmitir sabores, nuevos, experiencias, se le pueden compartir secretos, secretos de la misma preparación y pues algo que la persona al decir este sabor me gusta, pues se lo comparte a otros y a otros y eso es lo que hace que se sigan manteniendo como que ese sabor y esa tradición. (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024)

Entonces para remarcar su identidad los participantes se aferran a su cultura gastronómica a través de la venta de productos venezolanos: "De hecho, nosotros nunca hemos perdido la identidad en 5 años, aunque muchas personas siempre se han acercado y me han dicho que por qué no incursionó con otros productos. Que a lo mejor se va a vender más el buñuelo, el pan de queso, 'no, es que yo no quiero quitar mi identidad', o sea, para mí eso es lo más importante." (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024).

Como resultado, en este capítulo puede comprenderse ya de manera más explícita el lugar de cocina en cuanto conjunto de prácticas, vínculos con otros y recuerdos que, como una proyección de identidad, generan espacios particulares que permite que sea posible construir una casa. Esto sólo es posible para los participantes en tanto el nuevo lugar que se habita se convirtió en un espacio de encuentro con las tradiciones gastronómicas en distintas dinámicas a través de los movimientos que se realizan al migrar, permitiendo incluso configurarse como un recuerdo en la vías de la protección de aquello propio, por lo que se siente orgullo y afecto, y resistirse a las preconcepciones negativas del ser migrante para buscar exponer nuevas formas del reconocimiento que sean validadas. Dicho reconocimiento puede observarse en distintos niveles, como el reconocimiento y reivindicación por parte de organizaciones y estamentos públicos en el caso de los estamentos del municipio de sabaneta que han convergido con el negocio, de los otros como el entorno cercano o las personas con las que se cohabita el municipio, y por ellos mismos desde visión la interna del propio ser, la labor que se realiza y los impactos que pueden generar en el exterior a partir de su labor en la cocina.

A continuación, se señalan algunas de las recetas mencionadas por los participantes en el contexto de las entrevistas y los ejercicios de fotovoz, a través del análisis se construyeron algunos posibles grupos de recetas en función del contenido de significados expresados por los participantes.

Figura 2
Recetario de lugares (2024)

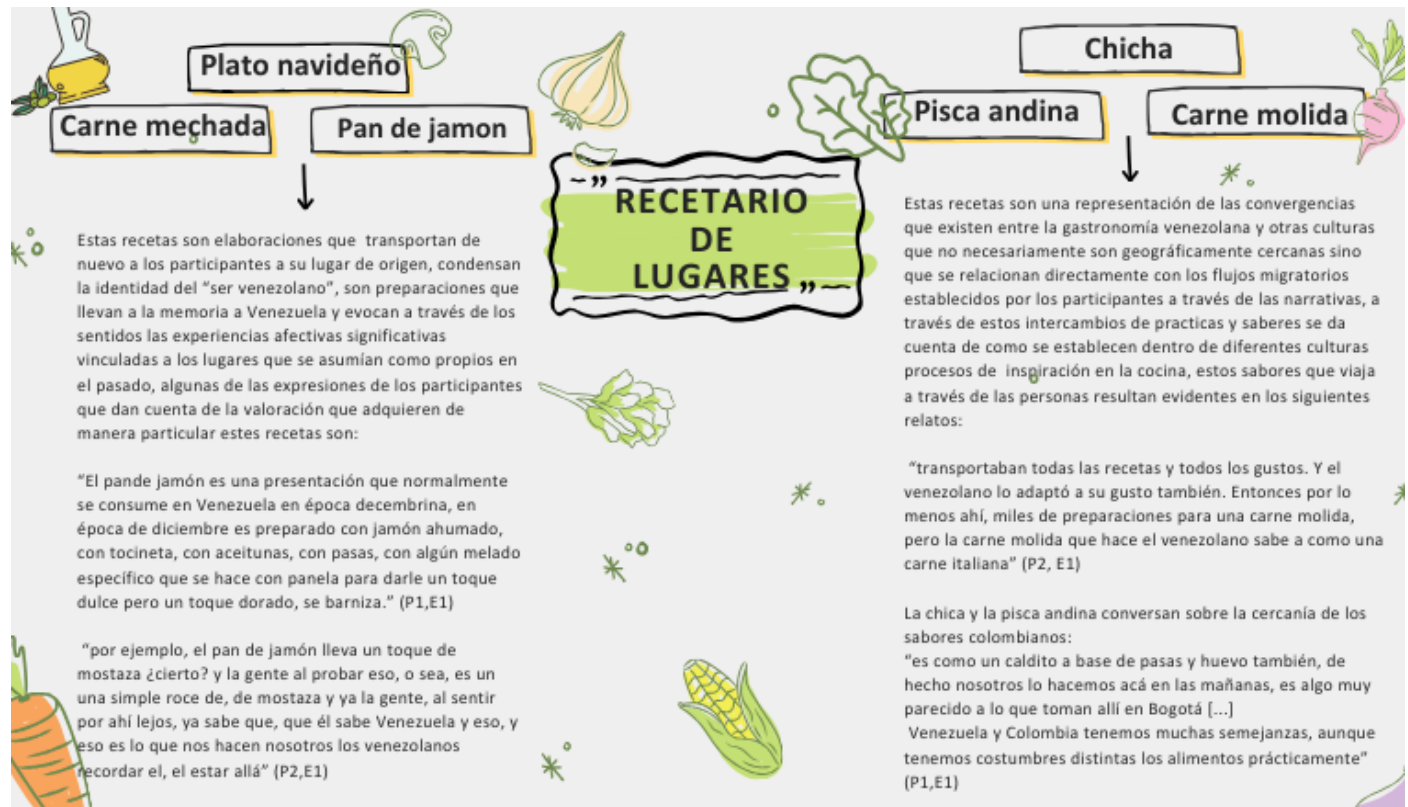


Figura 3
Recetario de lugares (2024)

RECETARIO DE LUGARES

Cachito

Pan canilla

Pabellon

Muchas de las preparaciones mencionadas hacen parte de las rutinas construidas en el día a día en el lugar de origen, las seleccionadas aquí se encuentran arraigadas a las dinámicas culturales y propician ciertos modos de interacción que sitúan la cocina como un centro de reunión para compartir con otros, se entiende que por la valoración que se le da a estos encuentros los mencionados se convierten en platos que se recuerdan más de esa cocina tradicional venezolana, algunas frases que exploran estos significados son:

“hacemos el cachito que también es muy famoso en Venezuela qué es relleno de jamón y tocineta” (P1, E1)

“el pan baguette que allá le llamamos canilla, allá en Venezuela le llamamos pan canilla”. (P2, E1)

“Bueno, el pabellón es uno de los que más me gustaba, es como algo acá la bandeja paisa, algo así porque es con caraotas, con el frijol negro” (P1, E1)

Cinnamon roll de canela

Galleta de huevo

Estas elaboraciones son recetas que migraron en conjunto con los participantes, fueron las primeras en ser reinterpretadas en el nuevo lugar que habitaban, se pueden identificar dos vías cada una propuesta por uno de los participantes para dar cuenta de la experiencia particular vivida a través de la preparación.

Por una parte P1 expresa que a través de este proceso de encontrar formas de sustento y cuidado para sí misma y para su familia decidió empezar a realizar ventas ambulantes de los productos que había aprendido de la panadería venezolana “empecé haciendo cinnamon roll de canela vendía a domicilio la poca gente que conocía le iba ofreciendo pues prácticamente por llamarlo así ambulante porque salía a ofrecerlos a la calle los prepararé mi casa donde vivían y salí a ofrecerlos en la calle así fue transcurriendo más o menos un año” E1.

Por otro lado P2 manifestó que su encuentro con la cocina venezolana a través del vínculo que establecido con otro migrante venezolano que trabaja como panadero en el local donde el mismo hacía domicilios: “en Aguachica, César, conocí un, un panadero, también venezolano. El los días sábados me pedía que le ayudara a hacer panes venezolanos [...] Ya luego empecé yo por mi parte, intenté unas veces allá tenemos una galleta que se llama galleta de huevo. Que es muy rica también y empecé así a vender particularmente” E1.

7.3. El arte de la panadería: Un reencuentro de sabores y saberes

Habiendo abordado ya la posibilidad de entender el mantenimiento de los sabores como una forma de cuidado de la tradición a través de la protección de aquellas prácticas que permitían la transmisión de las preparaciones entendidas de manera más amplia como parte de la cocina de origen, generar transmisión de estos saberes es una de las razones por la que se enseña un arte, en este caso, la panadería. En este capítulo se exploran de forma más amplia los significados otorgados a la panadería como un arte y las posibilidades que esta ofrece. El primer apartado está denominado El arte de hacer pan; en segundo lugar, se abordan Los saberes y sabores alrededor de la panadería; finalmente se despliegan los significados encontrados sobre Brioche

7.3.1 El arte de hacer pan

Desde el acercamiento inicial la panadería fue nominada por los participantes como un arte, esta perspectiva hace referencia a los significados que engloba la práctica más allá de los rubros económicos que se puedan adquirir a través de ella, entre los significados que densifican la comprensión de este arte se exponen elementos en el orden de la creatividad y la expresión estética relacionados con los cuidados que se proponen de las recetas y la innovación constante de las elaboraciones; en ese sentido, la panadería sería un arte porque a través de esta se realiza en proceso de materialización de la imaginación y el encanto sustentados en los referentes de la cultura de origen; cada elaboración tiene la capacidad para generar y transmitir a través de los sentidos una experiencia visual, olfativa y gustativa que se considera bella o significativa también por los recuerdos que es capaz de evocar en la memoria: “a través del arte de hacer pan, transformas muchas cosas... Transformas vida” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023).

Este nuevo mundo de la panadería empieza a abrir una serie de contenidos simbólicos de las prácticas culinarias, empezando por la identificación de los procesos del pan: “los procesos, que la formulación, en el proceso de formado de cada pan porque son formados distintos, en el proceso de relleno, en los tiempos de horneado, entonces son muchísimos detalles” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023). La apreciación de estos detalles es también un

reflejo de distintos valores, creencias y elementos identitarios como se mostraba anteriormente con la idea del ser venezolano. Se trata de un proceso de creación y un producto final que implica habilidades técnicas, inspiración y una visión artística que tiene una interpretación subjetiva y puede evocar diferentes reacciones y significados en distintas personas, dependiendo de sus experiencias personales y las categorías sociales a las que pertenecen.

En consecuencia, a través de esta búsqueda por lograr comunicar el valor que los participantes le atribuyen a su identidad, su cultura gastronómica y las experiencias vividas a partir de la migración, nace una curiosidad remarcada por el área de la panadería ya que se vive además como una esperanza de salvaguardar las condiciones básicas para una vida digna, es decir una posible fuente de ingresos que permita a los migrantes adaptarse al nuevo entorno: “yo me dije a mí misma yo tengo que hacer algo para obtener un ingreso una fuente de ingresos para mi hogar y empecé con la parte de panadería y repostería” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023);

Quando volví aquí a encontrarme con la panadería vi que todo era muy distinto, claro. Ósea, todo cambia, diferentes recetas, diferentes formas y diferentes procesos, entonces, ahí la conocí, me encantó, me enamoré y bueno, Duramos 2 años trabajando ahí. (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024).

Las formas en las que la panadería permite encontrar posibilidades de mantenimiento a nivel económico y protección del bienestar personal y del núcleo familiar, también se sustentan en una construcción que viene como referente de las formas de vida establecidas en el lugar de origen, ya que en el caso de los participantes estos interpretan la panadería como una posible fuente de ingresos porque se trata de un elemento de consumo diario dentro de las ofertas del mercado local venezolano; P1 señala, por ejemplo, que comer pan es una práctica casi religiosa dentro de la cultura venezolana: “Eso es prácticamente como decir algo religioso para nosotros tipo 5 o 6 de la tarde, la gente se acerca a las panaderías a buscar su pan para la cena y para el desayuno” (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024).

Desde esa expresión los participantes reconocen que el pan es parte de su cultura: “el venezolano está acostumbrado, que a esta hora de la tarde va saliendo de su trabajo y va a comprar un pan para llevar a la casa, esos son parte de nuestra cultura” (P1, comunicación

personal, 7 de febrero, 2024). Lo anterior permite explorar otro significado central expuesto dentro de los relatos de los participantes y es en relación con la necesidad de *consumir aquello que se reconoce como tradicional o autóctono* ya que al reconocer el pan como un elemento central en la cocina venezolana implica al mismo tiempo su centralidad en las prácticas de relacionamiento cotidiano, haciéndose explícito en el relato lo siguiente:

Era como una necesidad de un nicho que no estaba haciendo escuchado, o no estaba siendo satisfecho, la gente lo necesitaba o sea necesitaba consumir sus productos, más el venezolano obviamente porque lo extrañaba (...) Para el venezolano sí, por qué son sabores se te quedan grabados en la mente, te crías con esos sabores, entonces tú los ves y es como si vieras a dios, una emoción por qué dices "bueno, después de tantos años en otro país, que yo pueda ver, conseguirlo aquí, probarlo y como quien dice deleitando mi paladar con ellos" eso es magnífico. (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023)

Esta práctica entendida como una necesidad empieza a establecer unas posibilidades de habitar el espacio que los participantes valoran afectivamente de una forma significativa; P1 señala que "nunca en mi país había ejercido esa arte, porque para mí la panadería es un arte" (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023), y de esa manera añade una particularidad en su experiencia a esa vivencia que antes podía ser entendida de manera cotidiana como cualquier otra acción; P2 incluso propone establecer una diferencia entre la panadería como un conjunto de prácticas de la cocina y aquellas recetas que se realizan en Venezuela "porque yo sabía de, de hacer panes, pero no conocía mucho la panadería venezolana" (P2, comunicación personal, 13 de febrero, 2024).

Esta *valoración de lo artesanal o hecho a mano* expone cuál es la posición de aquellos que construyen dentro de sus dinámicas de interacción espacios en donde convergen los saberes de la panadería tradicional. Debido a la importancia del asunto de la trasmisión de estas prácticas en la cocina, en especial en la panadería, no se percibe al otro como un competidor; a pesar de que la práctica se vincula directamente con la posibilidad generar ingresos, se decide compartir y enseñar el arte a aquellos en la misma condición, como lo señalan P2: "Y conocí a otro muchacho venezolano que me empezó a comentar a enseñar de los panes venezolanos y tal" (P2, comunicación personal, 13 de febrero, 2024) y P1:

Pues en lo personal y a todas las personas que trabajan conmigo, que han trabajado conmigo. Que les he enseñado a hacer el pan siempre les digo lo mismo, no hagan las cosas simplemente por saber que vas a cumplir las 8 horas y vas a recibir un sueldo. (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023)

En este caso particular, una última vía de sentido expuesta dentro de los relatos se ubica en la experiencia particular de P1; ella señala que su panadería es una parte de ella misma y que en la actualidad es un eje central que ordena su experiencia de vida: “te podría decir que para mí Brioche o mi panadería es mi pasión, es mi forma de ver la vida (...) Esto es una pasión, es una pasión, una panadería. Para mí es eso, pasión, amor, dedicación” (P1(FV), comunicación personal, 7 de febrero, 2024).

Figura 4

Fotovoz P1 (2024)



Además, porque la panadería le ha permitido una serie de posibilidades que difícilmente podría haber explorado de otro modo: señala que hacer pan es para ella *como una terapia*: “No, bueno, si supieras que cuando hago pan busco más como... O me llena más, pues me libera como de estrés, de preocupación, es como una terapia” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023). Este asunto vincula directamente una idea de la felicidad o del bienestar anudado a la práctica culinaria, el hacer o la realización de dichas preparaciones; ella se siente bien y orgullosa e incluso propone que para todos los migrantes que trabajan en Brioche hacer pan es una actividad reconfortante y valorada:

Entonces ya eso es muy reconfortante para mí, pues en lo personal, en lo personal y a todas las personas que trabajan conmigo, que han trabajado conmigo. Que les he enseñado a hacer el pan siempre les digo lo mismo, no hagan las cosas simplemente por saber que vas a cumplir las 8 horas y vas a recibir un sueldo”. (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024)

Por lo tanto, hacer pan es un arte que permite una serie de beneficios y cambios entre los cuales, en este caso, se destacan la expresión emocional de afectos, recuerdos y pensamientos; además, le brinda a los participantes la oportunidad de desarrollar su creatividad innovando en nuevas recetas que respondan a las demandas de los otros en su entorno cercano, establece una conexión inicialmente con las personas a través de experiencias compartidas pero también con el lugar de origen y prácticas de vida del pasado. Lo anterior facilita un restablecimiento del vínculo con las formas tradicionales de vida del lugar de origen a través de la alimentación ya que es una parte integral de la cultura y puede ayudar a las personas a explorar y entender la identidad venezolana.

A partir de vivir la práctica de hacer pan se puede producir un experiencia terapéutica, ayudando a las personas a procesar y liberar emociones, a encontrar paz y resolución en momentos de estrés y por eso *el arte de hacer pan puede transformar vidas*: en una primera vía puede aumentar la empatía y la comprensión al permitir a las personas del nuevo lugar ver el mundo desde una perspectiva diferente y acercarse a las vidas y emociones de quienes migran; mientras que por otro lado, a partir de la enseñanza de saberes tradicionales, puede generarse un

aprendizaje con elementos experienciales como el placer, el disfrute, la felicidad y la satisfacción tanto para quien lo enseña como para aquellos que lo aprenden o que consumen el producto final.

La panadería se puede entender como arte en la medida en la que se comparte con otros y a través de dichas interacciones enriquece la vida de múltiples maneras, ofreciendo un medio para la expresión personal y emocional, el crecimiento en habilidades, la conexión social y la apreciación cultural de modo que sea posible construir condiciones básicas para una vida digna en un nuevo lugar como una entidad ordenadora de la vida cotidiana: de las prácticas cotidianas significativas, de las relaciones con otros, de los afectos conectados con el saber hacer y la tradición culinaria del lugar de origen.

7.3.2 Sabores y saberes alrededor de la panadería

En relación con lo mencionado anteriormente es importante puntualizar que las posibilidades de la panadería como lugar significativo en la experiencia de P1 devienen inicialmente de una consideración explorada durante las entrevistas, la cual implica reconocer la panadería como *algo propio* y no únicamente en el sentido material sino como una expresión tangible de algo que encarna la propia identidad: “Lo llevas, él nace, crece, se desarrolla contigo, que ya tú obviamente te sientes cien por ciento identificada con él. Entonces difícilmente tú sientes algo extraño en el proyecto. No, porque es tuyo, tú lo viste, nacer, crecer, desarrollarse” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023).

Y es por esta misma razón que la panadería le permite a P1, en un primer momento, posibilidades en la vía del *crecimiento individual* que significa a través de la capacidad de cultivarse a sí misma, desde una autoexploración permanente y una formación en diversas habilidades: “y es por tal cosa, por qué aquí todos los días no te sale todo perfecto, pero el hecho de que tú estés en el día a día en este proceso te ayuda a minimizar los errores” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023), que le permiten tener una mejor adaptación al entorno y mejorar su calidad de vida a través de su emprendimiento:

Hoy día me veo de manera distinta, veo que he crecido como profesional, no por mi carrera, porque obviamente soy contador público, sino en mi carrera de manera empírica como lo hice en la panadería. Entonces y cada día perfeccionando esta técnica, para mí es

muy valiosa para mí tiene mucho, mucho valor (...) A conocer otros atributos u otras habilidades que puede desarrollar (...) Sí, no. Esto me ha hecho crecer y me ha hecho madurar tanto como persona, como profesional, como empresario, porque son como etapas que tú vas quemando. (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024)

Incluso señala que la panadería le permitió conocer en profundidad, “un mundo mágico como es el arte de hacer pan” (P1(FV), comunicación personal, 7 de febrero, 2024). Estas dimensiones del trabajo y sus posibilidades de aprendizaje fueron vividas para afrontar las dificultades que experimentó en el proceso migrar desde Venezuela con su hijo de 3 meses:

Yo lo veo siempre del lado muy positivo, donde me ha enseñado a crear cada día más habilidad. A desarrollar nuevos productos, a tener satisfacción de que mis clientes les guste el producto, marcar una diferencia, porque se ha marcado. (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024).

P2 por su parte, desde la experiencia como migrante y en su paso por la panadería Brioche como trabajador, también considera haber desplegado otras potencialidades a través de la panadería tales como construir vínculos con otros, además de buscar en este arte una posibilidad de mejorar su calidad de vida y dignificar las condiciones en las que habita este nuevo espacio “Y pues eso fue como una experiencia que, que me abrió muchas puertas ya que ahí conocí mucha gente que, que me enseñó, me, me guio, me orientó” (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024).

En un segundo momento la panadería le permitió a P1 un asunto que ella denominó *labor social*, que desde el análisis nos permite pensar las posibilidades de *expansión del cuidado* y los vínculos con otros en el nuevo lugar que habita a través de diversas acciones como: “hacemos donaciones a los ancianatos, pero no porque los panes estén mal. Son panes buenos, simplemente que hacemos parte de la labor social más que todo uno porque yo lo hacía en Venezuela” (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024). En este sentido tanto P1 como P2 han mencionada que a través de los saberes que comparten sobre la panadería otros han impactado de manera positiva en sus vidas y ellos mismos han logrado desde su experiencia individual en mayor o menor medida impactar en la calidad de vida de otros que inicialmente pueden ser migrantes

venezolanos en su misma condición pero que tiene la posibilidad de expandirse más ampliamente a hacia los otros que habitan en el nuevo lugar y se ha convertido en una oportunidad para conocer gente maravillosa “En este mundo de la gastronomía ya tu empiezas a socializar con mucha gente (...) Hoy día es lo que me ha fortalecido en este país, lo que me ha dado oportunidad de conocer gente maravillosa” (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024).

Estas formas de explorar a profundidad el mundo mágico que es el arte de hacer pan implican un reencuentro con aquellos saberes y sabores que hacen parte de la tradición gastronómica de Venezuela P2 señala que es aquí en Colombia ya que como se ha mencionado anteriormente fue aquí en donde a través de otro joven migrante exploró sus primeras recetas tradicionales de Venezuela “Y entonces fue que reencontré, otra vez el sabor, el gusto. Dije -los panes que yo me comía cuando era niño- (...) y ya empecé a investigar la receta, sí, y a reencontrarme.” (P2, comunicación personal, 13 de febrero, 2024). Precisamente frente a esta posibilidad de encontrarse y adoptar nuevamente un arte para expresarlo como un medio para sobrevivir P1 introduce la idea de las garantías de tener un arte, que son aquellas ventajas o la seguridad que puede proporcionar saber hacer algo en un enfoque de lo práctico:

Este arte, este oficio. Porque más allá de que puedas tener posibilidades como profesional, es muy sabio tener un arte o un oficio en la vida, ya que te puede ayudar en cualquier momento a salir adelante a mejorar tu calidad de vida. (FV, comunicación personal, 7 de febrero, 2024).

Por otra parte, otro elemento destacable de este apartado está dedicado a como la constancia y la trayectoria del negocio también alimenta de forma permanente construcción de saberes y formas de relacionamiento con la cocina especialmente con la panadería venezolana:

Nosotros, creo que hemos desde que iniciamos y abrimos las puertas a público decidimos tener trayectoria y marcar nuestra diferencia acá y siempre hemos estado en sabaneta, o sea que tú le puedes preguntar a cualquier paisa o a cualquier venezolano que vive en Sabaneta que dónde queda Brioche y te lo van a decir porque tenemos ya vamos para 6 años en el mercado, entonces es parte, es parte ya de nuestra vida. (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024)

En este sentido el negocio es vivido como un proceso y en cuanto tal experimenta determinadas etapas P1 en su cosmovisión del mundo integra esta idea al cuidado expandido que realiza en su vida como madre: “es que los negocios tienen un proceso de crecimiento (...) el negocio es como un niño cuando nace, todo es un proceso, mientras conoce, mientras hace ensayo y error, o sea, todo es un proceso.” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023). Pensar el negocio desde la idea de proceso también implica entender que se requiere de unos tiempos únicos que se sintonizan según ella con la experiencia de crecimiento y desarrollo a nivel evolutivo:

Bueno, ahí vamos todavía en el proceso, obviamente, de la maduración de los negocios, porque los negocios tienen sus procesos, pero siento que ya está más sólido, que ya, es más. O sea, que ha crecido, pues que ha crecido, que se, que se sustenta por sí mismo y eso es importante. Como empresario, eso es muy importante. (...) Es como cuando tú vas creciendo de niño adolescente ya más Maduro, ya adulto. Entonces así también se van creando los negocios. (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024)

Sin embargo, lograr este proceso de maduración no solo requiere del tiempo del negocio per se, sino de la inversión del tiempo propio para cumplir con diligencia las responsabilidades necesarias para mantenerlo y así mismo conservar las formas de vida construidas en el nuevo lugar. Estos tiempos del trabajo implican cosas como el cuidado del espacio y los detalles que lo caracterizan: “Desde la decoración” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023); “ahí duramos casi dos años y ver que ya el espacio nos quedaba pequeño decidimos buscar un local más amplio fue cuando vimos acá” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023), la supervisión de los productos:

Porque aquí se elabora todo desde cero, entonces claro para que el producto salga en óptimas condiciones, así yo no lo esté preparado tengo que estar supervisando. (...) no puedo tomarme tanto tiempo en eso porque este negocio es que tengo que estar presente, en todos los procesos (...) entonces claro, si me absorbe mucho de mi tiempo, porque como que tengo que estar ahí pues viendo todos los procesos. (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023).

Como se mencionó anteriormente el asunto del tiempo y las trayectorias del negocio transversaliza también las formas de desplazamiento vividas por los participantes proponiendo *las prácticas de la cocina de origen como un asunto móvil y dinámico que se alimenta continuamente de las interacciones de quienes cohabitan el entorno* que si bien está fijado espacialmente a través de Brioche como la panadería no está delimitado por ella, ya que en el día a día se han logrado construir redes con otros emprendedores y distintos negocios que habitan la ciudad como cadena de producción para alcanzar un producto final:

Como ya la gente nos conoce, nos han recomendado mucho y atendemos a varios restaurantes con los panes brioche de hamburguesas y somos los fabricantes de los panes de ellos (...) es como un espacio acá y un espacio allá, la intención siempre fue como hacer una alianza con otros emprendedores también venezolanos”. (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023)

En ese sentido el reconocimiento de los otros también se sostiene de la trayectoria y la constancia de la panadería, en palabras de P1 gracias a la perseverancia en el negocio, con esos precedentes de base ella propone que la clave del éxito en el emprendimiento se basa en la constancia y la dedicación: “si la gente no tiene perseverancia, entonces desiste de su emprendimiento (...) como yo siempre digo la constancia es un factor fundamental y que te apasione lo que haces y esto a mí me apasiona” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023). A través de estas convicciones también se exponen cuáles son las formas del cuidado de su negocio que practica de manera cotidiana:

Yo cuido el negocio de que tenga buena imagen, de que tenga un ambiente agradable de atender bien al cliente, porque también hay clientes que no se sientan a consumir, simplemente compran y llevan. Entonces, tener buena tensión, eso te hace regresar o te hace fidelizar a los clientes. (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024)

Para ella la panadería implica siempre asuntos como mejorar, actualizarse y crear nuevos productos para satisfacer y cuidar de los clientes y también ubica un lugar para los empleados en la panadería “desde las personas que atendemos acá todos somos venezolanos desde, desde el que

prepara el pan, todos somos venezolanos, todo, absolutamente todo entonces” (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024); ya que un asunto sumamente importante para ella es lo significativo que es el proceso de enseñarle a cada uno de los trabajadores el proceso de hacer panes “aquí ha llegado gente que no sabe pero nada, nada y termina siendo uno de los mejores panaderos, aquí me ha pasado.” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023). Todos estos componentes del trato con las personas dentro del local tienen como propósito algo ya mencionado anteriormente que es dignificar la vida de otros que comparten la misma condición “trato siempre de mejorarle o de ayudarle en la vida de los de los que trabajan conmigo, que. Por supuesto, son venezolanos también migrantes.” (P1(FV), comunicación personal, 7 de febrero, 2024).

A partir de lo explorado en este apartado, es posible comprender los asuntos relacionados con *dignificar la vida propia* en primera instancia, pero a través de esta acción se construyen posibilidades para *mejorar la vida de otros* en términos de seguridad, reconocimiento, satisfacción y reconexión con el lugar de origen a través del proceso de conocer en profundidad el mundo mágico del arte de hacer pan y el mundo mágico de la cocina. Esto porque es precisamente a través de la alimentación que se construyen de forma permanente saberes relacionados con los sabores de la cocina.

De ese modo, los sabores se refieren a las experiencias gustativas que se obtienen al consumir alimentos, se trata de un gusto que se transmite a través del paladar y que se ha considerado característico de lo venezolano, ya que refleja la historia y tradiciones culinarias, las recetas y los ingredientes que se transmiten de generación en generación, preservando la identidad cultural y familiar. Esto permite a las personas experimentar y disfrutar una amplia gama de sensaciones gustativas; estas dinámicas son generadoras constantes propuestas tanto de innovación y creatividad como de conservación y mantenimiento de la tradición, proponiendo que la gastronomía no solo satisface necesidades básicas, sino que nutre la cultura, identidad y el sentido de grupo o comunidad dentro del espacio demarcado por la panadería.

De ahí que las *dimensiones del crecimiento* están profundamente relacionadas con los conocimientos y la cocina; “el negocio” es vivido como un proceso de encuentro consigo mismo y con los demás, en donde a través de etapas propias del proceso de aprendizaje se perfeccionan habilidades prácticas y se van sumando elementos desde lo simbólico a través del lenguaje. Esto nutre la acción de hacer pan desde sus procesos iniciales en relación con las condiciones

ambientales del lugar en donde se realizan las recetas, para lograr un resultado que esté acorde con las expectativas de calidad en el servicio integrado en la idea del cuidado expandido. Esta forma del cuidado supone acciones para mejorar, actualizarse y crear nuevos productos para satisfacer las necesidades propias y de la comunidad para que una vida surja en un nuevo lugar.

7.3.3 Aprendizajes a través del tiempo vivido en la panadería /Brioche

A través de lo abordado hasta el momento en este capítulo se han señalado algunas de las potencialidades que permite desplegar la panadería como lugar dentro de la experiencia de los participantes, de manera más puntual algunos de los aprendizajes del negocio reconocidos en el relato implican la capacidad de construir posibilidades de mejorar tanto en la autoimagen o percepción del sí mismo como en el desempeño práctico o la acción en sí misma “Una experiencia enriquecedora por supuesto, de aprendizaje por supuesto, aquí todos los días se aprenden muchas cosas, la misma gente te exige” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023).

La idea de mejorar permea completamente la construcción del negocio puesto que el deseo de P1 implica expandirlo a otros lugares de la ciudad: “la idea también de nosotros, obviamente expandirnos en toda la ciudad, pero bueno, estamos en ese proceso de abrir otras sucursales para poder ir hacia el norte también y tener parte de nuestra cultura allí” (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024). Esta premisa implica para ella lograr mantenerse en el tiempo, pero no de cualquier manera sino bajo una serie de condiciones que privilegien la protección de su tradición gastronómica:

Esto es un negocio ya acreditado en 5 años donde ya la gente conoce, habla de Brioche de los panes de Brioche para cualquier evento, cualquier reunión familiar de ellos buscan tener un producto de Brioche. (...) Sí, claro, por supuesto. Aquí. De hecho, nosotros nunca hemos perdido la identidad en 5 años. (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024)

El establecimiento de estos propósitos deja entrever que la constante en la experiencia de sostener la panadería es la *disposición de innovar*, por esa razón, haciendo una trazabilidad de los

diferentes momentos del negocio, P1 reconoce que al inicio experimentaba mucha más angustia en relación con la precariedad de sus condiciones económicas que no le permitían hacer un reconocimiento de otros asuntos de carácter más simbólico, frente al lugar de su negocio en su experiencia como migrante y posteriormente en la vida de otros: “hoy día uno se toma las cosas, pues más tranquilo, buscando más de tener satisfacción por parte del cliente, al principio a lo mejor era más... se manejaba más ego” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023).

Esta conciencia para valorar lo significativo de la propia labor es algo que no estaba allí desde el inicio, sino que se fue construyendo solo en la medida en la que P1 podía asegurar una serie de condiciones básicas para la vida en este nuevo entorno, estos detalles, los que marcan una diferencia en el negocio y se trasladan a otros aspectos de la atención y el servicio, devienen de la *empatía con el lugar de comensal*: “yo pienso que los detalles marcan la diferencia. No es lo mismo que tú entres a un negocio y que veas cantidades exorbitantes de productos, pero todos desordenados a que veas productos ordenados y con mejor aspecto, con calidad.” (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024). Estos aprendizajes incluso se traspasan a otras áreas de la vida convirtiéndose en asuntos valorados para la crianza desde el papel de madre:

Pero ya lo hacía de otra manera, yo no tenía este negocio, yo lo hacía, era porque yo iba a un sitio y compraba muchas cosas y esas las donaba, siempre lo he hecho. Y hoy día porque quiero inculcarle a mi hijo. Tú debes de compartir lo que tienes, de qué o sea no puede ser superior a las demás personas. Debemos hacerte buen corazón y creo que eso es parte del agradecimiento de este negocio. Hay que ser muy agradecido cuando uno ha tenido un crecimiento. (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024)

Por otro lado, dentro de la panadería se construyeron nuevas posibilidades de aprendizaje en consideración al vínculo que se establecía con las personas en el nuevo lugar de acogida a partir de la fidelidad de los clientes que se manifiesta a través de compras repetidas, recomendaciones o publicidad de boca a boca a otros y reconocimiento de la calidad, lo cual permite una relación positiva y duradera con la marca “Cómo hay gente que todos los días te consume un pan de brioche, todos los días” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023). También las demandas de la gente y el deseo de brindarles una satisfacción al cubrir sus necesidades se vuelve una premisa de un proceso continuo que implica hacer cambios o mejoras

para aumentar su valor, calidad o el atractivo para los clientes, involucrando varios aspectos del producto, desde el diseño y los materiales hasta las características y el servicio al cliente.

Donde cada día piden otras cosas, donde el mismo cliente te exige, te exige. ¿Qué de qué quiere ahora con este relleno? Ahora con el otro y así, de las necesidades, saber las necesidades de los clientes y que tú las puedas cubrir. Eso es muy importante y satisfactorio para mí lo veo así hoy día, al principio a lo mejor no. (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024)

Sin embargo, según P1 para salvaguardar estas ganancias los productos del negocio deben ser de calidad “el lema pues de broche es que el producto tiene que ser de calidad o sino no sale para la venta, tampoco nosotros lo votamos, lo regalamos o se lo damos a la gente que necesite” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023). De este modo, se reconocen las características del lugar que habitan en la actualidad. Se trata de un lugar que les permiten la posibilidad de pensar que, si el producto es bueno y llena las expectativas la gente va a volver, el entorno donde el negocio opera juega un papel crucial en la percepción y el comportamiento de los otros por eso las características del lugar actual han ofrecido la posibilidad de que los clientes regresen si consideran que el producto es bueno y cumple con sus expectativas. Entre las cualidades con las que cuenta el nuevo lugar se observan una posibilidad de visibilidad, seguridad y comodidad en el ambiente para que sea agradable desde una perspectiva propia y para quienes lo visitan.

Esta percepción de las características del entorno desglosa una idea de comunidad o cultura local que se siente en sintonía con los valores que propone la panadería venezolana y se alinea con los imaginarios culturales de otros migrantes. Además, por la cercanía territorial en términos geográficos y las mezclas culturales que preceden las relaciones entre Colombia y Venezuela otras personas también se sientan conectadas a la panadería y vuelvan aun sin ser migrantes provenientes de Venezuela, de ese modo se remarcan las características del servicio y del ambiente que a partir de la decoración y la atmósfera general del lugar pueden hacer que la experiencia sea memorable y agradable para quienes lo cohabitan:

Porque la gente, por curiosidad va a ir al sitio, va a consumir y bueno, obviamente si tu producto es bueno y llena las expectativas, créeme que van a volver. Entonces eso creo

que hay que tenerlo bien claro, pues a la hora de uno emprender en cualquier cosa que se llame gastronomía. (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024)

Por último, se evidencian dos grandes formas del *vínculo con los otros desde la panadería*. Inicialmente, se resaltan las relaciones que se establecen con *los otros que son del lugar de origen* ya que de manera amplia los dos participantes establecen asociaciones entre sus posibilidades de habitar un nuevo lugar y relacionarse con otros migrantes dentro de dicho proceso. Por una parte, P2 narra cómo debido a la facilidad de sentirse más cómodo junto a otros que comparten su misma categoría social y lugar de origen se potencian asuntos desde la identificación, la familiaridad, el apoyo social y la comunicación cercana; estas interacciones le permiten fortalecer los lazos sociales y promover un sentido de pertenencia y bienestar emocional:

Entonces esto fue como que algo que iba a... Como te comenté llegue a Barranquilla, en Barranquilla había muchos venezolanos también que me facilitaban como que el entorno ya como que uno más confiado, gente de su propia cultura (...) Entonces eso facilita, como quien dice, mucho el entorno, pues y le agarras cariño, ya que te rodea de, de personas que comparten mismos gustos, mismas, mismas culturas (P2, comunicación personal, 13 de febrero, 2024)

Mientras que P1 menciona “las personas que estaban acá antes, que ellas se fueron para México, pero ya fue un tema de ellos, familiar, ellos duraron conmigo casi los 3 años (...) trato en mi negocio de darle trabajo a venezolano” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023) y se transmite también una comprensión por la condición de otros que es igual a la propia “no por nada en específico porque también han trabajado aquí colombianos, sino porque considero que, como a mí se me hizo tan complicado conseguir trabajo por el tema de papeles, considero que ellos también les pasa igual, yo trato de darles la oportunidad” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023) lo que le permite a P1 ayudar por medio de oportunidades de trabajo a otros migrantes venezolanos una clara extensión del cuidado que ella le puede proporcionar a otros “eso también me llena de mucho orgullo porque yo trato en mi negocio de darle trabajo a venezolanos” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023).

De modo que ella busca sacar provecho de aquello en lo que considera que ella misma y aquellos que comparten la identidad del ser venezolano tienen una habilidad innata “La idea es que, si tú sabes hacer y tienes la habilidad de hacerlo gastronomía venezolana, sacar el mejor provecho a eso cierto” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023). Por estas razones el lugar de otros emprendedores venezolanos está ubicado en visibilizar sus emprendimientos y generar un mayor alcance de este mercado “porque hay mucha gente que tienen emprendimientos maravillosos que ni siquiera, la gente todavía no los conoce, entonces sería darle visibilidad (...) una alianza con otros emprendedores también venezolanos” (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024).

En la segunda vía, la panadería en tanto espacio y práctica permite posibilidades de construir vínculos con *los otros del nuevo lugar*, a través de ella se fomenta el sentido de pertenencia al nuevo lugar y en esa medida también se abren las posibilidades para una buena vida. Esta apropiación relacional del nuevo lugar genera un sentido de pertenencia bajo la identificación de Brioche como algo que nace desde el propio ser y en paralelo es un lugar de convergencia con el mundo exterior que permite pensar las posibilidades de grupo dentro de quienes hacen parte del contexto cercano, ya sea por la comodidad, seguridad, accesibilidad, flexibilidad para adaptarse a ser un lugar de conversación y encuentro a través de la comida y los elementos simbólicos y estéticos en el espacio.

La panadería se trata de un espacio para asegurar la vida, para dignificarla, un espacio para cuidar y cuidarse, en donde *la cocina como vía del cuidado y de apertura a la relación con otros, construye lo propio*; por estas mismas razones P1 señala que la panadería le genera satisfacción personal el poder ayudar a otros que son vulnerables y de esa manera expandir las posibilidades del cuidado:

Yo por lo menos tengo mucha empatía o tengo mucha conexión con niños y personas de la tercera edad, adultos. O sea, si por aquí pasan el día 20 personas de la tercera edad, las 20 personas, yo les doy un pan, les doy un café, les ofrezco algo. Entonces creo que esa labor pues no te resta nada, todo lo contrario, también te llena de satisfacción personal porque poder ayudar a alguien, eso también te llena. (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023)

Por otra parte, ambos participantes manifiestan en la actualidad un *desinterés por regresar a su lugar de origen*, asunto que da cuenta de la valoración positiva que se le hace el nuevo lugar como uno en donde existen posibilidades de buscar y alcanzar el bienestar anhelado: “buscar alternativas para seguir teniendo como la confianza y la y la, la certeza de que vas a estar bien, pues económicamente y, y en la vida, pues” (P2, comunicación personal, 13 de febrero, 2024):

Esta idea de vocación a nivel profesional y laboral interpela el posicionamiento individual de los sujetos frente a las formas de vivir la vida orientados ya no solo por una demanda económica sino por un componente emocional que le da significado a aquello que les gusta, por lo que sienten compromiso y pasión. La oportunidad de asumir esta posición esta también relacionada con la lectura que hacen los participantes de las posibilidades que les permite el lugar. en ese sentido P1 manifiesta que no dejaría su negocio o su lugar por ir a un empleo más formal o en concordancia con su formación profesional:

No, pues no haría lo que me gusta. Entonces no me sentiría cómoda, pues yo pienso que el que en la vida uno tiene que hacer lo que le gusta y lo que le nace de corazón y que te llena de satisfacción. Ese es mi pensamiento. Y para mí esto lo es. (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024).

De este modo, como se mencionaba anteriormente, primero, se reconoce la panadería como arte por su posibilidad de expandir de la identidad a través de un ejercicio comunicativo que no está necesariamente atravesado por las palabras y, sin embargo, a través de las interacciones sociales existentes a su alrededor estas prácticas tramitan afectos, valores y experiencias de un modo simbólico alrededor de la transmisión cultural propia de la cocina de tradicional.

En segunda instancia, la panadería como espacio se identifica como un lugar con la cualidad de generar activamente significados alrededor de los saberes que se comparten con otros, generando posibilidades de elaboración individual y colectiva. En ese sentido encarna a través de su materialidad posibilidades de interpelar la propia subjetividad de quienes lo habitan porque tiene atribuidos dentro de sí, en elementos decorativos, en productos típicos y recetas que componen las preparaciones que se ofrecen dentro del negocio, ciertos posicionamientos e

ideologías particulares sobre el hogar, el país, la familia, los valores y los modos de vivir en el mundo.

En tercer lugar, siguiendo la línea argumentativa de lo anterior la idea de cómo habitar el mundo no solo propone un imaginario sobre el buen vivir, sino que también supone la identificación de ciertos caminos para lograr alcanzar experiencias de bienestar y además sobre cómo hacerles frente a eventos de carácter disruptivo. Por esa razón se puede afirmar que el arte de hacer pan se convirtió dentro de este nuevo lugar que es la panadería en una actividad con sentido terapéutico, que implica, desde la vivencia de los participantes, una mejora de los estados afectivos y un soporte emocional para la tramitación y regulación de las experiencias. Esta vivencia de la panadería como terapéutica se expande al brindar la satisfacción y los vínculos sociales que se entretajan en las interacciones frente a la preparación, ya que se entienden la panadería y, por ende, la cocina desde una concepción más amplia, no como un ejercicio individual sino como labor social entre otros migrantes venezolanos con la posibilidad de expandirse más ampliamente a hacia los otros que habitan en el nuevo lugar, posibilitando que la panadería se convierta, como lugar y práctica, en un eje central que ordena su experiencia de vida desde su reencuentro.

A través de lo expuesto se pueden apreciar las posibilidades de vivenciar el apego en el desplazamiento y las posibilidades de mantenimiento de este desde la movilidad a través de las diferentes formas del vínculo con aquello que queda en las memorias del lugar de origen. La garantía de mantener el vínculo con el origen, detona en los participantes un deseo por permanecer en el actual lugar o seguir en movimiento, explorando nuevos lugares; pues creen posible llevar consigo aquello que representa la conexión con el lugar propio a través de sabores, olores, personas y los valores que lo representan.

7.4. Un lugar fértil: Un pedacito de Venezuela

Anteriormente se exploraron dentro de los relatos de los participantes las diferentes posibilidades de acción en relación con las prácticas alrededor de la panadería, entendida como proceso y situada como lugar. En este último capítulo se pretende dar cuenta de manera más explícita sobre las formas de apropiación de los nuevos espacios que habitan los participantes desde su identidad como migrantes y venezolanos, y las condiciones que existen en el entorno y

que ellos han construido a través de la cocina dar continuidad al vínculo con Venezuela, entendido no solo como país sino como lugar situado de manera simbólica en los relatos de cada participante.

El primer apartado corresponde a: un lugar feliz es sentirse conectado con el lugar de origen; el segundo apartado está titulado como Cualquier lugar es como casa sí... y aborda la posibilidad de entender los lugares nuevos que se habitan en la actualidad y sus posibilidades de convertirse en espacios significativos para los participantes; y se le da cierre a este capítulo con la cercanía con Venezuela y la continuidad del vínculo.

7.4.1 El lugar feliz es sentirse conectado con el lugar de origen

Explorando los significados de la panadería los participantes empezaron a identificar ciertas características que conectaban emociones como la felicidad, la seguridad, el orgullo o la satisfacción con Brioche. La panadería se convirtió en un lugar que representaba todos aquellos afectos que estaban conectados a través del recuerdo con la Venezuela a que los participantes pertenecían y que sentían como su lugar en el mundo. De modo que a partir de un sentido de identidad personal y cultural lograron sentirse seguros y conectados con este lugar y reafirmar quiénes eran y de dónde vienen gracias a las tradiciones, costumbres y valores asociados con el lugar de origen, convirtiendo a aquellos espacios en donde habita la cocina como práctica en *un lugar feliz*. Este lugar les permite la experiencia de continuidad y pertenencia, en donde aquellos que se reúnen a cocinar tejen memorias de los recuerdos felices asociados con el lugar de origen, como la infancia, la familia y las celebraciones especiales culturalmente como navidad, en donde la nostalgia por el lugar de origen puede evocar sentimientos de felicidad y confort, recordando tiempos pasados y experiencias significativas.

Bajo esta premisa los migrantes se familiarizan con el nuevo entorno, las personas y las costumbres de su lugar de residencia en Colombia que pueden integrar con sus antiguos ritmos y rutinas en Venezuela y generar nuevos significados y propósitos que pueden proporcionar un sentido de orden y dirección en la vida, alineado con los valores y objetivos personales: “Cuando estuve en Medellín comencé acá en Brioche y ahí fue que ya encontré como como el lugar seguro de uno.” (P2, comunicación personal, 13 de febrero, 2024).

En ese sentido, este lugar se reconoce como propio a través de la identidad “Desde la decoración, desde las personas que atendemos acá todos somos venezolanos desde, desde el que prepara el pan, todos somos venezolanos, todo, absolutamente todo entonces. Entonces, claro, obviamente esa identidad está muy marcada.” (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024). De esta manera se configuran unas formas de vivir y relacionarse con el entorno que convierten a Brioche en el centro de la vida en Colombia “No pues hoy día podría decirte que eso es... mi esencia, es lo que me ayudaba a crecer en este país (...) Lo es todo en mi vida, lo es todo hoy día” (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024), de manera puntual P1 va más allá e incluso propone que Brioche es para ella como un hijo y que le da tanto amor a ese proyecto que lo hace suyo:

Sí, claro. Sí, es que ya brioche es parte de mi... mi vida es otro hijo (...) esto es como mi segundo hijo (...) Sí, obviamente, porque ya tú al forjar algo desde cero, ya tú lo identificas como tuyo, ya tú lo haces tuyo, entonces, le, le das tanto amor a ese proyecto. (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024)

P1 propone que, pensando en compartir algunas de las posibilidades de acción que le ha permitido su local con otros migrantes, busca que todos sus trabajadores aprendan un poco de este arte de la panadería ya que como se menciona anteriormente esta práctica no solo permite una transmisión de conocimientos y tradiciones para preservar y mantener vivas para futuras generaciones de modo que continúe evolucionando, sino que también genera un desarrollo de habilidades para quienes lo aprenden y crecimiento personal, confianza en sí mismo para quien lo enseña. Además, la panadería permite en general una percepción compartida de bienestar emocional ayudando a las personas a manejar el estrés y las emociones; estimula la creatividad, la innovación forjando conexiones sociales y trabajo en equipo para desarrollar habilidades sociales y comunicativas para adaptarse al nuevo lugar y vivir más feliz a partir de la satisfacción y realización personal:

Hay muchas cosas por hacer para vivir, para ganarse el día a día, entonces tener un arte para mí es muy importante (...) Y me gano la vida con un arte. Lo he desarrollado, lo he perfeccionado. Entonces pienso que eso puede ser como, como un empuje para la gente

que todavía están pensando en qué hacer o qué no hacer. Entonces lo quise compartir. (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024)

Para P1 enseñar su arte es compartir algo de *su pequeña Venezuela* un significativo importante que ha comenzado a construir debido a la forma en la que la panadería le recuerda a este lugar por un conjunto de elementos como:

Toda la panadería es Venezuela. (...) Todo, los olores, los colores, las texturas, el sabor. Hasta el mismo sitio, porque normalmente duro aquí de 8 a 10 horas trabajando y para mí está es mi Venezuela. Por todo, como tú dijiste hace rato, la decoración, es el ambiente, es lo que se respira acá, pues puro producto venezolano (...) Sí, entonces lo que yo te decía hace rato es hacer un sitio que tenga todas las todas las, todas las cualidades, pues, de una mini Venezuela que puedas desayunar, almorzar, cenar, merendar, llevarse para la casa, que si el pan (...) De hecho, si tú ves el producto venezolano como la maltín polar, los chocolates venezolanos, mayonesa. Hemos traído parte de, de allá, pues. De nuestra esencia. (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024)

Esta perspectiva responde a una necesidad expresada de manera abierta por ambos participantes y que da cuenta de la importancia de *mantener la conexión con aquellos espacios que se significan como lugar de origen* Recrear las cosas positivas de Venezuela en el nuevo lugar es un asunto transversal al ser migrante, a pesar incluso de las claras diferencias que puedan existir según las características individuales de cada sujeto; una búsqueda constante de Venezuela, de su país, de aquel lugar que se encuentra en sus recuerdos y en donde se daba la buena vida antes de evaluar las razones para cambiar de lugar. Para sustentar esta idea P1 expresa que “muchos migrantes venezolanos que están hoy acá tengan también ese espacio donde puedan tener parte de sus raíces, parte de su cultura, un pedacito de Venezuela a la mano” (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024). Y en esa misma línea P2 propone:

En todos los aspectos vez siempre uno, por ejemplo, acá vienen muchos venezolanos porque siempre van a buscar dónde, cómo que un pedacito del país, de donde ellos

vinieron de su país, de su país de origen. Igual que me pasa a mí, pues yo siempre busco algo que me recuerde Venezuela. (P2, comunicación personal, 13 de febrero, 2024)

Estas expresiones afectivas que narran los participantes se comprenden en la medida en la que la panadería ofrece para ellos no solo un escenario de satisfacción emocional sino de seguridad económica, una condición fundamental y básica para permitirse pensar en las posibilidades de elaboración de asuntos más complejos como lo son los afectos y la memoria. Nutriendo esa perspectiva, P1 explica que para ella pensar en el futuro equivale a pensar en la expansión de su panadería como emprendimiento y como lugar significativo “la primera proyección de Brioche, pues obviamente nacer y forjarnos como panadería venezolana y la segunda ha sido incursionar en los mercados ya, pero ya con alianzas de otros de otros proyectos venezolanos” (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024), manteniendo su identidad y enalteciendo su gastronomía tradicional y por esa razón imagina Brioche como un mini mercado de la gastronomía venezolana:

Entonces en un momento tuve la idea de crear en este espacio por ser un espacio grande como un mini mercado, por llamarlo así, de comida venezolana (...) la persona que entra acá pueda tener la comodidad de poder comerse un desayuno venezolano, almorzar venezolano, comerse un pan venezolano, comerse un postre venezolano, sabes. (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023)

Como se menciona anteriormente, esta prospección de crear un mini mercado venezolano en Colombia se vincula con el *deseo de permanecer en el nuevo lugar* en el futuro, debido a una lectura de las oportunidades económicas y de crecimiento profesional dentro del arte de la panadería que se sostiene como una elección sólo a partir de las experiencias vividas en el nuevo lugar. Esta sensación de seguridad y estabilidad en el lugar de acogida también se vincula a la percepción de la presencia de familiares en el nuevo lugar y a la adaptación a la cultura local, incluyendo costumbres y estilo de vida. Esto permite cuestionar los motivos y la finalidad del proceso migratorio, una pregunta por las razones para tomar la decisión de quedarse en el lugar de acogida de forma permanente o sentirlo como una parada transitoria.

Recapitulando, se trata de la construcción que se hace de un proyecto de vida en donde se tocan elementos como las posibilidades de educación y futuro para sí mismo o para los hijos en alineación de los objetivos personales y profesionales con las oportunidades disponibles en el lugar de acogida: “la idea también de nosotros, obviamente expandirnos en toda la ciudad” (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024). La decisión de quedarse en un lugar de acogida de forma prolongada depende de una compleja interacción de dimensiones económicas, sociales, culturales, personales y emocionales, de cómo estas características se alinean con los objetivos y necesidades personales y familiares, de modo tal que ocurra la identificación del nuevo lugar como un posible "lugar feliz".

Las razones de entender esta nueva espacialidad como lugar feliz se remiten a la posibilidad de experimentar a menudo como se sienten conectado con las cosas buenas de su lugar de origen, debido a la identidad, los recuerdos, la red de apoyo, la familiaridad, el significado y el bienestar emocional que este proporciona. Esta conexión profunda con el lugar de origen se vive a través de las emociones como la felicidad y el confort reafirmando a través ellas la importancia que se le da a la conexión con las raíces.

7.4.2 Cualquier lugar es como casa si...

Hacia el final del apartado anterior se mencionan tanto el deseo de expandir el negocio como el desinterés por regresar al lugar de origen. En la actualidad estos dos asuntos se entrelazan con la perspectiva que se tiene en este momento del lugar que se habita como un espacio que proporciona la oportunidad de pensar en habitarlo debido a la percepción de que es un lugar fértil o que permite ciertas posibilidades de acción altamente valoradas; la propuesta es pensarlo como un lugar que permite, un lugar fértil, ambos participantes dan cuenta de lo anterior a partir de diversas expresiones que se despliegan en las narrativas como: un lugar que te acoge, que es seguro y les permite surgir y en el que somos valorados, entre otros. La intención de este apartado es explorar cómo *un lugar puede ser resignificado como un hogar* si cuenta con las condiciones necesarias o un suelo fértil que les permita a las personas volver a construir o sembrar para cosechar una buena vida, una vida digna con posibilidades de crecer.

Para sustentar lo anterior se construyeron dos grandes vías de significado expuestas desde los relatos de los participantes. La primera de ellas expone que cualquier lugar puede llegar a convertirse en casa si se tiene esa *sazón venezolana* y es a través de esta condición que se enlazan los asuntos relacionados con los vínculos que establecen los migrantes y la cocina como un medio de transmisión de elementos mencionados con anterioridad en otros apartados como la memoria, los afectos y las relaciones con otros, es decir formas de la cotidianidad con las que el mundo se siente propio: “porque el venezolano se adapta a cualquier ambiente, ósea el venezolano en cualquier país, puede ser, puede sentirse como en casa siempre y cuando tenga (...) ese esa sazón venezolana ese gustico en las comidas, comer cosas que le recuerden.” (P2, comunicación personal, 13 de febrero, 2024). Esta percepción se puede entender también como la posibilidad de establecer una rutina en donde existan *lugares que permitan satisfacer las necesidades de los migrantes para sentirse parte del entorno*: “entonces ya aquí lo hacen o lo tienen porque ahí disponible algunos sitios donde puedes ir a comprarlo.” (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024)

Este sabor a "venezolano" se convierte en aquello que, según los participantes, comparten todas las personas que migran; a través de la cocina y debido a la cercanía y la importancia de dicha conexión, Colombia se convierte en un lugar de reencuentro con la comida venezolana: “entonces ahí fue cuando comenzó mi reencuentro con la comida venezolana. Pues mi relación. (...) mi reencuentro con Venezuela, fue prácticamente otra vez en Colombia, estando aquí.” (P2, comunicación personal, 13 de febrero, 2024). De modo que para ambos participantes el desplazamiento no necesariamente implica un rompimiento de esta relación, de manera paradójica mediando a través de estrategias como la cocina tradicional y en la medida en que los participantes reconocen la ausencia del lugar físico y elaboran la conexión con dicho lugar desde lo simbólico puede sentirse una intensificación o reconexión con ese vínculo:

Pues ciertamente no era la mejor en la cocina (Se ríe) (...) Al tomar ya la decisión de estudiar repostería, ya profesional en Venezuela antes de migrar vi el área (...) entonces nada decidí estudiarla y la verdad que eso fue un mundo totalmente diferente, pues maravilloso porque a través del arte de hacer pan, transformada muchas cosas. (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023)

Mientras que la segunda vía, explica que un lugar es habitable, querido, fértil o como casa *si se tiene amor en primera instancia de la propia familia:*

El venezolano se adapta a cualquier ambiente, no sólo, ósea el venezolano en cualquier país, puede ser, puede sentirse como en casa siempre y cuando tenga como te digo, pues. El amor, el cariño de la familia cerca y siempre. Y entonces eso le recuerda mucho también. O sea, nunca lo hace sentir fuera de Venezuela. (P2, comunicación personal, 13 de febrero, 2024)

Pero también ese amor puede ser entendido como la posibilidad de recibir un reconocimiento “positivo”, es decir, desde una mirada que pueda interpelar los prejuicios construidos sobre ser migrante y venezolano y las diferentes formas de estigmatización por parte de los otros que hacen parte del contexto cercano del nuevo lugar:

Entonces, el ser reconocido por una publicidad de boca a boca de que la persona te recomiende, para mí es más valioso que cualquier otra cosa. (...) para mí es más satisfactorio que llegue aquí “Ay, me recomendaron y vengo de no sé de dónde” Mira la persona que me dice eso no, hombre, yo si le tengo que regalar el pan se lo regalo. Pero la idea es tener la satisfacción. (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024)

Estos condicionales permiten explorar las potencialidades de cualquier lugar debido a su capacidad para convertirse en *un lugar propio*. Lo llamativo del asunto está en comprender que, aunque en cualquier lugar pueden desarrollarse algunas de estas características u otras que no se han mencionado en este trabajo y que cumplen con funciones similares, no todos los lugares las poseen ni en todos los lugares se logra construirlas. Desde ese panorama P2 propone lo que podría considerarse una de las razones por las cuales *no todos los lugares son susceptibles de ser apropiados*, que es el desconocimiento y la notable falta de interés en el contexto por comprender las diferentes experiencias, dificultades y expectativas que transversalizan las necesidades de las personas que migran: “para mí es un placer. Porque de verdad hay muchas personas que subestiman, no lo subestiman, sino como que no tienen mucho en cuenta, pues todo lo que pasó uno para llegar hasta acá.” (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024).

Y en esta misma línea P1 expone también desde su lugar como emprendedora el deseo por visibilizar a otros migrantes que construyen diferentes alternativas de negocio con la intención de proporcionar sustento a sus familias y encontrar un lugar en donde vivir de manera digna dentro de este nuevo entorno situando así un lugar para sí misma y para los otros emprendedores: Este movimiento, que nace en el lugar de acogida, produce una serie de vínculos o alianzas con otros “obviamente si hablamos de las alianzas, acá han funcionado varios emprendimientos (...) una alianza con otros emprendedores también venezolanos” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023). Este apartado permite también vincular el concepto de apropiación en la medida en la que supone un acercamiento al nuevo lugar bajo la percepción de pertenencia ya que permitió que surgieran nuevas iniciativas a partir del arte de la cocina que enlazan a los participantes con su presente:

Siempre he vivido acá en Sabaneta o sea este proyecto nace aquí en Sabaneta (...) si yo en la secretaría de la economía de la mujer, en el municipio de Sabaneta, con capacitaciones, he asistido a varias capacitaciones con ellos súper buenas, he asistido a ferias acá en el parque de Sabaneta (...) o sea que tú le puedes preguntar a cualquier paisa o a cualquier venezolano que vive en Sabaneta que dónde queda Brioche y te lo van a decir porque tenemos ya vamos para 6 años en el mercado, entonces es parte, es parte ya de nuestra vida. (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023)

7.4.3 La cercanía con Venezuela: la continuidad del vínculo

Anteriormente, se hablaba de la posibilidad de entender Colombia como un lugar de reencuentro con los elementos significativos de las experiencias en Venezuela y de exploración de las nuevas posibilidades de interacción que nacen allí, aquellos asuntos se entretajan a través de intercambios culturales preexistentes entre ambos países debido a su cercanía en términos geográficos y a las similitudes que los participantes logran establecer entre ambos contextos socioculturales:

aunque tenemos costumbres distintas los alimentos prácticamente, que se cultivan acá en esta tierra son muy parecidos a los de Venezuela. (...) Colombia se parece mucho a

Venezuela. A nivel geográfico y a nivel cultural puede tener cosas muy parecidas. (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023)

“Al tener fronteras con Venezuela, Colombia comparte muchas cosas, muchas cosas de Venezuela. Entonces compartimos mucha importación y mucha exportación hacia ambos lados entonces pues no es difícil pues adaptarse a lo tradicional estando acá” (P2, comunicación personal, 13 de febrero, 2024). Lo anterior también da cuenta de las *convergencias en las raíces culturales de ambos lugares*, P2 manifiesta que para él existen recuerdos de Colombia estando en Venezuela, unas mezclas culturales que devienen de las características de los flujos migratorios entre ambos países:

Por lo menos yo tengo un recuerdo muy grande, pues eso yo se lo agradezco mucho a los colombianos. Que en Venezuela. Cuando que también, por cierto, probé hace poco también otra vez. En Venezuela, las personas que vendían chicha, que es algo muy tradicional del venezolano, siempre eran personas colombianas que habían migrado hace muchos años hacia allá. (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024).

Por otra parte, existen diferencias muy marcadas e incluso disputas bajo la perspectiva querer separar aquello que hace parte de la identidad de los migrantes, ya que en ciertos momentos las particularidades del nuevo contexto generan rechazo contra aquello que no les es conocido ni familiar. Por esa razón P1 dice que como migrantes a veces *sacrifican su identidad* y su propia gastronomía para poder hacer competencia con el mercado local en aras de garantizar una seguridad económica que es indispensable para subsistir “caemos en el error de querer hacer lo que hace la competencia. Entonces sacrificamos nuestra identidad y nuestra gastronomía para poder tener competencia y creo que esa no es la idea” (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024).

La idea de *negociar la propia identidad* a través de la decisión de conservar o adoptar una nueva gastronomía muestra que lo que está en juego es la “adaptación” tras la migración, porque a través de las interacciones cada lugar hace un reconocimiento de las cualidades que las personas que lo habitan proponen que tiene la comida tradicional. De este modo, se hace referencia la aceptación y el reconocimiento de la propia identidad a través del mercado de la comida debido a

que se tiene la concepción de que existen sabores que hacen parte de ella, que están presentes en la crianza y que no se olvidan fácilmente a tal punto que definen asuntos del propio ser, “cuando tú en tus primeros años de vida te crías con ciertos sabores, difícilmente los olvidas (...) Para el venezolano si, por qué son sabores se te quedan grabados en la mente, te crías con esos sabores” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023). Por esas razones los participantes hacen el esfuerzo de trasladar esos elementos significativos del pasado en el lugar de origen al presente en el nuevo lugar “fue algo que trajimos otra vez para acá, y como todas las personas de, de la familia están juntas otra vez, siempre que se puede se hace. Se puede unir otra vez las personas.” (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024).

Además, estos elementos significativos para los participantes no son solo los sabores sino, que como expresa P2, las personas en el espacio, ya que estas hacen posible que Venezuela venga a ellos a través de las interacciones, los sentimientos y la percepción de pertenencia a una misma categoría, aunque ellos no puedan ir a Venezuela en cuanto desplazamiento físico se refiere: “es el espacio con el que comparten las personas, el ambiente, tu círculo, todo, pues y esas personas no necesariamente hacen que tú vayas a Venezuela, sino que Venezuela venga a ti.” (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024). Cabe aclarar que esta cercanía con el país de origen también se sostiene en el orden del movimiento físico real ya que cómo se mencionó anteriormente, aunque exista esta falta de interés por regresar de manera permanente, los participantes mantienen aun lazos familiares que continúan en el país de origen “una de las cosas que más extraño es la poca familia que me queda allá, en Venezuela está mi mamá y mi abuela.” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023)

Es por eso que formulan como, a pesar del paso del tiempo, siempre que vuelven a dicho lugar son recibidos con aprecio, en cierta medida debido a que siguen compartiendo la esencia y la identidad del ser "venezolano", es decir esa serie de valores que se adjudican de manera natural como rasgos propios de la identidad sustentados en el hecho de haber nacido en un mismo lugar: “Cuando vuelvo a Venezuela siguen siendo como que te recuerdan y siempre hacen como un espacio para para ti” (P2, comunicación personal, 18 de marzo, 2024).

La concepción de estos asuntos compartidos e innatos a través de *la esencia de lo "venezolano"* implica también una cuestión alrededor de la idea de sentirse orgulloso de lo propio, y en ese sentido los participantes hacen explícita a través de sus relatos la valoración

positiva que han construido de estas características y el deseo de querer enaltecer de forma amplia la cultura venezolana y particularmente su gastronomía:

Al dar a probar nuestra gastronomía venezolana a nivel de panificación. Es importante, te estás marcando, te da un plus, pues en el mercado colombiano (...) Entonces lo quise compartir uno por eso, dos porque obviamente, por sentirme orgullosa es lo mío, por querer realzar mi cultura venezolana, por querer darnos a conocer, porque la idea es darnos a conocer, que la gente sepa que existimos acá sepa que tenemos una gastronomía en el área. En el área de panadería venezolana. (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024)

Pero darse a conocer o compartir las diferentes elaboraciones de la cocina tradicional no es solo un deseo individual, sino que como se muestra a lo largo de estos capítulos es una necesidad sentida y expresada por otros migrantes que hacen parte del mismo contexto. En términos de proceso, este deseo de consumir dichas preparaciones se ha ido expandiendo hacia los otros que habitan el nuevo entorno para compartir las nuevas experiencias que les puede brindar la cultura venezolana a través de su cocina. Según los participantes, una de las razones para demandar la producción y el consumo de estos alimentos en el caso de los migrantes es que la gente extraña su cultura “al ver que había tanta gente aparte del venezolano que extraña su cultura, sus productos, su gastronomía, se interesó bastante le llamó mucho la atención” (P1, comunicación personal, 13 de octubre, 2023)

Sin embargo, es fundamental señalar que para los participantes no se trata de algo que ocurra solo para los venezolanos, sino que, como hemos dicho antes, se entiende de una forma más amplia al punto de proponer que es algo que comparten todas las personas que migran, el deseo de *volver a lo tradicional* o la satisfacción de volver a los recuerdos significativos: “llevar a un momento del día donde tú puedas como que volver a tus recuerdos, volver ya eso es bastante y para mí es muy satisfactorio.” (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024); “esto es lo que más representa, como una cocina venezolana o la representaba en su tiempo porque te trae recuerdos de tu infancia” (P2(FV), comunicación personal, 13 de febrero, 2024).

Estas prácticas se alimentan en la memoria a partir de la nostalgia y los recuerdos de momentos felices y significativos de la infancia, la familia, las amistades y las tradiciones

culturales. De este modo, *la memoria permite restablecer los vínculos emocionales con el lugar de origen a través de la identidad* que se enuncia en la reconexión con las raíces, que produce y permite la cocina tradicional; en primera instancia como práctica alrededor de la panadería, sus recetas y los otros con quienes se comparte ese arte; en segundo lugar, como espacio físico encarnado por la panadería Brioche, la nueva casa que se habita, la cocina del nuevo lugar y los diferentes municipios recorridos en Colombia en el proceso migratorio, ya que la memoria del lugar de origen está compuesta por recuerdos vívidos de lugares, personas, eventos y experiencias que formaron parte de la vida de los individuos antes de migrar.

Constantemente *estos recuerdos se actualizan* con las nuevas experiencias generando una cosmovisión distinta del mundo, del sí mismo y de las cosas valoradas del lugar de origen. Es por esa razón que las memorias son fundamentales para sobrevivir, desde la perspectiva de los participantes ellos tienen que habitar un nuevo lugar extrañando el día a día en su lugar de origen: “Porque si a eso le sumamos de que las personas, muchas personas o muchas familias están por acá. Desde hace mucho tiempo donde extrañan toda su cultura, extrañan a su gente, extrañan su día a día” (P1, comunicación personal, 7 de febrero, 2024).

En última instancia, este capítulo ilustra cómo la panadería y, en su conjunto, *la cocina se convirtió en el lugar que representaba todos los afectos que estaban conectados a través del recuerdo con Venezuela* poniendo a los participantes en un papel activo y productivo de significados que están siempre en pugna según las experiencias que se viven en el entorno ya que transforman el mundo social y en el proceso se transforman a sí mismos. Esta memoria implica trabajo y los contenidos que se recuerdan, entre saberes, creencias, sentimientos y pensamientos se componen desde la singularidad activando el pasado en el presente, definiendo la identidad, y por ello se hace significativo el enlace que se produce con el sí mismo al aprender este arte y enseñarlo a otros, ya que se permite la construcción de sentidos sobre el pasado y la materialización de estos a causa de la acción.

Además, cobra relevancia la noción del grupo puesto que los participantes expresan que la panadería como arte no se vive en soledad, sino que se realiza en colaboración con otros desde la potencia que transmiten los sabores, olores, y sonidos que acompañan este proceso. Es a partir de estas dinámicas propuestas que se logra compartir algo de *la pequeña Venezuela que se ha recreado en el nuevo lugar* óptimo teniendo como referente el lugar de origen para poder convertirse en casa ya que cumple con las condiciones necesarias como mantener la sazón

venezolana y permitir vínculos con la familia a través del amor, entendido como la posibilidad de recibir reconocimiento y la reivindicación necesaria para sentir que se vive una buena vida.

Lo anterior evidencia que desde el desplazamiento se construye un proceso de relación facilitado por las convergencias, mezclas o intercambios culturales que existen entre los lugares que se habitan y que a partir del reconocimiento de la posibilidad que tienen los migrantes de poder expresar de forma abierta y segura las diferencias o disputas existentes entre las cosmovisiones del mundo a través de las diferentes culturas, para remarcar la propia identidad y diferenciar los rasgos de identificación y diferenciación con los otros. Al no tener que sacrificar esta identidad se logra armonizar con el entorno y a partir de allí generar nuevas formas de verse a sí mismos nutridos por aquellas cosas del nuevo lugar y manteniendo sólo los elementos del lugar de origen que son valorados como positivos, de modo que *crear una pequeña Venezuela en Colombia* es traer una nueva Venezuela que es posible a través de las personas con las que se comparte y que implica, como se mencionaba anteriormente, que Venezuela venga a ti sin la necesidad del desplazamiento geográfico.

El proceso de construir un nuevo hogar es la posibilidad de sentirse orgulloso de lo propio para cumplir con el deseo o la necesidad de volver a lo tradicional, a los recuerdos y compartirlos para generar nuevos significados de ellos en conjunto con las demás personas del entorno cercano, ya que este movimiento no sería posible sin el reconocimiento que pueden brindar ellos. La falta de interés o los prejuicios no sólo negarían la identidad de quienes migran sino que también reforzará los estereotipos estigmatizantes y no permitiría la integración de las cosas positivas y negativas de Venezuela, además de la generación de nuevas prácticas, interacciones y significados del ser venezolano en un nuevo lugar.

8 Discusión

Esta sección permite exponer elementos significativos de los resultados que a partir del análisis y la contrastación con otros autores se dividieron en tres secciones de discusión cuyo objetivo principal es proponer una interpretación crítica que surge a partir de las preguntas de investigación. El primer apartado se titula Lo innegociable “El ser venezolano”: Una articulación entre identidad y cocina, en este se propone el reconocimiento de unas formas particulares de ser venezolano a partir de la experiencia producida al migrar, se hace hincapié en el modo particular en el que los individuos se reconocen a sí mismos pero también en la manera como el entorno social configuran unas formas del menosprecio y la exclusión a raíz de esta misma categoría que para los migrantes es motivo de diferenciación y orgullo “el ser venezolanos” a partir de aquí se propone en un primer momento que la identidad venezolana se encarna alrededor de las prácticas de la cocina y por esa razón el arte de la panadería sería una manera de mantener la continuidad en el vínculo con el lugar de origen a partir de la propia identidad,

En segunda instancia, el proceso de identificación con la idea del ser venezolano a través de las prácticas propias de la cocina tradicional permite dinámicas de relacionamiento con el entorno que se constituyen como una forma de interpelación a los imaginarios sociales negativos del ser venezolano. Una vez identificadas estas dos posibilidades los migrantes elaboran un posicionamiento frente a la propia identidad, a partir de este movimiento se propone la noción de *identidades sacrificadas* que da cuenta de las tensiones percibidas entre las cualidades esenciales de la identidad que los migrantes están dispuestos a conservar y cuales aspectos son negociables a partir de las mezclas culturales y la integración de nuevas experiencias que reconfiguran la identidad.

El segundo apartado se denominó Lo inolvidable “Los recuerdos”: La memoria a través de la cocina y el vínculo socioespacial, en este se pretende dar cuenta del papel de *los recuerdos en la continuidad del vínculo con el lugar de origen* a través de dimensiones como el apego. Se propone que en función de las prácticas que construyen la gastronomía tradicional se elaboran memorias que conectan el pasado con el presente a través de los afectos, los saberes y los sabores que se encuentran en recuerdos de la infancia y las relaciones con el lugar de origen, en la cocina y las recetas y en las sensaciones que acompañan los recuerdos a través de los sentidos. Todas estas experiencias de la cocina y los recuerdos establecen una convergencia por una parte entre

aquello que hace parte de las prácticas individuales, la propia historia y lo autobiográfico que hacen parte de la vida íntima, mientras que por otro lado se enuncian aquellas memorias del pasado que se establecen a partir de los vínculos con otros -familia, amigos-, las prácticas de la panadería que requieren de los otros para su elaboración y consumo y también la actualización de recuerdos que se viven en conjunto desde una perspectiva grupal o colectiva.

El último de los apartados, Lo imprescindible “Un lugar feliz”: Lo que migra en las vidas ambulantes y las migraciones de la desesperación, expone, en primera instancia, que si bien esta investigación se asume desde el supuesto de migración voluntaria y no forzada, pues no se debe a eventos tales como desastres naturales o desplazamientos forzados a causa del conflicto de igual manera a través del análisis, se propone la noción de *migraciones de la desesperación* en donde se reconocen condiciones que legitiman una toma de decisiones a partir de las dificultades percibidas en el lugar de origen como amenazantes para una vida que se considere como buena o digna de ser vivida. En segundo lugar, a partir de esta concepción de vida digna o buena vida se reconocen ciertas dimensiones que debe poseer un espacio para convertirse en *un lugar fértil*, en donde se pueda ser feliz y en ese sentido se construye una idea de los tipos de lugares que se pueden habitar y convertirse en propios.

Estas dos consideraciones dan cuenta en un tercer momento de la construcción de una pequeña Venezuela porque no cabe todo lo que originalmente estaba en el lugar de origen, se trata del reconocimiento de aquellas elementos positivos que permiten el desarrollo de la identidad y a partir de las costumbres que hacen parte de la cotidianidad, pero también en donde se vive la posibilidad de integrar nuevas cosmovisiones del mundo a partir de diversos aprendizajes y nuevos vínculos en el nuevo lugar.

8.1. Lo innegociable “La esencia del ser venezolano”: Una articulación entre identidad y cocina

Como se menciona en la introducción de este apartado el trabajo analítico realizado en la investigación permitió reconocer aspectos innegociables que conforman la identidad y se disponen como convicciones personales que los participantes no están dispuestos a abandonar dentro del proceso migratorio. Se propone que el reconocimiento de esta posición permite una continuidad identitaria con relación a los valores del lugar de origen a través de las prácticas de la

cocina tradicional. Es decir que, en este caso, aun con el movimiento, existen elementos del propio ser que migran desde el lugar de origen junto con las personas. Desde esta perspectiva la cocina se convierte en un medio para comunicar y compartir significados en relación al posicionamiento individual o grupal de los migrantes vinculados a ciertas categorías sociales o identitarias.

Entre las categorías sociales que se enunciaron en las narrativas se encontraron posiciones como ser mujer a través de la idea de ser madre y migrante en relación con aspectos como el cuidado de sí por medio del cuidado de otros alrededor de la alimentación, o migrar y explorar el mundo externo por medio de los ojos de un niño aventurero que busca desbloquear nuevas experiencias conociendo diferentes ingredientes y compartiendo sus propias recetas. A partir de estas premisas la cocina puede entenderse como una vía de proyección de la narrativa del sí mismo es decir del “ser venezolano” aun siendo migrante. Esto es debido a que como practica la cocina a través de distintas elaboraciones que hacen parte de la gastronomía tradicional se constituye como un arte que potencia rasgos particulares asociados a una serie de creencias construidas alrededor de dinámicas de interacción generando así nuevos significados del proceso de configuración del sí mismo.

Teniendo en cuenta lo anterior, cabe precisar que la identidad es un concepto que ha sido ampliamente abordado en las ciencias sociales, sin embargo, a esta investigación le interesa delimitarlo en relación a los procesos migratorios y el vínculo que se ha establecido con la cocina tradicional. De una manera general, Jiménez (1997) propone que diversos movimientos sociales han asumido la identidad de un grupo o una categoría social para reivindicar la propia autonomía que se ve cuestionada a razón de las dinámicas de poder establecidas a partir de la vigencia de distintos flujos migratorios, por esa razón la identidad es comprendida por medio de la idea de distinguibilidad. Desde ese panorama la posibilidad de distinguirse de los demás o adquirir el reconocimiento por parte de otros está directamente relacionada con la pertenencia a determinadas categorías (ser mujer, maestro, clase media) que desempeñan un papel fundamental en la definición de algunas identidades sociales, debido a las representaciones y estereotipos a los que se les vincula.

En ese sentido, se entiende la identidad individual y social, desde los sentidos de pertenencia hacia un grupo, de modo que la identidad se halla siempre dotada de cierto valor para el sujeto, valor central en torno al cual cada individuo organiza su relación con el mundo y con

los demás sujetos. Desde esta perspectiva se puede decir que la identidad es la representación que tienen los individuos o grupos de su posición en el espacio social y de su relación con otros individuos o grupos que ocupan la misma posición o posiciones diferenciadas en el mismo espacio, por consiguiente, el valor agregado a la identidad puede ser positivo o negativo (Jiménez, 1997). A partir de la idea de dar una valoración negativa de la propia identidad Goffman (1986) habla del estigma como un constructo que es usado para referirse a la marca que se les ponía a ciertos individuos o a grupos que eran concebidos socialmente como anormales, inferiores o peligrosos.

A través la propuesta de Goffman se puede reconocer como en los nuevos lugares, la experiencia vinculada a estas categorías identitarias supone, tal como podía leerse en los relatos de los participantes, la exposición a formas de estigmatización y menosprecio, que se dirige a ellos de manera inicial por “ser venezolanos” pero también por ser migrantes. Entre las manifestaciones de estas formas de exclusión que pudieran presentarse dentro del contexto se encuentran la discriminación laboral a partir de las pocas oportunidades de empleo que orillan a los migrantes a trabajar en condiciones precarias en una oferta reducida de empleos en muchos casos desde la informalidad y la falta de contratos estables; por otra parte se exponen una serie manifestaciones de desprecio como ser objeto de insultos y comentarios despectivos basados en estereotipos negativos o el rechazo social a raíz del aislamiento social y la excluidos.

En cuanto a los estereotipos negativos, se señala que en algunos casos podría haber asociaciones con la criminalización, lo que incrementa la desconfianza y el miedo hacia ellos. Además, dentro del mercado local pueden percibir a los migrantes como una amenaza a sus empleos y servicios, generando resentimiento. También se introdujeron algunos relatos sobre el acceso limitado a servicios en salud bien sea por falta de documentos y educación ya que niños y jóvenes pueden tener dificultades para acceder a la educación debido a las condiciones económicas precarias. Finalmente se presume que podría haber dificultades para el acceso a vivienda para alquiler o los migrantes pueden ser relegados a vivir en áreas menos desarrolladas o marginales.

Según Álvarez (2011), estas alteridades negativas o del no - reconocimiento, surgen a partir de una tensión entre la propensión que existe en nuestros tiempos debido a las lógicas de la modernidad en donde los saberes buscan la homogenización y normalización de las diversidades o pluralidad. El otro es considerado como distinto y puede o no permitírsele una participación

dentro de una esfera, social o el mundo simbólico del nuevo lugar. En esa vía Elías (2003), propone que la exclusión y la estigmatización de los forasteros por parte los grupos establecidos son en últimas instrumentos para preservar la identidad, afirmar una creencia de superioridad y mantener a los demás en el lugar que les corresponde para asegurar su propia posición dentro del espacio.

De este modo, los grupos dominantes conservan celosamente sus tradiciones, generando formas de exclusión grupal, en primera instancia, por el miedo a perder su identidad, así como por el imaginario de una posición privilegiada. En consecuencia, el grupo dominante excluye a los forasteros de la participación dentro de la vida social y religiosa, y al no ser parte de este nuevo mundo compartido, en este caso los migrantes pueden entenderse a sí mismos sin una identidad colectiva y en esa medida desamparados por un marco de derecho o referencial social y cultural que hace comunidad y le permitiría el despliegue de diversas potencialidades a partir de la interacción.

Tomando en cuenta lo anterior, en una segunda vía podemos proponer que la cocina como narrativa sobre la identidad venezolana se constituye como una forma de interpelación a imaginarios sociales negativos del ser venezolano ya mencionados, debido a que desde ella se plantean novedosas formas de articulación de la propia identidad a través de los procesos de apropiación de las prácticas culinarias.

La articulación entre cocina e identidad permite comprender cómo consumir las elaboraciones tradicionales es entendido como una necesidad más allá de lo que compete a la alimentación para la supervivencia. Para los migrantes que habitan la panadería Brioche como este nuevo lugar, la cocina es vista como algo propio, no solo en el sentido material como es el caso de la panadería encarnada en el negocio, sino como una expresión tangible de algo en lo que habita la propia identidad, el ser, y la materializa para que el mundo exterior la pueda ver. Lo anterior permite a su vez potenciar su capacidad generativa en un crecimiento individual, el perfeccionamiento de habilidades y la construcción vínculos con otros. De modo que la panadería se compone como arte alrededor de la cocina en la experiencia de los participantes como una posibilidad de mejorar la calidad de vida propia y de los otros de modo que sea posible dignificar las condiciones en las que se habita este nuevo espacio.

Teniendo en cuenta lo anterior es determinante considerar cómo la cocina tradicional entendida como un conjunto de prácticas de interacción con el entorno y quienes lo habitan se sitúa como una vía de resistencia frente al estigma y la exclusión que puede producir el ser “migrante” y “venezolano”. Para referirse a este conjunto de prácticas, hábitos y significados relacionados con la alimentación que son compartidos por un grupo y que contribuyen elementos relacionados con su identidad, Duhart (2002) propone el término de identidades culturales alimentarias (ICA). El autor señala que comer es un hecho social que moviliza distintas dimensiones tanto fisiológicas, psicológicas como sociales, razón por la cual existe una relación estrecha entre alimentación e identidad tanto a nivel individual como social. Las identidades culturales alimentarias se edifican poco a poco, a través de prácticas y discursos, son dinámicas por esencia y cultivan vínculos estrechos con elementos estéticos, artísticos o imaginarios. De este modo, el autor propone que la identidad de un individuo es polimorfa y puede considerarse desde varios puntos de vista, por ello las identidades culturales alimentarias se construyen en espacios de dimensiones varias.

Los referentes culinarios tienen también una función importante en la constitución de las identidades culturales alimentarias nacionales, en relación con las posibilidades frente al desplazamiento el autor propone que desde el movimiento puede haber recetas empleadas en cocinas cuyos nombres evocan un país. Ya que la (ICA) no es la suma de las cocinas regionales, contiene aspectos propios, es por eso que en el caso de procesos migratorios pueden ocurrir fenómenos como la aculturación, conservación de costumbres y procesos de recreación o de dilución de la identidad ya que al desplazarse las personas cambian sus maneras de comer en este nuevo medio en donde nuevos alimentos pueden sustituir a los tradicionales. De este modo, la construcción de una identidad cultural alimentaria, ya sea de un grupo o de una nación entera, procede de las evoluciones de las prácticas alimentarias y de las de los discursos gastronómicos y culinarios: “una identidad cultural alimentaria es una herencia cuyo destinatario aún no ha nacido: una identidad cultural alimentaria nunca queda fijada” (Duhart, 2002, p. 5).

A saber, que la reivindicación y el reconocimiento producidos por medio de los saberes compartidos sobre la panadería han impactado de manera positiva en la calidad de vida de otros que inicialmente pueden ser migrantes que comparten una misma condición, pero que tiene la posibilidad de expandirse más ampliamente hacia los otros que habitan en el nuevo lugar. Las prácticas culinarias permiten una construcción o reivindicación de las identidades culturales

alimentarias ya que cultivan una estrecha relación con un imaginario espaciotemporal a través de referencias al pasado que no se tratan de un movimiento geográfico, sino desde un enfoque sentimental, una reconstrucción del lugar de origen. Dado que la relación entre la identidad cultural alimentaria y lo imaginario se establece también por medio de los efectos de la creación artística, remarca un componente fundamental para la identidad sociocultural pensada de manera más amplia en donde convergen elementos como la globalización y estandarización (Duhart, 2002).

La propuesta frente a este panorama es que el arte de la panadería ubica a quienes migran desde un posicionamiento diferente a lo que el entorno reconoce negativamente que es “ser venezolano”, de modo que permite establecer una serie de condiciones que posibilitan movimientos frente a los imaginarios desacreditadores del entorno, en donde se reconocen a sí mismos como personas capaces, valiosas, exitosas, trabajadoras, familiares y alegres, por mencionar algunos de los valores significativos que asocian con su cultura. La narrativa de este movimiento se expresa con la anteposición de un “pero” para introducir una idea que contrasta o se opone a las concepciones negativas antes mencionadas del propio ser.

A esta forma de oposición o resistencia le preceden como sustento los logros obtenidos en el proceso de habitar el nuevo lugar a partir de la cocina bajo la idea de un “negocio” en donde se tiene como base la posibilidad de hacer cambios materiales sobre la existencia cotidiana, especialmente aquellos que permiten garantizar los procesos económicos sostenedores de la vida, interpelando la estigmatización y generando un soporte material para la vida que permite resistir a la precarización de la vida propia y la de otros que comparten la misma condición.

La reconfiguración narrativa de la propia identidad alrededor de la categorización como migrante venezolano, posibilita una forma de sentirse orgulloso de sí mismo, tener algo propio y no ser el migrante “subestimado” del cual el contexto no conoce o le interesa su historia. Este proceso da cuenta de cómo la cocina permite conocerse, reconocerse y ser reconocido a través de una tradición que logra transmitir sabores, recuerdos, sentimientos y conectar lugares. La cocina como práctica permite la reivindicación y el reconocimiento por parte de los otros, una identificación de las pérdidas vividas en el proceso de migrar, las palabras para contar la propia historia y el nombre para dignificar la propia condición humana sin tener que borrar las diferencias. Conectando las capas más profundas de la identidad como seres humanos,

apostándole a la aceptación y el nombramiento del otro distinto para darle un carácter de existencia.

El reconocimiento de los migrantes a partir un imaginario que los integra dentro de la vida cotidiana en el nuevo lugar, habla de la concepción de un “nosotros” en donde existe un lenguaje común que permite la comunicación, mientras que en el caso de verse aislados o separados los migrante pueden ser alejados como si se tratara de un “ellos”. Desde esta percepción amenazante se producen estrategias como la segregación, exclusión o destrucción que se defienden de las pluralidades de existir, sentir, pensar o actuar; y en ese sentido el menosprecio puede causar graves lesiones y deteriorar la identidad personal (Álvarez, 2011).

La falta de reconocimiento en nuestro contexto puede entonces ser una posibilidad para privar a las personas que migran de su participación en escenarios públicos, derechos políticos, acceso a recursos y otras condiciones básicas para el desarrollo de una vida que sea considerada digna de ser vivida. Es por esas razones que se entiende que el reconocimiento es una condición para la existencia misma, el hombre es necesariamente un ser reconocido y que reconoce, en tanto que reconocer es el movimiento y este movimiento es una posibilidad en donde la identidad deja de ser singularidad y se encuentra en la estructura de las relaciones humanas de interacción sobre el presupuesto implícito de ser tenido en cuenta en los planes de acción de los demás (Honneth, 1997).

Habiendo identificado las dos vías de posibilidad anteriormente expuestas, se identifica una tensión ocasionada por los conflictos identitarios: por un lado, surgen iniciativas para conservar elementos identitarios; por otra parte se evidencian diversas mezclas culturales e hibridación identitaria que propone una reconfiguración de la identidad. Inicialmente se reconoce cómo a través de la cocina tradicional los migrantes elaboran un posicionamiento frente a la propia identidad de modo que algo de sí mismos se mantiene en conexión y congruencia con aquello que se propone como propio a través del lugar de origen. Sin embargo, al migrar y rehacer la vida en un nuevo lugar algo de sí mismos se reconfigura y se evidencian las convergencias o posibilidades de mezclas culturales a razón del intercambio producido por la historia que comparten ambas culturas y las nuevas relaciones que se generan constantemente en la cotidianidad, impulsando componentes como la creatividad, la innovación y la satisfacción nacida del deseo de cuidar de los otros supliendo dicha necesidad.

En este proceso ocurren diferentes disputas en el intento de proteger, separar y diferenciar la identidad como “migrantes y venezolanos”, que impulsados por los sentimientos de orgullo que les genera aquello que consideran propio, encuentran en la cocina algo que los teletransporta de nuevo al lugar de origen y les permite enaltecer la identidad de lo venezolano a través de la conservación y transmisión de la cultura gastronómica. De modo que *la cocina puede ser a la vez una vía de mantenimiento o una manera de transformación de las identidades* y esto implica entenderla como una práctica dinámica y cambiante, ya que a su alrededor se gestan constantemente nuevos significados que, como se mencionaba anteriormente, pueden interpelar a los migrantes frente a su posicionamiento alrededor de esta identidad.

Las prácticas alrededor de la cocina de origen permiten identificar si hay algo que sea innegociable, que pueda ser entendido como aquello propio del “yo” que permanece de manera más fijada a pesar de ser alimentado por las distintas experiencias que configuran la vida en el nuevo lugar; pero puede ser la puerta de apertura a nuevas formas de producir significados en relación con las experiencias que permitan el descubrimiento de elementos nucleares de la propia identidad. El reencuentro que se produce con estos aspectos al migrar es crucial para vivir una vida que sea considerada por los migrantes como digna y satisfactoria, ya que al construir claridades sobre lo que es innegociable, pueden tomar decisiones que estén alineadas con sus valores y creencias y proteger su identidad de las diferentes amenazas del contexto.

A partir de este movimiento se propone la noción de *identidades sacrificadas* que da cuenta de cómo algunas identidades nacionales vinculadas con elementos culturales propios de su lugar de origen se ven amenazadas oprimidas, marginadas o subordinadas debido a factores sociales, culturales, económicos o políticos imperantes en el nuevo lugar de residencia. Este concepto se evoca en las tensiones percibidas por los participantes de renunciar a elementos identitarios para garantizar mejores procesos de adaptación al nuevo lugar. Alrededor de estas experiencias los migrantes identifican qué están dispuestos a conservar y cuáles aspectos son negociables a partir de las mezclas culturales y la integración de nuevas experiencias que reconfiguran sus modos de ser y estar en el mundo.

Los desafíos en esta negociación identitaria se manifiestan a través de la cocina; como ejemplo, abandonar la gastronomía propia del lugar de origen podría convertirse en una vía para la supervivencia puesto que permite competir con el mercado local en aras de garantizar una seguridad económica. Estas identidades sacrificadas producen sentimientos de angustia través de

presiones externas que evidencian cómo el contexto puede ser un facilitador para despojar a los migrantes de la capacidad de producir las expresiones que llevan los sabores que hacen parte de su identidad, que están presentes en la crianza y que no se olvidan fácilmente. Estos elementos presentes en la cocina son importantes a tal punto que definen asuntos sobre la pertenencia a un colectivo bajo el imaginario de nación, en donde se comparten valores innatos sustentados sólo en el hecho de haber nacido en un mismo lugar y donde comer responde al placer de recordar, estar juntos y sentirse seguros más que la necesidad de alimentarse en cuanto a necesidad biológica se refiere.

Estos últimos elementos, permiten sugerir que, en este caso, *lo venezolano se sitúa como identidad migrante*, debido a que la filiación a la identidad nacional se establece como un eje articulador de la experiencia identitaria que ordena el proceso de rehacer la vida a partir del movimiento en la migración. Esta identidad nacional se hace presente en las prácticas de la cocina tradicional que permite no solo la posibilidad de recibir un reconocimiento “positivo”, es decir desde una mirada que pueda interpelar los prejuicios construidos sobre ser migrante y venezolano y las diferentes formas de estigmatización. También representa una expansión del cuidado de sí mismo ya que a partir de elementos como la construcción estética, la innovación, la imaginación y el arte, el mundo mágico de la cocina produce vivencias de bienestar, felicidad y satisfacción propia y de los otros.

8.2. Lo inolvidable “Los recuerdos”: La memoria a través de la cocina y el vínculo socioespacial

Este apartado pretende dar cuenta del papel de los recuerdos en la continuidad del vínculo con el lugar de origen, es decir, comprender que las prácticas alrededor de panadería posibilitaron una continuidad discursiva en el mundo interno de los migrantes ya que a partir de las acciones emprendidas se vive en lo simbólico un reencuentro con las cosas que se valoraban positivamente del lugar de origen. Este reencuentro implica que a pesar del movimiento *Venezuela se encuentra continuamente en el mundo interno de las personas que migran* a partir de prácticas discursivas cotidianas y en el consumo y la elaboración de determinados alimentos.

Esta experiencia puede comprenderse a través de conceptos como el apego al lugar que, compuesto por distintas dimensiones: lo personal, tanto a nivel individual como grupal; el lugar, que se refiere al entorno que rodea a las personas, ya sea natural o construido; lo social, que incluye el vínculo con otras personas; y la dimensión de los procesos psicológicos que se desglosa en elementos como la cognición alrededor de los significados que la persona otorga al lugar, así como sus conocimientos y recuerdos, los afectos que comprende las emociones que se experimentan hacia el lugar y el comportamiento que abarca las manifestaciones del apego, como la cercanía física y el cuidado de los lugares (Scannell y Gifford, 2010).

Esta perspectiva de comprensión del apego al lugar permite entender porque Venezuela como lugar está presente a través de los recuerdos, conviviendo el nuevo lugar en un espacio para el encuentro con el imaginario que se tenía del lugar de origen a raíz de los saberes y sabores que hacen parte de la tradición gastronómica de Venezuela, exponiendo así las posibilidades de acción desde la movilidad para no renunciar a un hogar que se creía fijo espacial y temporalmente. Razón por la cual la cocina no se trata como una práctica inmóvil sino de una acción que transporta a los individuos a través de afectos, recuerdos, olores y sabores que son percepciones sensoriales esenciales que contribuyen la experiencia del disfrute de la comida.

Como se proponía al inicio, la pregunta por la memoria como componente esencial de la experiencia de migrar y su relacionamiento con el arte de la panadería también es en últimas una pregunta por las experiencias de apego con el lugar que se viven desde el movimiento. En ese sentido, Jelin (2001) propone que la memoria se refiere a aquellos procesos subjetivos y sociales anclados en vivencias y en prácticas simbólicas y materiales que facilitan el recuerdo, generan una reflexión sobre el pasado. Desde esta perspectiva existen diversos productos culturales que son concebidos como, o que se convierten en, *vehículos de la memoria* ya que se convierten en medios, prácticas, y objetos a través de los cuales se materializa y se transmite la memoria social, este aspecto nos pone como base una realidad que es una construcción colectiva generada por las prácticas de la cocina tradicional.

Lo anterior permite reconocer ciertos tipos de memorias ancladas a los sucesos del pasado que se actualizan el presente a partir de la cocina: En primer lugar, se podría afirmar que existen memorias vinculadas a la infancia que son recuerdos formados durante los primeros años de vida, razón por la cual pueden llegar a tener una impronta duradera en la identidad y pueden incluir eventos, experiencias, personas, lugares y emociones que dejaron una impresión significativa.

Estas memorias se relacionan con cómo las personas se ven a sí mismas y cómo entienden su lugar en el mundo, contienen experiencias emocionales y relaciones significativas, como las interacciones con familiares cercanos y amigos.

Además, los lugares donde se vivieron momentos importantes de la infancia, como el hogar, puede tener un valor sentimental especial y contribuir a un sentido de pertenencia y seguridad. También participan en el aprendizaje y el comportamiento. La memoria de estas experiencias pasadas en el lugar juega un papel crucial a través de recuerdos positivos de eventos significativos, como fiestas, encuentros familiares o logros personales, que refuerzan el apego al lugar.

En segundo lugar, se evidencian memorias relacionadas con la cocina, que tienen especial significado por sus vínculos con las sensaciones y múltiples sentidos, como el gusto, el olfato, la vista y el tacto. Los olores de las especias, los sonidos de la cocina, los colores de los ingredientes y los sabores de los platos preparados son todos componentes importantes de estas memorias. Estas memorias asociadas con experiencias emocionales y culturales generan una conexión expresada en sentimientos como la felicidad, el amor y el cuidado vivido en los vínculos familiares; además, permiten una transmisión cultural de recetas que refuerzan la identidad cultural y familiar.

Estos tipos de memoria vinculados con los sentidos comprenden la cocina desde la concepción del arte, ya que logra transmitir un tipo de lenguaje y narrar una parte de la historia en donde se evidencia la capacidad que tiene el contenido sensorial, gustativo y olfativo para transmitir y movilizar tanto los afectos, como las vivencias, pensamientos y representaciones de los involucrados. Inclusive, las diferentes elaboraciones de la cocina tradicional se convierten en vehículos de memoria que dan lugar y palabra a los recuerdos y podría ser la oportunidad para que los otros sean también partícipes activos del enaltecimiento de la gastronomía tradicional a través de la reconstrucción y la interpretación que surge de iniciativas como modificar recetas o incluirlas en las prácticas cotidianas y rutinas para trascender de la tenencia pasiva del recuerdo individual e ir más allá en diversos productos gastronómicos y culturales o incluso académicos como es la intención en el caso de este trabajo. Ya que la memoria no es una reconstrucción estática de los hechos del pasado, sino una construcción colectiva, un proceso de interpretación de los acontecimientos a los que atribuimos una existencia pasada, es decir un tiempo distinto al presente (Piper-Shafir et al., 2013).

Identificar que la memoria no se trata solo de la tenencia pasiva de los recuerdos da cuenta de cómo en este proceso se busca una integración del pasado en el presente frente a las posibilidades que se generan al habitar un nuevo espacio. Como en cualquier otra actividad humana las acciones de memoria en torno a la cocina requieren de un tiempo específico o están situadas en espacios particulares. Esta precisión permite entender como las casas, tanto del nuevo lugar que se habita como el referente del hogar construido en el lugar de origen, se convierten en territorios de encuentro con la memoria en donde se representan todos aquellos afectos, sensaciones y vínculos que estaban conectados a través del recuerdo con Venezuela, ya que, así como la lengua hablada, el arte de la panadería contiene y transporta la cultura de quien la práctica, es depósito de las tradiciones y la identidad del grupo.

La inclusión de determinados tiempos y lugares en las prácticas relacionadas con el mundo mágico de la panadería sirven para ordenar la experiencia expuesta en las narrativas, poniendo de base la idea de que cualquier suceso ocurre dentro de unos marcos sociales espaciales y temporales los cuales, según Halbwachs (2004), permiten darle un sentido a la dimensión discursiva de la interacción social para después resignificar las experiencias vividas en el pasado en el lugar de origen. Estos marcos juegan un papel fundamental en la construcción de los trabajos de la memoria, en este caso particular, como bien se ha mencionado anteriormente, se desarrollan diferentes hechos históricos relacionados con las causas de los flujos migratorios entre Colombia y Venezuela. Poniendo de base este escenario podríamos hablar de un primer marco espacial más general que engloba de manera amplia los diferentes sucesos ocurridos a lo largo de un periodo determinado entre ambos países, es decir, que abarca los territorios recorridos por los migrantes en sus procesos de movilización. Pero además como referente de los marcos temporales estarían la fecha misma que da inicio al proceso migratorio o en este caso particular la fecha de la creación del primer local una vez instalados en Medellín.

La construcción de los sentidos del pasado está inserta dentro de un contexto social particular, la matriz grupal en la que se ubican los recuerdos individuales está compuesta por la familia, la religión y la clase social, estos marcos dan sentido a las rememoraciones individuales. Desde una perspectiva más íntima pueden existir otros marcos espaciales que sitúan y significan ciertos territorios de los que se apropian quienes migran y en donde se pondrán en juego las experiencias y la afectividad. Además, se tendrán en cuenta otros referentes temporales que fijan, dan orden y secuencia a diversos acontecimientos ocurridos para permitir estabilizar el contenido

de los recuerdos con elementos determinados, ya sea el nombre, la fecha específica de los hechos ocurridos, los objetos y lugares que componen dicha vivencia y la participación de las diferentes prácticas rituales que componen la elaboración de celebraciones culturalmente significativas como navidad o cumpleaños (Halbwachs, 2004).

Tanto la relación con la memoria como las prácticas alrededor de la cocina se pueden entender en primera instancia desde una perspectiva individual, como el trabajo que se realiza de manera íntima que deviene de las características particulares de la propia historia de vida y el conjunto de experiencias previas que componía las formas de habitar el lugar de origen, los motivos percibidos para tomar la decisión de migrar, el camino recorrido para llegar al nuevo lugar y las relaciones establecidas con la cocina. Por otra parte, estos procesos también pueden comprenderse como una actividad grupal, ya que la cocina como arte hace parte de un ejercicio dialógico que se comparte con los otros desde la apertura al intercambio de ideas, la búsqueda de satisfacción de necesidades y los deseos cuidado propios y de los otros con el objetivo de construir colaborativamente una memoria capaz de alimentar el nuevo lugar con significados que lo conviertan en tierra fértil, para ver nacer nuevas formas de interacción y reconocimiento que permitan el acceso a condiciones materiales propicias para la felicidad de una vida digna.

En ese sentido, se puede proponer que la migración no necesariamente implica una ruptura en la relación con la memoria, los afectos y las costumbres que establecen el modo de vivir y habitar el lugar de origen. Esto permite interpelar cuales son las razones que llevan a una experiencia de ruptura en el vínculo con el lugar de origen más allá del movimiento, puesto que finalmente las iniciativas de traer a partir de la cocina las memorias de ese lugar significativo no implican una recreación exacta de Venezuela. Los recuerdos que se actualizan con las nuevas experiencias generando nuevos marcos de significado permiten reinterpretar el pasado, reconfigurar el sí mismo y reconocer las cosas valoradas del lugar de origen y del nuevo lugar para integrarlas en el presente y seguir construyendo una narrativa sobre la propia identidad que sea congruente con las creencias, los valores, la cultura y las actitudes que forman parte de la manera como se entiende el mundo y su lugar en él, configurando la realidad, las relaciones y el medio entorno físico que los rodea.

Teniendo en cuenta lo anterior la memoria que representa los afectos conectados a través del recuerdo con el lugar de origen funciona como facilitador de la continuidad del apego al lugar, ya que establece una conexión entre personas y lugares, variando en diferentes tipos de

memorias (Lewicka, 2011). Estas narrativas reconfiguran una serie de actos y trayectorias personales del pasado para conferirles un sentido (Jiménez, 1997). De modo que los recuerdos biográficos evocados a través de la panadería al asociarse a lugares de referencia anteriores pueden utilizarse como medio de adaptación a los nuevos lugares y por tanto ayudar a las personas que se desplazan a desarrollar vínculos de apego a nuevos lugares (Lewicka, 2020). En ese sentido, el apego al lugar en articulación con la memoria puede ayudar a formar, mantener y preservar la identidad de un grupo, individuo o cultura (Altman y Low, 1992). Además, los recuerdos, ideas, sentimientos, actitudes, valores, preferencias y significados vinculados al entorno físico cotidiano en el que las personas se desarrollan contribuyen a la identidad del lugar, que a su vez es un aspecto fundamental en la identidad del individuo (Proshansky et al., 1983).

Así pues, la memoria se entiende como un componente fundamental en los procesos de apropiación de los lugares vinculados con los migrantes de manera significativa a través de las prácticas que se gestan en ellos y componen la cocina tradicional del lugar de origen, permitiendo establecer relaciones discursivas con los otros. Sin embargo, de manera simultánea un culto excesivo a la memoria tendría otras implicaciones que no necesariamente favorecen los vínculos con el nuevo lugar y la generación constante de nuevas formas de la identidad a través de la integración de nuevas experiencias.

Autores como Todorov (2009) proponen que aunque el culto a la memoria implica estrategias que les permiten a las personas hacer parte de un grupo y de esa manera generar un sentido de pertenencia e identidad colectiva que les da ciertos beneficios a partir del reconocimiento, conservar sin elegir no es una tarea de la memoria. Si bien la recuperación del pasado es indispensable, ello no significa que el pasado deba regir el presente; la propuesta es en el presente se haga uso del pasado de las formas en las que se prefiera ya que en cierta medida preocuparse por el pasado de manera excesiva permite desatender el presente, lo cual inevitablemente restringe los procesos creativos que se pueden gestar a partir de las nuevas experiencias.

En consecuencia, se puede ilustrar a partir del análisis de los relatos que componen esta investigación que la panadería se convierte dentro de la experiencia de los participantes en un componente central de la identidad, parte esencial del ser que en la actualidad está dispuesto como un eje central que ordena la experiencia de vida. Esta afirmación tendría una serie de dimensiones para comprender el proceso migratorio: en un primer momento expone el desinterés

que sienten quienes migran por regresar nuevamente a su lugar de origen; si bien es un asunto que se compone de múltiples significados, la cocina se entiende como una apertura a esta posibilidad de establecer el nuevo lugar como un lugar óptimo para la vida, dando cuenta de la valoración positiva que se otorga a un espacio cuando existen posibilidades de buscar y alcanzar el bienestar anhelado. Al mismo tiempo, la forma en la que se configura la relación con la panadería también permite cuestionar si se busca perpetuar y replicar una idea concreta de lugar a través de la memoria dispuesta en las tradiciones gastronómicas y mantener fijos los recuerdos que componen el pasado en el lugar de origen.

8.3. Lo imprescindible “Un lugar feliz”: Lo que migra en las vidas ambulantes y las migraciones de la desesperación

Como se mencionó anteriormente, los asuntos relacionados con la construcción de significados alrededor de la memoria enmarcan componentes esenciales de la identidad de los migrantes a través de su cultura gastronómica. Sobre este posicionamiento se describen dinámicas particulares de relacionamiento con los diferentes espacios que se habitan a partir de la decisión de migrar. En ese sentido, el análisis realizado de los relatos de los participantes permite reconocer una concepción del lugar de origen en donde se despliegan tanto afectos positivos como negativos frente a sus características. Resulta fundamental entender cómo a partir de allí migrar se configura como posibilidad de salvaguardar el bienestar propio y de los otros cercanos dependiendo de las circunstancias particulares del contexto, la cultura, la política y las condiciones económicas, además de la historia personal y familiar. Desentrañando estos motivos se construyen nociones del cómo, porqué o hasta cuándo se decide seguir en movimiento por fuera de un marco de comprensión de la migración reducida sólo a forzada o voluntaria.

Las decisiones de migración se realizan en entornos sociales y familiares y presentan particularidades que escapan la cobertura teórica; por eso, es necesario acudir directamente a la voz de los migrantes para entender estos procesos de cavilación y las influencias que reciben del entorno (Alfaro et al., 2017). Por esta razón los sentidos atribuidos a esta decisión permitieron establecer la comprensión de una migración que se supone voluntaria y por tanto no se categoriza como forzada aun cuando las personas consideran abandonar sus hogares resultado de situaciones que perciben como riesgosas para la vida, la seguridad o el bienestar de los individuos y sus

familias. Se propone un entendimiento de este fenómeno desde la concepción de la *migración en situación de desesperación*, que implica el reconocimiento de sensaciones como angustia, impotencia y desesperanza que surgen de hacerle frente las diversas dificultades o desafíos por los que atravesaba el lugar de origen al momento de elegir migrar.

Este panorama muestra la movilidad bajo una perspectiva de ausencia de un lugar fijo en términos de territorio físico y material, reconocido tanto en la realidad como en el mundo interno de los sujetos que debido a sus experiencias previas construyen posibilidades de *vidas ambulantes*, que reconocen aspectos importantes vinculados a los lazos familiares, valores, creencias, sentimientos y actitudes que son los que le otorgan las cualidades a los lugares que habitan.

En esta vía, autores como Appadurai (2001) mencionan que en nuestro contexto las dinámicas de globalización intensifican las respuestas como la migración y propone que estos movimientos corresponden básicamente a tres motivos: diásporas de la esperanza, de aquellos que, si bien tienen buenas condiciones de vida en sus lugares de origen, parten en busca de la cualificación académica/laboral o de mejores condiciones de vida sin verse forzados por circunstancias de precariedad; diásporas de la desesperanza, de aquellos que no encuentran en sus territorios de origen las oportunidades para el desarrollo de una vida digna y migran en busca de ellas a otros lugares, como es el caso de los amados migrantes económicos; y diásporas del terror, que son motivadas por conflictos éticos y políticos, por la persecución y la amenaza sobre la vida y derechos de las personas y se trata de migraciones impuestas por otros.

Esta perspectiva permite entender los lugares a partir de las propuestas de interacción que se generan en ellos permite que los migrantes puedan fijar el imaginario de las características del lugar que les gustaría habitar en el lugar de acogida y por ello a pesar de los movimientos constantes no se sienten desprovistos de un lugar propio. Aquellas condiciones que promueven la elaboración de vínculos simbólicos basados en la memoria y las experiencias desencadenadas por la ausencia inmediata de los espacios de referencia se vinculan a un patrón de cogniciones que estaría conectado con la identidad de las personas a una clase de lugares, integrando el desplazamiento y el apego en un mismo concepto (Berroeta et al., 2015).

Di Masso et al. (2019) señalan que las diversas formas de movilidad están reconfigurando la forma en que las personas experimentan los lugares, los tipos y grados de movilidad varían mucho en el mundo, consecuencia de la remodelación urbana y la gentrificación, los cambios

residenciales en las distintas etapas de la vida y los espacios de trabajo móviles de la época digital. En ese sentido, psicólogos ambientales y sociólogos comunitarios han considerado a menudo que el apego al lugar es bueno mientras que la movilidad se ha asociado con el desarraigo y la desintegración social, por esa razón se propone abordar la naturaleza cambiante, evolutiva y procesual como una experiencia forjada en la interacción entre fijeza y movilidades. Este énfasis en el movimiento pone de relieve las nociones de fluidez y el reconocimiento general. En consonancia con lo anterior Lewicka (2020) propone que la movilidad no impide el apego, si se considera esta información no como regla universal sino en relación con los conceptos de sedentarismo o nómada de la naturaleza humana, como algo relacionado con diferentes tipos de movilidad y diferentes formas de apego.

A esta construcción de un tipo de lugar que se presume adecuado para establecer nuevos vínculos de apego se le denominó como un *tipo de lugar que es fértil* y se propone que es un lugar en donde se pueda sentir seguridad y protección por parte de la representación política del Estado, en donde se garanticen la apertura económica al mercado laboral capaz de apoyar el emprendimiento, el acceso a servicios básicos en salud y educación, además de una postura de integración social y cultural que pueda reconocer y acoger en aras de construir redes sociales con oportunidades para la participación. De esta percepción que se tiene del lugar nacen metáforas como “la pequeña Venezuela” en donde cabe aquello significativo de lugar de origen que se convierte en lo más cercano a un referente de lugar propio.

En la posibilidad de encontrar y construir estas cualidades, en la actualidad nace un desinterés por trasladarse nuevamente al lugar de origen que se sostiene en la esperanza de cultivar, alcanzar y encontrar el bienestar anhelado en este nuevo espacio del presente. Esto permite cuestionar los motivos y la finalidad del proceso migratorio, una pregunta por las razones para tomar la decisión de quedarse en el lugar de acogida de forma permanente o sentirlo como una parada transitoria. También se trata de un cuestionamiento por este lugar fértil y *las condiciones básicas para una vida digna*, de allí nace la propuesta de que un lugar puede ser resignificado como un hogar si cuenta con las condiciones necesarias o un suelo fértil que les permita a las personas volver a construir o sembrar para cosechar una buena vida, una vida digna con posibilidades de crecer; es decir que un lugar puede llegar a convertirse en casa si se cuenta con esa sazón venezolana que hace parte de la construcción que se tiene de la propia identidad,

necesaria para remarcar una postura propia y a partir de allí negociar con el entorno la inclusión nuevas perspectivas, aprendizajes o culturas que permitan nutrir la propia subjetividad.

En relación a la concepción del lugar como fértil, susceptible de convertirse en una pequeña Venezuela, es decir en una casa encendida como lugar seguro y lugar feliz, Boccagni (2017) propone que dentro de los procesos migratorios se experimenta una búsqueda de hogar que él señala como un tipo especial de relación con el lugar, orientada en la atribución tentativa de una sensación de seguridad, familiaridad y control sobre determinados entornos por encima de todos los demás. Desde esta perspectiva el hogar es un proceso interpersonal y puede ser una noción más amplia y compleja que la del hogar como lugar o casa, su ambigüedad radica no sólo en ser una categoría usada en vida cotidiana sino también en la tendencia sobrecargarla de significados, así como de emociones y expectativas. El hogar puede reformularse como una relación significativa con el lugar, por lo tanto, como un esfuerzo situado e interactivo, en lugar de como una estructura física ahí fuera, sin descuidar la importancia de esta última como un depósito potencial de significados, emociones y funciones distintivas.

La concepción de hogar busca trazar dinámicamente sus significados predominantes, las formas en que funciona como experiencia social y sus consecuencias sociales. En la práctica, en la experiencia de vida de los migrantes, posibilita entender qué tanto se depende de un lugar específico o si el hogar es potencialmente transferible a otro lugar y se basa en las relaciones interpersonales tanto como en los entornos materiales. Esta comprensión psicosociológica de la noción como una experiencia espacial hace que algunos entornos sean más significativos y afectivamente cargados que todos los demás. Por qué el hogar importa, y no se reduce a los límites materiales de una vivienda. Como concepto abarca un entorno mucho más diverso, en una variedad de escalas que pueden simultáneamente ser definidas como "hogar", que en congruencia con lo dicho anteriormente supone una serie de actores sociales dentro la construcción de lugares que involucra relaciones familiares, estructuras culturales, políticas, lingüísticas y prácticas tanto individuales como como grupales; por dicha razón la construcción de una casa es estática por definición, en cambio, un hogar no tiene por qué serlo (Boccagni, 2017).

Rapoport, (como se citó en Boccagni, 2017) sugiere que, si bien las dimensiones emocionales y relacionales del hogar presuponen alguna base material, dicha base no necesariamente se superpone con una estructura de vivienda de algún tipo; en la experiencia de vida de las personas con gran movilidad, incluidos los migrantes internacionales, se puede

atribuir un sentido de hogar a "tipos de asentamientos" específicos. Los ladrillos y el cemento de una casa no tienen por qué ser la materialización exclusiva de sentimientos y prácticas relacionadas con el hogar. En cambio, es necesario hacer hincapié en las bases cognitivas, emocionales y relacionales del hogar para comprender su "hacer" en la vida cotidiana. De modo que el hogar puede ser replanteado como una experiencia social relacional, procesual y específica del contexto, y qué tanto se asemeja al referente del lugar de origen dependerá de las experiencias del hogar establecidas en las prácticas que realizan para habitar el espacio.

Por consiguiente, las prácticas que devienen de la cultura gastronómica y las personas con las que se comparte la elaboración y el consumo de estas preparaciones hacen posible que la Venezuela del pasado y los recuerdos vengan al presente a través de las interacciones. El carácter distintivo del lugar se encarna en las personas que representan los valores y creencias con los que se siente identificación, razón por la cual el deseo de volver a lo tradicional o la satisfacción de volver a los recuerdos se comprende como algo que comparten todas las personas que migran. En este caso el catalizador que promueve la transformación narrativa sobre los significados atribuidos al lugar es el deseo de querer enaltecer de forma amplia la cultura venezolana y particularmente su gastronomía.

Las nociones alrededor el hogar como un tipo de asentamiento específico, que cumpla con determinadas características para entenderse como lo suficientemente bueno también están vinculadas a la idea de identidad de asentamiento usada para referirse a un fenómeno similar, describiendo la identificación de las personas no con lugares concretos, sino con categorías de lugares. Los recuerdos relacionados con lugares, sobre todo los que se refieren a lugares de la infancia, son una fuente importante de identidad personal. De modo que la construcción de esta identidad es fundamental para restablecer el sentido de continuidad del vínculo tanto a nivel individual como grupal en un mundo móvil, a través de elementos como la memoria de la historia familiar se puede lograr un sentido de continuidad entre el pasado y el presente lo que permite adaptarse mejor al nuevo entorno así la continuidad percibida en el sí mismo contribuye en la continuidad del vínculo con el lugar (Lewicka, 2020).

En el caso de que se cumpla con determinadas características las concepciones alrededor el hogar como un tipo de asentamiento específico, el cual puede entenderse como lo suficientemente bueno para ser reconocido como propio y desarrollar la vida allí, alude a las posibilidades que se encuentran en la movilidad de darle continuidad al vínculo con el lugar de

origen en un nuevo lugar. En ese sentido, Lewicka (2020) propone que las personas pueden recurrir a diferentes medidas para restaurar la continuidad rota. En primer lugar, pueden elegir lugares que coincidan con su autoconcepto en donde se resalten valores y creencias ya integrados en la propia identidad. En segundo lugar, pueden usar recuerdos nostálgicos para construir un puente entre el pasado y el presente y finalmente, pueden enfocarse en la historia del nuevo lugar y así aumentar su sentido de continuidad personal con el nuevo lugar.

Tuan (2007) denomina a este vínculo emocional de significados entre las personas y los lugares a través del concepto de topofilia que puede definirse con amplitud para incluir todos los vínculos afectivos del ser humano con el entorno material. Estos lazos difieren mucho en intensidad, sutileza y modo de expresión. Las reacciones con el entorno pueden ser principalmente estéticas, hay varias razones para este apego. Se entiende la concepción de lugar a partir de las pertenencias como una extensión de la personalidad y en cuanto se priva de ellas disminuye subjetivamente el valor que se percibe de sí mismo como ser humano. También, se señala como la conciencia del pasado es un elemento importante del amor al terruño o la percepción de patriotismo como significado de amor a la tierra patria o suelo natal. La topofilia puede ser entendida como una exploración de cómo las personas desarrollan y mantienen afectos hacia los lugares a través de la percepción, la experiencia y la cultura, contribuyendo así a su identidad y sentido de pertenencia.

Entre las vías de continuidad del vínculo con el lugar anteriormente propuestas se hace hincapié en el modo en el que los recuerdos autobiográficos asociados con los lugares de residencia anteriores pueden utilizarse como medio de adaptación a los nuevos lugares y por tanto pueden ayudar a las personas que se desplazan a desarrollar vínculos de apego con estos nuevos lugares a través de funciones psicológicas como la nostalgia expuesta en este caso a través de la necesidad de consumir y elaborar recetas tradicionales de la cocina de Venezuela. Esta nostalgia es entendida no como un anhelo sentimental de lo que ya no está presente sino más bien como un recurso psicológico que se utiliza espontáneamente para restaurar la continuidad interrumpida por grandes cambios vitales o acontecimientos traumáticos ayudando a recomponer las piezas rotas; construye un puente entre el pasado y el presente y refuerza los vínculos sociales con el nuevo lugar de residencia es una situación en la que el lugar se percibe a través de la historia.

Esto no quiere decir que el movimiento no pueda ser vivido como una pérdida de las personas y los entornos familiares generando cierto grado de malestar emocional, que va desde la molestia momentánea hasta la tristeza, el arrepentimiento, la preocupación, la depresión, la ira, el miedo o la pena. Esta experiencia puede conducir a una angustia psicológica significativa, desde donde se entiende el desarraigo como un proceso de desconexión con un lugar significativo, ya que el vínculo con el lugar se refiere a la conexión emocional y simbólica que las personas tienen con su entorno físico, la pérdida de este puede conducir a sentimientos de alienación o inseguridad (Fullilove, 1996).

Razón por la cual no debe desconocerse que estos sentimientos pueden o no ser elementos agravantes de problemas de salud mental, especialmente en individuos que han desarrollado fuertes conexiones emocionales con su entorno. Estas experiencias de desarraigo también pueden producir una desintegración del lazo social que ocurre cuando las redes sociales y las comunidades son fragmentadas debido al desplazamiento, dicha ruptura puede llevar al sentimiento de pérdida de la identidad afectando la autopercepción y el sentido de pertenencia. Según la autora, estos efectos pueden ser profundos y duraderos, afectando no solo a la generación directamente desplazada, sino también a las generaciones futuras que crecen sin una conexión clara a un lugar.

A Partir de esta perspectiva, la psicología del lugar destaca el supuesto de que los individuos luchan por tener un sentido de pertenencia a un lugar, esta experiencia se vincula a través de tres procesos psicológicos clave: el apego que es un vínculo de cuidado mutuo entre una persona y un lugar amado, la familiaridad que se refiere a los procesos mediante los cuales las personas desarrollan un conocimiento cognitivo detallado de su entorno que es una fuente de tranquilidad y la identidad de lugar tiene que ver con la extracción de un sentido de sí mismo basado en los lugares en los que uno pasa su vida. El desplazamiento rompe con estas conexiones emocionales y pueden surgir problemas como la desorientación ya que un entorno desconocido puede provocar respuestas de lucha o huida; la nostalgia que se desarrolla a partir de los sentimientos de tristeza y anhelo asociados a la pérdida del lugar y la alienación resultantes pueden socavar el sentido de pertenencia y la salud mental (Fullilove, 1996).

Según Fullilove (1996) el centro de la experiencia del desplazamiento es la sensación de que no se tiene un lugar en donde estar. La reconstitución del orden depende del restablecimiento de un hábitat que promueva la salud y de la afirmación del sentido de pertenencia de cada

persona a ese lugar. Algunos criterios para desarrollar esta idea son: los individuos requieren un entorno "suficientemente bueno" en el que vivir, la gente se siente asentada en su hogar, barrio y región, las personas contribuyen al cuidado de lo personal y la gente conoce a sus vecinos e interactúa con ellos para resolver problemas comunitarios. Entender la importancia del entorno físico y social en la salud mental de las personas desplazadas, las implicaciones psiquiátricas del desplazamiento y aplicar intervenciones basadas en el lugar puede ser crucial para apoyar la recuperación y el bienestar de los individuos afectados.

Es fundamental que las políticas y programas destinados a poblaciones desplazadas consideren estas dimensiones para fomentar una recuperación integral y sostenible ya que las lógicas de la contemporaneidad les han impuesto a estas personas pertenecientes a la categoría social de migrante unas formas de relacionamiento con el nuevo entorno que buscan supuestos procesos de adaptación que terminan por establecer modos de medicalización de la existencia. Desde estos la vida cotidiana de los sujetos migrantes se convierte en un objeto de estudio de múltiples saberes que respaldados por la idea de mejorar los procesos individuales empiezan se toman las atribuciones para intervenir ya sea en vía de proyectos estatales u organizaciones comunitarias para categorizar las respuestas normales de una situación compleja y disruptiva como patológicas. Estos mecanismos de normalización introducen dentro de la sociedad un imaginario estereotipado lo que hace un "buen migrante" las formas socialmente aceptadas de la expresión del sufrimiento, de las manifestaciones de la conducta y la adecuación al contexto a través del mercado local y los vínculos sociales (Attak, 2004).

Al ser objetos de un saber que les instrumentaliza como parte del sistema de producción y ordena modos de la existencia disciplinarios dentro de la sociedad, intervenidos a través de instituciones estatales para, de esa forma, asegurar unas lógicas de la positividad en donde se niega completamente la condición de vulnerabilidad intrínseca al ser humano (Feito, 2007). Se instaura así un paradigma histórico que ha marcado la conducta de los sujetos migrantes y el surgimiento de figuras de gobierno orientadas al control y al escrutinio permanente la conducta de los otros y de sí mismos bajo la idea de proporcionar acompañamiento estatal (Caponi, 2011; Foucault, 1978).

En consecuencia, se propone un entendimiento de las prácticas alrededor de la cocina tradicional que se conectan con la memoria que establece la identidad de lo venezolano como una forma de proyección de los afectos asociados al lugar de procedencia. Es decir que realizar o

enseñar el arte de la panadería es compartir algo de la pequeña Venezuela que se ha constituido desde el imaginario con los elementos valorados como significativos de dicho entorno y en esa medida el mantenimiento de los sabores puede entenderse como una forma de cuidado de la tradición que de manera expandida implica un cuidado de los otros que permite a su vez un cuidado de sí mismo. Foucault (2005) describe el cuidado de sí mismo como una práctica ética que implica el autoconocimiento y la disciplina personal. Las relaciones consigo mismo y con los otros implican una analogía con el cuidado, desde una perspectiva estética de la existencia el cuidado de sí es volver la mirada hacia sí mismo, vigilarse, ser dueño de sí, sanarse, dedicar la vida a cuidar de sí y formarse a lo largo de la vida; en ese sentido cuidar del alma es procurar los placeres naturales, cuidar de la carne y regular las pasiones más no anularlas.

De modo que el placer de alimentar está en una lógica del mantenimiento de la salud, se trata de la elaboración de una práctica que es a la vez estética, simbólica, que permite la formación y el aprendizaje para cultivar nuevas potencialidades del propio ser y se configura en últimas como una práctica compartida; así, el mantenimiento de sabores y tradiciones podría interpretarse como una forma de resistir la homogeneización cultural y la pérdida de identidad. Al mantener los sabores tradicionales, las personas practican una forma de cuidado de sí que es a la vez una iniciativa de resistencia para preservar la identidad cultural.

9 Conclusiones

Según lo recopilado en los datos de la investigación, a modo de conclusiones se presumen tres vías de resultados en concordancia con los objetivos específicos planteados para la investigación y los elementos más representativos resaltados a través de la discusión. La primera de ellas corresponde a lo referente a trayectorias migratorias, la concepción del tipo de migración y las relaciones entre los distintos lugares de acogida y el lugar de origen. En ese sentido se enmarcan los significados del proceso migratorio a través de las concepciones de migrar como una elección que si bien se presume voluntaria implica necesariamente una lectura más profunda sobre las razones que impulsan a las personas a dejar sus lugares de origen y las lecturas que hacen de dicho entorno como capaz de contener tanto afectos positivos como negativos que interpelan distintas condiciones de precarización que imponían una desesperación por salvaguardar condiciones materiales mínimas para vivir una vida que se considere digna tanto para sí mismos como para los otros cercanos.

Estas categorías emergentes del análisis dan cuenta de que las prácticas de la cocina tradicional desarrolladas alrededor de la panadería tenían la intención de mantener la continuidad del vínculo para sentirse más cerca o conectados a su lugar de origen, de modo que migrar se convierte en la posibilidad de un buscar en la cocina algo que transporta de nuevo a Venezuela. Aquellos elementos significativos de Venezuela configuran unas dinámicas particulares catalizadas a través de la cocina y articuladoras de la identidad, que constituyen una estrategia para convertir los nuevos espacios que se habitan en propios ya que median ciertas formas de la interacción social que generan vínculos y enlaces para reconectar con aquellas raíces traídas en la propia historia y converger con otros alrededor de lo venezolano.

Finalmente, dentro de este caso, debido a las condiciones particulares de los flujos migratorios entre Colombia y Venezuela, la migración es entendida como un fenómeno masivo, esto le da una percepción a los migrantes de colectivo. Esta construcción de identidad grupal les ofrece significados alrededor de la concepción de pueblo que permite diferentes posibilidades de adaptación basados en el apoyo percibido por parte de otros que comparten la misma condición. Sin embargo, esto también permite dar cuenta de manera más clara de la separación existente entre las personas que migran y quienes habitan el nuevo lugar, debido a que existen juicios de valor a partir del desconocimiento que dan cuenta de la notable falta de interés por comprender

las diferentes experiencias, dificultades y expectativas que transversalizan las necesidades de las personas que migran.

En una segunda vía, se analizaron los vínculos socioespaciales tanto con el lugar de origen como con los lugares de acogida entendidos como residencias de carácter transitorio o permanente, estas relaciones que quienes migran establecen con los distintos lugares que habitan se entienden a través de varias nociones claves. Entre ellas, el apego al lugar y las posibilidades de convertir los entornos que se habitan desde desplazamiento en espacios valorados y significativos a los que se les otorgan sentimientos, valores y características de la propia identidad transportandolos a través del imaginario que se tiene del lugar de origen. En ese sentido la idea de teletransportarse o moverse hacia el lugar de origen se vincula con las prácticas de la cocina, ya que estas señalan la distancia simbólica de Colombia a Venezuela y su influencia en la experiencia de apego al lugar, de modo que seguir en movimiento explorando nuevos es viable debido a se cree posible el llevarse consigo aquello que representa la conexión con el lugar propio a través de sabores, olores, personas y los valores que lo representan.

Estos cambios en el vínculo con el lugar están mediados por las nuevas experiencias e interacciones vividas en el nuevo lugar, de modo que desde la cocina es posible reconfigurar el recuerdo y en ese sentido la panadería se entiende como un arte que se comparte con otros y a través de dichas interacciones enriquece la vida de múltiples maneras, ofreciendo un medio para la expresión personal y emocional, el crecimiento en habilidades, la conexión social y la apreciación cultural de modo que sea posible construir condiciones básicas para una vida digna en un nuevo espacio como una entidad ordenadora de la vida cotidiana: de las prácticas cotidianas significativas, de las relaciones con otros, de los afectos conectados al saber hacer y a la tradición culinaria del lugar de origen. Estas nuevas formas de vida implican una apropiación del espacio que permite evocar recuerdos a través de sabores y olores que se comparten con otros generando una actualización de experiencias afectivas significativas. Los afectos que se sienten a través de estas prácticas logran transmitir mensajes que el lenguaje oral o escrito no alcanza a contener y esta experiencia para quienes comparten la misma cultura puede contener emociones, pasión, costumbres o recuerdos, e incluso puede haber espacios de transmisión con otros que no comparten la misma cultura en donde se exploren contenidos distintos.

Lo anterior no quiere decir que en este proceso no se reconozcan las dificultades del entorno para hacer la elección de vivir en sintonía con una identidad cultural, ya que el contexto

del migrante en los territorios de acogida sigue estando permeado por dificultades económicas, de rechazo social y precarización de las condiciones de vida básicas en salud, educación, vivienda, etc. Las posibilidades de generar mezclas culturales entre distintas identidades que habitan un mismo lugar suponen la elección de aquello que se considere innegociable para hacer un nuevo lugar. Se pudo ver de manera más explícita el lugar de cocina en cuanto conjunto de prácticas, vínculos con otros y recuerdos que como una proyección de identidad generan espacios particulares que permite que sea posible construir una casa, en tanto el nuevo lugar que se habita se convirtió en un espacio de encuentro con las tradiciones gastronómicas.

Finalmente, se pueden enunciar distintas formas de mantenimiento del vínculo con el lugar de origen en relación la construcción de un nuevo lugar feliz y las cualidades y significados que le dan a las prácticas de la cocina de origen las personas participantes. En ese sentido diversos elementos en relación al arte de la panadería permiten estrategias de cuidado tanto para los otros que comparten la misma condición como para sí mismos, este bienestar fomenta la construcción de una identidad cultural capaz de interpelar atribuciones negativas del propio ser y mantener una continuidad de la propia historia partir de diferentes trabajos de memoria la posibilidad de experimentar cómo los migrantes se sienten conectados con las cosas buenas de su lugar de origen, debido a la construcción que realizan de la propia identidad, los recuerdos, la familiaridad, el significado y el bienestar emocional que este proporciona.

El proceso de construir un nuevo hogar es la posibilidad de sentirse orgulloso de lo propio para cumplir con el deseo o la necesidad de volver a lo tradicional, a los recuerdos y compartirlos para generar nuevos significados de ellos en conjunto con las demás personas del entorno cercano ya que este movimiento no sería posible sin el reconocimiento que pueden brindar ellos porque falta de interés o un juicio desde el desconocimiento no sólo negaría la identidad de quienes migran sino que también reforzará los estereotipos estigmatizantes y no permitiría la integración de las cosas positivas y negativas de Venezuela además de la generación de nuevas prácticas, interacciones y significados.

El apego al lugar no está solo directamente relacionado con el tiempo determinado en que se habita un espacio fijo sino también por lo que se transmite en proceso de socialización fuera de ese espacio catalogado como valorado o significativo, es decir que son los otros en su experiencia quien a través de la cocina como vehículo de la memoria construyen una identidad colectiva de lo que es ser migrante y ser venezolano. Vale la pena indagar qué tanto se puede hacer un uso el

apego al lugar como una herramienta que posibilite la supervivencia en la contemporaneidad en donde los imperativos de productividad sigan la experiencia subjetiva y el estado no brinda el mínimo de garantías en términos de acompañamiento institucional en salud, educación, vivienda para vivir con dignidad - de recursos que ayudan a echar raíces en un nuevo lugar.

10 Recomendaciones

Se considera de vital importancia para futuros estudios poder enlazar aquellos referentes simbólicos propios de nuestra cultura con las prácticas elaboradas desde la cotidianidad que realizan desde iniciativas mancomunadas de diferentes poblaciones para resignificar el arraigo a los lugares. Desde esta perspectiva se busca resaltar una cosmogonía del mundo social por fuera de aquellas perspectivas teóricas occidentalizadas que han sido ampliamente aplicadas en la academia y la política y que se construyen a partir de una hegemonía conceptual que tiende a universalizar conceptos que pueden no ser aplicables a todas las culturas y contextos. Al romper con este paradigma se busca una comprensión de los espacios que están en disputa por múltiples factores como violencias sociopolíticas y desigualdades económicas que coexisten con un sistema capitalista que perpetúa las desigualdades, en donde predominan tendencias occidentalizadas; para hacer una lectura de los fenómenos sociales es indispensable que diversos profesionales en ciencias sociales se interesen por hacer un reconocimiento de dichas experiencias que permita darle voz a las historias de quienes experimentan procesos como la migración.

A partir de esta lectura se destacan elementos significativos que determinan las narrativas de los participantes y que deberían ser fenómenos de interés para futuros estudios. En primer lugar se cuestiona la identidad que se constituye cuando se migra a través de distintas categorías sociales como migrar siendo mujer, madre o siendo un niño, se presume que existen muchas particularidades en la experiencia de construcción de la identidad que se sostienen a través de los recuerdos de unas formas particulares de existir en el mundo lo que lleva a pensar en las implicaciones de sentirse o no identificado dentro de una categoría social tan compleja como es el ser migrante en casos donde aun cuando no existen dentro de las vivencias personales muchas memorias del tiempo vívido en el lugar de origen o a partir de la identificación de necesidades atribuidas a ciertos roles del cuidado.

En segundo lugar, se pudo apreciar de manera subyacente la importancia de hacer una lectura que esté en consonancia con las lógicas de relacionamiento que establece la modernidad con la tecnología, entender la movilidad y su relación con los espacios virtuales puede insertar una amplia gama de posibilidades de interacción y construcción de significados alrededor de la identidad, la memoria y la construcción de espacios significativos en la experiencia de apego al lugar. Teniendo todo esto en cuenta, parece que el futuro de los estudios que relacionan el apego

al lugar con la movilidad quizá debería centrarse también en los efectos de la exposición a otros productos del mundo globalizado y móvil y no solo en los efectos del desplazamiento físico.

Además, para aportar a una perspectiva dialógica en conjunto con quienes experimentan en nuestro contexto procesos de reasentamiento, se propone una ampliación de los horizontes metodológicos que se nutra de la convergencia existente entre los diferentes métodos de y las propuestas de investigación que surgen en las ciencias sociales y humanas, de modo que se logre mayor profundidad y riqueza de los datos para capturar la profundidad de las experiencias humanas, proporcionando una comprensión más rica y matizada de los fenómenos estudiados. El uso de técnicas como fotovoz, cartografías sensoriales, historias de vida y grupos de discusión permite obtener narrativas detalladas que revelan las perspectivas y significados personales de los participantes y dan cuenta de la flexibilidad y adaptabilidad necesarias para innovar en los diseños metodológicos dependiendo de los distintos contextos culturales, sociales y situacionales, lo que es crucial en las ciencias sociales.

Lo anterior se sugiere con el objetivo de pensar intervenciones alrededor de la reconstrucción de redes sociales y comunitarias para generar espacios que fomenten la interacción social y la cohesión comunitaria de modo que se puedan gestar propuestas de políticas públicas. Desde la inclusión y participación para el empoderamiento de los participantes, dándoles una voz activa en el proceso de investigación y permitiendo el desarrollo de teorías fundamentadas en los datos, lo que puede llevar a nuevas comprensiones y conceptualizaciones en las ciencias sociales desde una reflexión crítica y ética que permita la interdisciplinariedad, lo que puede llevar a descubrimientos y soluciones más holísticas.

Referencias

- Achotegui, J. (2009). Migración y salud mental. El síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (síndrome de Ulises). *Zerbitzuan*, 46(163), 163-171. <https://tinyurl.com/42sm22nc>
- Achotegui, J. (2012). Emigrar hoy en situaciones extremas. El síndrome de Ulises. *Aloma: revista de psicología, ciències de l'educació i de l'esport Blanquerna*, 30(2), 79-86. <https://tinyurl.com/2sam752y>
- Alfaro, R. S., Tavira, N. B., & Salas, V. M. (2017). La decisión de migrar: el caso de los migrantes mexicanos. *Ánfora*, 24(43), 39-69. <https://tinyurl.com/dvdeky5z>
- Altman, I., & Low, S. M. (1992). Place attachment: A conceptual inquiry. In *Place attachment* (pp. 1–12). New York: Plenum Press.
- Álvarez, O. A. (2011). Aproximaciones a una psicología de la exclusión. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 2(1), 66-73. <https://tinyurl.com/23h88w7b>
- Attak, K. (2004). *Speaking of autonomy of migration... Racism and struggles of migration*. <https://tinyurl.com/5pmertue>
- Ariza, M. (2015). *Métodos cualitativos y su aplicación empírica: por los caminos de la investigación sobre migración internacional*. Universidad Nacional Autónoma de México, Instituto de Investigaciones Sociales; Dirección General de Asuntos del Personal Académico; El Colegio de la Frontera Norte AC <https://tinyurl.com/y37tne4z>
- Balza, R. (2009). Del golpe de estado al Socialismo Bolivariano: “primer período de transición del comunismo o de la construcción del socialismo”. *Revista sobre Relaciones Industriales y Laborales*, (45). <https://tinyurl.com/cmsy3d5w>
- Berry, J. W., Phinney, J. S., Sam, D. L., & Vedder, P. (2006). Immigrant youth: Acculturation, identity, and adaptation. *Applied psychology*, 55(3), 303-332. <https://tinyurl.com/4cj7j3ku>
- Bertaux, D. (1997). *Les récits de vie*. París: Nathan Université.
- Berroeta, H., Ramoneda, Á., Rodríguez, V., Di Masso, A., & Vidal, T. (2015). Apego de lugar, identidad de lugar, sentido de comunidad y participación cívica en personas desplazadas de la ciudad de Chaitén. *Magallania (Punta Arenas)*, 43(3), 51-63. <https://tinyurl.com/4en7kmf8>
- Berroeta, H., & Carvalho, L. P. D. (2020). La Psicología Ambiental-Comunitaria en el estudio de los desastres: la importancia de los vínculos socioespaciales. *Psykhe (Santiago)*, 29(1), 1-16. <https://tinyurl.com/ffhpb78t>
- Boccagni, P. (2017). A new lens on the migration-home nexus. *Migration and the Search for Home: Mapping Domestic Space in Migrants' Everyday Lives*, 1-28.
- Bortnowska, K., & Alberton, A. (2015). Comida local y memoria gustativa: El Tirolerfest de Treze Tílias (Brasil). *Estudios y perspectivas en turismo*, 24(3), 736-754. <https://tinyurl.com/2wsh4x7b>

- Blanco, C. (2000). Las migraciones contemporáneas. *Papers. Revista de Sociologia*, 65, 191-193. <https://tinyurl.com/2fv52cuk>
- Blumer, H. (1982). Blumer, H. (1982). El interaccionismo simbólico. Perspectivas y métodos. Barcelona: Hora.
- Caponi, S. (2011). Para una genealogía de la psiquiatría ampliada. *Cadernos Brasileiros de Saúde Mental/Brazilian Journal of Mental Health*, 3(6), 106-125.
- Canales Urriola, J., & Azócar Weisser, J. (2022). Representaciones urbanas y estrategias de integración socio-espacial de migrantes internacionales en Temuco, Chile. *Revista INVI*, 37(105), 204-225. <https://tinyurl.com/49bdphkd>
- Castro, M., & Fabron, G. (2018). Saberes y prácticas alimentarias: familias migrantes entre tierras altas y bajas en Argentina. *Estudios sociales (Hermosillo, Son.)*, 28(51), 01-33. <https://tinyurl.com/mrx64s7p>
- Comisión para el esclarecimiento de la verdad (2022). Informe Final de la Comisión para el Esclarecimiento de la Verdad, la Convivencia y la No Repetición. Volumen Testimonial. <https://tinyurl.com/5a6ps2c4>
- Consuegra, N. (2010). Diccionario de psicología. <https://tinyurl.com/5xmptas9>
- Congreso de la República (2006). Ley 1090 de 2006. <https://tinyurl.com/yhmwfajr>
- Corbin, J., & Strauss, A. (2002). Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamental. Editorial Universidad de Antioquia.
- Corção, M. (2007). Memória gustativa e identidades: de Proust à cozinha contemporânea. *XXIV Simpósio Nacional de História SNH*, 24, 536-536. <https://tinyurl.com/27hyrb6>
- Chevez, J. S. (2012). Los Efectos Psicológicos de la Migración Parental sobre la Autoestima de los Adolescentes en Zonas de Alta Tradición Migratoria. *Revista electrónica en Ciencias Sociales y Humanidades Apoyadas por*, 1(2), 71-126. <https://tinyurl.com/2yfef6ap>
- Carvalho, L., & Cornejo, M. (2018). Por una aproximación crítica al apego al lugar: una revisión en contextos de vulneración del derecho a una vivienda adecuada. *Athenea digital: revista de pensamiento e investigación social*, 18(3), 0004. <https://tinyurl.com/2s386zp2>
- Díaz, V., & Molina, A. (2016). El destierro y sus duelos: la reconstrucción de la vida tras el desplazamiento forzado. *Medellín: Editorial Universidad de Antioquia*.
- Duhart, F. (2002). Comedo ergo sum. Reflexiones sobre la identidad cultural alimentaria. *Gazeta de Antropología*, 18, Artículo 15. <https://tinyurl.com/5n6pab8c>
- Echeverry Hernández, A. A. (2017). Análisis de la migración venezolana a Colombia durante el gobierno de Hugo Chávez (1999-2011). Identificación de capital social y compensación económica. <https://tinyurl.com/y7jxwae7>
- Elias, N. (2003). Ensayo acerca de las relaciones entre establecidos y forasteros. *reis*, (104), 219-251. <https://tinyurl.com/2e7h6b2k>
- Fradet, L. (2006). Guide de la méthode photovoix.

- Ferrarotti, F. (1991). La historia y lo cotidiano. In *La historia y lo cotidiano* (pp. 172-172).
- Feito, L. (2007). Vulnerabilidad. In *Anales del sistema sanitario de Navarra* (Vol. 30, pp. 07-22). Gobierno de Navarra. Departamento de Salud. <https://tinyurl.com/ybsn38d2>
- Freitez, A. (2011). La emigración desde Venezuela durante la última década. *Revista temas de coyuntura*, (63). <https://tinyurl.com/msh7n43b>
- Foucault, M. (1976). La crisis de la medicina o la crisis de la antimedicina. *Educación médica y salud*, 10(2), 152-170.
- Foucault, M. (2005). *La hermenéutica del sujeto/The Hermeneutics of the Subject: Cursos Del College De France, 1981-1982/Lectures at the College De France, 1981-1982* (Vol. 237). Ediciones Akal.
- Fullilove, M. T. (1996). Psychiatric implications of displacement: Contributions from the psychology of place. *American journal of psychiatry*, 153, 12.
- González González, G. (2017). Diferencias en el apego al lugar, identidad al lugar y bienestar, según la participación local de habitantes del pueblo de Las Mercedes. <https://tinyurl.com/46cfwy9k>
- Gómez, M. (2021). *Consecuencias de la migración forzada, Amnistía Internacional Venezuela*. <https://tinyurl.com/ykkbh8mj>
- Gómez Walteros, J. A. (2010). La migración internacional: teorías y enfoques, una mirada actual. *Semestre económico*, 13(26), 81-99. <https://tinyurl.com/399v4ant>
- Guataquí, J. C., García-Suaza, A., Ospina Cartagena, C., Londoño Aguirre, D., Rodríguez Lesmes, P., & Baquero, J. P. (2017). Características de los migrantes de Venezuela a Colombia. Informe, 3, Observatorio Laboral de la Universidad del Rosario, 1-9. <https://tinyurl.com/2f3rn4zv>
- Gutiérrez, J. M., Borré, J. R., Montero, R. A., & Mendoza, X. F. B. (2020). Migración: Contexto, impacto y desafío. Una reflexión teórica. *Revista de Ciencias Sociales*, 26(2), 299-313. <https://tinyurl.com/37mtxa8x>
- Guerrero, L. M. (2001). La entrevista en el método cualitativo. Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Chile.
- Grande, L. F. (2011). Fundamentos de bioética, de Diego Gracia. *Bioética & debat: tribuna abierta del Institut Borja de Bioètica*, 17(64), 8-11. <https://tinyurl.com/bdeus3a3>
- Haba, J. P. (2011). El mundo en movimiento. Migración internacional y globalización. *Cuadernos de geografía*, (90), 187-210. <https://tinyurl.com/2uxarp74>
- Hernández Sampieri, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación (6^o Ed.). McGraw Hill Interamericana.
- Hidalgo, M. C. (1998). Apego al lugar: ámbitos, dimensiones y estilos (Tesis doctoral). Universidad de La Laguna, Facultad de Psicología, España. <https://tinyurl.com/muraura3>

- Halbwachs, M. (2004). Capítulo 3 "La memoria colectiva y el tiempo" trabajaremos: la fecha como marco del recuerdo. En Halbwachs, M. (2004). *Los marcos sociales de la memoria*. (pp. 99-100) Anthropos editorial.
- Inglés, E. P. (2011). La emigración venezolana rumbo a España: características socio-demográficas e inserción laboral de una migración latinoamericana en tiempos de crisis. *Revista temas de coyuntura*, (63). <https://tinyurl.com/ekhv7h>
- Informe de Belmont. (1978). Principios éticos y directrices para la protección de sujetos humanos de investigación. Estados Unidos de Norteamérica: Reporte de la Comisión Nacional para la Protección de Sujetos Humanos de Investigación Biomédica y de Comportamiento. <https://tinyurl.com/4st8ypas>
- Izcara Palacios, S. P. (2014). *Manual de investigación cualitativa*. Fontamara. <https://tinyurl.com/3j3bcb5u>
- Jelin, E. (2001). ¿De qué hablamos cuando hablamos de memorias? Los trabajos de la memoria, 17-38. <https://tinyurl.com/mwn3kp6r>
- Jiménez-Domínguez, B. (2000). Investigación cualitativa y psicología social crítica. *Contra la lógica binaria y la ilusión de la pureza. Investigación cualitativa en Salud*.
- Jiménez, G. (1997). Materiales para una teoría de las identidades sociales. *Frontera norte*, 9(18), 9-28. <https://tinyurl.com/yc2m463j>
- Jurado, D., Alarcón, R. D., Martínez-Ortega, J. M., Mendieta-Marichal, Y., Gutiérrez-Rojas, L., & Gurpegui, M. (2017). Factores asociados a malestar psicológico o trastornos mentales comunes en poblaciones migrantes a lo largo del mundo. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*, 10(1), 45-58. <https://tinyurl.com/49ehumw5>
- León Moreno, L. (2019). Una etnografía visual sobre la nostalgia del paladar. *Religación: Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(13), 46-58. <https://tinyurl.com/3n46ethf>
- Lewicka, M. (2011). Place attachment: How far have we come in the last 40 years? *Journal of environmental psychology*, 31(3), 207-230. <https://tinyurl.com/yse8c85t>
- Lewicka, M. (2020). In search of roots: Restoring continuity in a mobile world. In *Place*
- Navarro Carrascal, O. (2013). Psicología social y medio ambiente. Reflexiones y perspectivas. *Revista Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades, SOCIOTAM*, 23(1-2), 177-197. <https://tinyurl.com/3ztxh927>
- Navarro-Lashayas, M. A. (2014). Sufrimiento psicológico y malestar emocional en las personas migrantes sin hogar. *Revista de la asociación española de neuropsiquiatría*, 34(124), 711-723. <https://tinyurl.com/bdcdu6p>
- Nina-Estrella, R. V. (2018). Procesos psicológicos de la migración: aculturación, estrés y resiliencia. *Boletín Científico Sapiens Research*, 8(2), 29-37. <https://tinyurl.com/5852ftw6>
- Mallimaci, F., & Giménez Béliveau, V. (2006). Historia de vida y métodos biográficos. *Estrategias de investigación cualitativa*, 1, 23-60.

- Martínez Miguélez, M. (2002). La etnometodología y el interaccionismo simbólico: sus aspectos metodológicos específicos. <https://tinyurl.com/2s4c7mp4>
- Maciel, M. E. (2001). Cultura e alimentação ou o que têm a ver os macaquinhos de Koshima com Brillat-Savarin?. *Horizontes antropológicos. Porto Alegre. Vol. 7, n. 16 (dez. 2001), p. 145-156.* <https://doi.org/10.1590/S0104-71832001000200008>
- Meléndez Torres, J. M., & Cañez De la Fuente, G. M. (2009). La cocina tradicional regional como un elemento de identidad y desarrollo local: el caso de San Pedro El Saucito, Sonora, México. *Estudios Sociales (Hermosillo, Son.), 17(SPE), 181-204.* <https://tinyurl.com/yphbujjv>
- Mejías Cubero, R. (2014). Apego al lugar. *REVISTARQUIS, 3(2).* <https://tinyurl.com/544puydu>
- Ministerio de salud y protección social. (1993). Resolución número 8430 de 1993. *Ministerio de salud y protección social.* <https://tinyurl.com/3vy6h6ph>
- Mieles Barrera, M. D., Tonon, G., & Alvarado Salgado, S. V. (2012). Investigación cualitativa: el análisis temático para el tratamiento de la información desde el enfoque de la fenomenología social. *Universitas humanística, (74), 195-225.* <https://tinyurl.com/mpt4b2td>
- Moser, G. (2014). *Psicología ambiental: aspectos de las relaciones individuo-medioambiente.* Ecoe Ediciones.
- Mondragón Barrios, L. (2007). Ética de la investigación psicosocial. *Salud mental, 30(6), 25-31.*
- Molina Jaramillo, A. N. (2022). Lugares apropiados: apropiación del espacio rural en un caso de retorno tras desplazamiento forzado en Colombia. <https://tinyurl.com/2vbce3by>
- Muller, S. G., & Fialho, F. A. P. (2011). A preservação dos saberes, sabores e fazeres da gastronomia tradicional no Brasil. *Travessias, 5(1), 176-189.* <https://tinyurl.com/2u9puhuw>
- Organización Internacional para las Migraciones. [OIM]. (2012) Pautas para mejorar el bienestar psicosocial de las poblaciones migrantes y en situación vulnerable. <https://tinyurl.com/ye2x59t3>
- Organización Internacional para las Migraciones. [OIM]. (2018). Plan de acción regional. Migración venezolana. Buenos Aires, Argentina: OIM.
- Organización Internacional para las Migraciones. [OIM]. (2019). *Glosario de la OIM sobre migración.* <https://tinyurl.com/3ftjm26k>
- Organización Internacional para las Migraciones. [OIM]. (2022). *Informe sobre las migraciones en el mundo.* <https://tinyurl.com/msm8zp3n>
- Pascua, M. R. (2015). Alimentando la vida frente al desplazamiento forzado: memoria y cocina como propuestas de paz. *Revista Eleuthera, 12, 112-130.* <https://tinyurl.com/bdz3vs87>
- Pacheco, A. M., LuccaIrizarry, N., & Wapner, S. (1984). El estudio de la migración: retos para la psicología social y la psicología ambiental. *Revista Latinoamericana de Psicología, 16(2), 253-276.* <https://tinyurl.com/yuku238m>

- Peláez Bautista, V. Y., & Silva Duarte, Y. P. (2022). Afectaciones psicosociales generadas por el duelo migratorio a familias venezolanas residentes del barrio Santa Marta de la ciudad de Pamplona, Norte de Santander.
- Piper-Shafir, I., Fernández-Droguett, R., & Íñiguez-Rueda, L. (2013). Psicología social de la memoria: espacios y políticas del recuerdo. *Psyche (Santiago)*, 22(2), 19-31.
- Proshansky, H. M., Fabian, A. K., & Kaminoff, R. (1983). Place-identity: Physical world socialization of the self. *Journal of Environmental Psychology*, 3(1), 57-83. <https://tinyurl.com/2eanzcvn>
- Rey, L., Affodégon, W., Viens, I., Fathallah, H., & Arauz, M. J. (2020). El método foto voz. *Evaluación de las intervenciones sanitarias en salud global*. <https://tinyurl.com/y493j4ve>
- Rivera, C. A. R. (2020). Nostalgia del sabor venezolano: una apuesta para la construcción de memoria gustativa como pasaporte cultural de los migrantes del distrito de Pueblo Libre (Doctoral dissertation, Pontificia Universidad Católica del Perú (Peru)). <https://tinyurl.com/3u4e87rx>
- Ribas, C. V. (2018). La migración en Venezuela como dimensión de la crisis. *Pensamiento propio*, 47, 91-128. <https://tinyurl.com/bdh52wmy>
- Rizo, M. (2004). El interaccionismo simbólico y la Escuela de Palo Alto. Hacia un nuevo concepto de comunicación. *Portal de la Comunicación*. <https://tinyurl.com/384zvn7x>
- Robles, G. A. A., Camargo, F. N., & Cárdenas, L. A. B. (2022). La suspensión excepcional de la dignidad humana. Migración intrarregional sudamericana en clave de estigmatización. *Derecho Penal y Criminología*, 43(115), 73-110. <https://tinyurl.com/4zkw2fhm>
- Rolando, I. G. (2007). Fuga de venezolanos durante la Revolución Bolivariana (1998-2007). *Investigaciones Geográficas (Esp)*, (44), 187-198. <https://tinyurl.com/5955fz52>
- Santibáñez Romellón, J. (2004). Migración internacional. *DemoS*, (016). <https://tinyurl.com/4tdebdmu>
- Scannell, L., & Gifford, R. (2010). Defining place attachment: A tripartite organizing framework. *Journal of environmental psychology*, 30(1), 1-10. <https://tinyurl.com/ydhrwzpc>
- Taborda Burgo, J. C., Acosta Ortiz, A. M., & Garcia, M. C. (2021). Discriminación en silencio: percepciones de migrantes venezolanos sobre la discriminación en Colombia. *Desarrollo y Sociedad*, (89), 143-186. <https://tinyurl.com/bdhzadca>
- Todorov, T. (2009). Los abusos de la memoria. *Revista de Investigación y Crítica Estética, Cartaphilus*, 5, 200-203.
- Tuan, Y.-F. (2007). Capítulo ocho Topofilia y entorno. En Tuan, Y.-F. (2007). *Topofilia: Un estudio de las percepciones, actitudes y valores sobre el entorno* (F. Durán de Zapata, Trad.). (pp. 129 -154). Ediciones Universidad Central.
- Tubau, J. M. (2011). Principios de ética biomédica, de Tom L. Beauchamp y James F. Childress. *Bioética & debat: tribuna abierta del Institut Borja de Bioètica*, 17(64), 1-7. <https://tinyurl.com/3wy2v8kd>

- Trujillo, D. A. (2018). *Remesas: cocina regional y construcción de la identidad panamazónica en procesos de migración*. <https://tinyurl.com/47c5mwey>
- Vilar Peyrí, E., & Eibenschutz Hartman, C. (2007). Migración y salud mental: un problema emergente de salud pública. *Revista Gerencia y Políticas de Salud*, 6(13), 11-32. <https://tinyurl.com/mzc5mwm>
- Wang, C. C., & Burris, M. A. (1997). Fotovoz: Concepto, metodología y uso para la evaluación participativa de necesidades. *Educación para la salud y comportamiento*, 24(3), 369-387.

Anexos

Los siguientes anexos contienen documentos de interés para ampliar información complementaria relacionada con esta investigación.

Anexo 1. Protocolo de entrevista exploratoria

Protocolo de entrevista exploratoria: P.1

1. Encuadre (5 min)

Este será un encuentro breve la idea es poderle contar un poco acerca del propósito de esta investigación, conocer un poco sobre usted y que podamos hablar de forma abierta y honestamente, le aseguro que todo lo que hablemos en este y otros espacios es sumamente importancia para mí y por eso será completamente confidencial y en cualquier momento que desee podría desistir de continuar con estos encuentros es decir este proceso será completamente hasta donde usted quiera, en este sentido quisiera preguntarle si puedo tener su consentimiento para grabar esto es únicamente con el propósito de poder prestarle toda mi atención, no hay ningún problema si no le parece bien yo voy a estar tomando notas.

→ El hecho de proteger las recetas es sumamente entendible

2. Sobre la investigación (10 min)

3. Objetivos:

¿Me parece muy importante que desde la psicología pudiéramos explorar de qué modo entiende la experiencia de habitar un nuevo espacio y haber tenido que dejar su lugar de origen?

¿Cómo ha sido su relación con la cocina venezolana desde que reside en Colombia?

¿Cómo aparece la relación con Venezuela a través de la cocina?

4. Preguntas guía:

¿Cómo describiría su experiencia con la cocina tradicional venezolana?

¿Cuáles son los platos que más le recuerdan a su lugar de origen?

¿Puede contarme un poco acerca de la actividad de integración de emprendedores colombo venezolanos

¿Cree que alguna de estas personas esté interesada en conversar conmigo acerca de estos temas?

5. Cierre (5 min)

Quisiera agradecerle por su tiempo y su contribución.

Protocolo de entrevista exploratoria: P.2

1. Encuadre (5 min)

Este será un encuentro breve la idea es poderle contar un poco acerca del propósito de esta investigación, conocer un poco sobre usted y que podamos hablar de forma abierta y honestamente, le aseguro que todo lo que hablemos en este y otros espacios es sumamente importancia para mí y por eso será completamente confidencial y en cualquier momento que desee podría desistir de continuar con estos encuentros es decir este proceso será completamente hasta donde usted quiera, en este sentido quisiera preguntarle si puedo tener su consentimiento para grabar esto es únicamente con el propósito de poder prestarle toda mi atención, no hay ningún problema si no le parece bien yo voy a estar tomando notas.

2. Sobre la investigación (10 min)

3. Objetivos:

¿Me parece muy importante que desde la psicología pudiéramos explorar de qué modo entiende la experiencia de habitar un nuevo espacio y haber tenido que dejar su lugar de origen?

¿Cómo ha sido su relación con la cocina venezolana desde que reside en Colombia?

¿Cómo aparece la relación con Venezuela a través de la cocina?

4. Preguntas guía:

¿Cómo describiría su experiencia con la cocina tradicional venezolana?

¿Cuáles son los platos que más le recuerdan a su lugar de origen?

¿Puede contarme un poco acerca de cómo fue el proceso de aprendizaje a cocinar? recetas de su lugar de origen? / ¿si ya sabía cómo ha aprendido a cocinar estos platos?

¿Usted cocina algunos platos típicos de la cocina venezolana en otros espacios que no sean la panadería/ cocina algunas recetas por ejemplo en su casa?

5. Cierre: (5 min)

Quisiera agradecerle por su tiempo y su contribución.

Anexo 2 Protocolo de entrevista de profundización

Protocolo de entrevista de profundización: P.1

1. Encuadre (5 min)

La idea de este encuentro es poder conversar detalladamente sobre algunos temas puntuales que surgieron del análisis de nuestra primera conversación y que me parecieron sumamente importantes para los propósitos de esta investigación, quisiera recordarle que todo lo que hablemos en este espacio será completamente confidencial en ese sentido me gustaría preguntarle si está de acuerdo con que grabemos la entrevista únicamente con el propósito de poder prestarle toda mi atención y no omitir ningún detalle, en caso de que no, no se preocupe yo estaré tomando apuntes.

→ Consentimiento escrito

2. Objetivos:

- *Sobre el significado del lugar* (lo ambulatorio y lo fijó) → describir este nuevo lugar que habita cuales son los significados que lo rodean, ponerle palabras a ese lugar → *lo que nace en el lugar de acogida*
- *La necesidad de lo tradicional* → la pregunta por el lugar de la cocina en la experiencia de habitar un nuevo lugar desde la categoría de migrante → *el arte de la panadería* ¿Las recetas? → que le recuerda cómo se siente en qué piensa
- *El negocio como un niño* → ¿Sobre el ser orientado al cuidado? → transmitir un cuidado desde la alimentación
- *Redes sociales* → lo que transmite, porque lo comparte

3. Preguntas guía:

Me gustaría que comenzaremos hablando un poco acerca de la panadería:

- ¿Qué crees que te permite la panadería en ese proceso de rehacer tu vida aquí?
- ¿Cuándo te sientas y miras la panadería que sientes/piensas? / ¿Cómo te sientes cuando estás aquí?

- ¿Cómo ha evolucionado el lugar a lo largo del tiempo?
- ¿Cómo has adaptado ese espacio para que refleje tu identidad y experiencias pasadas?
- ¿Qué otros lugares son importantes para ti en este proceso? ¿Cuéntame qué hace a esos lugares significativos para ti?

Sabaneta o Colombia en general, casa, barrio, Sabaneta... El "aquí" en distintos niveles.

¿Anteriormente en nuestra primera entrevista hablamos acerca de cómo para las personas venezolanas que viven aquí en Colombia era muy importante poder consumir todos estos alimentos típicos de su cocina tradicional

- ¿Desde tu experiencia por qué crees que esto resulta tan necesario?
- ¿Cuál ha sido el lugar de la cocina en tu experiencia de rehacer la vida aquí?
- ¿Cómo sientes que te conecta el cocinar ciertos platos con tu lugar de origen?
- ¿Cuéntame un poco acerca de cómo has interactuado - te has encontrado a través de la cocina con otros migrantes o la comunidad local?

También hablamos de cuáles eran las recetas tradicionales que más recordaba de Venezuela, en ese momento me mencionó algunos como el pabellón, el plato navideño y la pisca andina, pero yo quisiera saber:

- ¿Qué significan para usted esas comidas en específico? ¿Cuál es la que más recuerda? ¿qué le transmite? ¿Qué emociones y experiencias le evoca?

Cuando conversamos por primera vez una de las cosas que más me llamó la atención era cuando hablamos del proceso de crecimiento del negocio y todos los cuidados esto requiere

- ¿Qué significa cuidar de este negocio para ti?
- ¿Qué cosas has hecho para cuidar de este negocio y de quienes también se han asociado a él?
- ¿Cómo ha evolucionado el cuidado de tu emprendimiento desde que comenzaste?

También me impresiona mucho todo lo que transmiten las fotos y el contenido de las redes sociales de la panadería porque más allá del tema de publicidad parece contener una experiencia significativa

- ¿Podrías contarme qué te hizo querer compartir esas experiencias/todo el proceso de la panadería?

(Introducir fotovoz)

4. Cierre (5 min)

Agradecerle por su tiempo

- sobre los hallazgos de la instigación?
- Plantear el ejercicio de foto voz de manera asincrónica por el celular

Protocolo de entrevista de profundización: P.2

1. Encuadre (5 min)

La idea de este encuentro es poder conversar detalladamente sobre algunos temas puntuales que surgieron del análisis de nuestra primera conversación y que me parecieron sumamente importantes para los propósitos de esta investigación, quisiera recordarle que todo lo que hablemos en este espacio será completamente confidencial en ese sentido me gustaría preguntarle si está de acuerdo con que grabemos la entrevista únicamente con el propósito de poder prestarle toda mi atención y no omitir ningún detalle, en caso de que no, no se preocupe yo estaré tomando apuntes.

→Consentimiento escrito

2. Objetivos:

- *Trayectoria migratoria* → una reconstrucción del camino recorrido para migrar → desde el comienzo hasta llegar al lugar seguro
- *Las relaciones familiares* → la cocina del recuerdo y la infancia
- *Que transmiten las prácticas de la cocina tradicional* → significados alrededor del hacer de alimentos tradicionales
- *Sobre el significado del lugar* (lo ambulatorio y lo fijó) → describir este nuevo lugar que habita cuales son los significados que lo rodean, ponerle palabras a ese lugar → *lo que nace en el lugar de acogida*

3. Preguntas guía:

Me gustaría que comenzaremos hablando un poco acerca de tu experiencia al haber migrado desde Venezuela hasta aquí:

- Me encantaría conocer más sobre tu historia ¿Podrías compartir un poco cómo llegaste a dónde estás aquí hoy?

Migrar desde otra perspectiva:

- Cuando hablábamos del proceso de tener que migrar a otro lugar tú mencionaste que te parecía que moverse y conocer otras culturas era algo muy importante. ¿Qué aspectos positivos has descubierto en tu nueva vida o en la adaptación a un nuevo entorno?"
- La diversidad cultural puede ser una fuente increíble de enriquecimiento. ¿Podrías compartir algunas experiencias positivas que hayas tenido al sumergirte en una nueva cultura debido a la migración?

Anteriormente también me comentabas sobre la importancia que tienen para ti los vínculos familiares en la experiencia de habitar un lugar que pueda llamarse hogar

- Sé que la familia juega un papel crucial para ti en este proceso ¿Podrías contarme un poco sobre como tu familia y cómo han experimentado juntos el proceso de adaptación a un nuevo lugar?"

Cuando hablamos sobre tu acercamiento a la cocina tradicional a través de la panadería me contabas que muchos de estas preparaciones evocan recuerdos muy significativos de tu infancia:

- ¿Qué otras emociones y experiencias te evocan estas preparaciones?
- ¿Qué cosas sientes cuando estás realizando alguna receta?

La necesidad de lo tradicional:

- ¿Qué crees que se transmite cuando te enseñan o le enseñas a otros a realizar estas recetas?

4. Cierre (5 min)

Agradecerle por su tiempo

- sobre los hallazgos de la investigación?
- Plantear el ejercicio de foto voz de manera asincrónica por el celular

Anexo 3. Formato de Consentimiento informado

Consentimiento informado

Título de la investigación: Vínculos con el lugar y prácticas de la cocina de origen:
Experiencias de apego al lugar en migrantes venezolanos a través de la cocina

Identificación de los investigadores:

Rol	Nombre	Correo electrónico	Dirección
Investigador principal (persona a la que puede contactar si tiene alguna inquietud sobre la investigación)	Carolina Gil Galeano	carolina.gil2@udea.edu.co	Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
Asesora	Astrid Natalia Molina Jaramillo	anatalia.molina@udea.edu.co	Facultad de Ciencias Sociales y Humanas

Sitio donde se llevará a cabo el estudio: Medellín

Información del estudio:

Le estamos invitando a participar de esta investigación por su trayectoria migratoria desde Venezuela a Colombia e interesa conocer su experiencia con su lugar de origen y su relacionamiento con el vínculo socioespacial y los significados que le dan a las prácticas de la cocina de origen. Antes de cualquier decisión de participación, por favor tómese el tiempo para leer este documento y, de ser necesario, para preguntar, averiguar y discutir todos los aspectos del estudio, con el investigador o con cualquier persona que usted considere pertinente.

Este estudio tiene como objetivo comprender las transformaciones que miembros de la comunidad universitaria -estudiantes, profesores, empleados- han experimentado en su relación

con los espacios universitarios y domésticos, asociadas a las restricciones derivadas de la pandemia por Covid-19. Conocer estas experiencias de vinculación con los lugares es relevante en la medida en que podría constituirse en un insumo para pensar estrategias institucionales de acompañamiento a las personas y de planeación y gestión de los espacios, para el encuentro remoto y el retorno a la universidad.

Participación en el estudio:

La investigación tendrá una duración de 12 meses. Si acepta participar, previa firma de este consentimiento informado, será invitado a realizar actividades de fotografía y narración escrita de su experiencia, de aproximadamente una hora, en compañía de la investigadora.

Las conversaciones durante el proceso serán grabadas para mantener la fidelidad de los relatos y estas grabaciones serán guardadas de manera segura. Las actividades están diseñadas para identificar aspectos de su experiencia, con garantía de su derecho a la intimidad y privacidad, por lo cual el manejo de la información que nos comparta es confidencial y únicamente la investigadora y su asesora tendrán acceso a ella. Nunca se publicarán ni se divulgarán, a través de ningún medio, los datos que permitan la identificación de quienes participen en esta investigación.

Su participación es completamente voluntaria y podrá retirarse del estudio cuando a bien lo considere, sin que esto represente ningún perjuicio para usted. Si por cualquier razón no puede participar de las conversaciones o demás actividades de la investigación, usted podrá ausentarse, caso en el cual le solicitamos que se comunique a tiempo con los investigadores para programar un nuevo encuentro.

Los resultados de este estudio serán utilizados en la preparación de publicaciones científicas, conservando el anonimato de todos los participantes. También podrán ser usados en futuras investigaciones similares.

Al final del estudio se convocará a una reunión para socializar los hallazgos.

Riesgos de la participación en la investigación:

Su participación en este estudio no representa riesgos a nivel físico; sin embargo, es posible que las conversaciones puedan generar estados emocionales de tristeza, nostalgia o miedo; en estos

casos, usted podrá contar con la escucha y asesoría de la investigadora. Si se siente agotado durante alguna de las actividades o le surgen inquietudes podrá decírselo a ella.

Contraprestaciones y beneficios:

Esta investigación tiene fines netamente académicos. Así, por su participación, usted no recibirá ningún tipo de compensación económica, y tampoco le representará ningún gasto; en caso de que las actividades sean por fuera de su casa, la investigación asumirá el costo de su transporte. Sin embargo, su contribución puede representar beneficios asociados a la posibilidad de visibilizar los procesos realizados a través de la cocina de origen y su importancia en el proceso migratorio, en relación con los vínculos con los espacios y con otras personas; además, podrá contar con un espacio de escucha.

Formato de consentimiento informado

Después de haber leído y comprendido toda la información contenida en este documento con relación a la investigación *Vínculos con el lugar y prácticas de la cocina de origen: Experiencias de apego al lugar en migrantes venezolanos a través de la cocina* y de haber recibido de la investigadora, _____, sus explicaciones y las respuestas satisfactorias a mis inquietudes, y habiendo dispuesto de tiempo suficiente para reflexionar sobre las implicaciones de mi decisión, libre, consciente y voluntariamente manifiesto que yo _____ he resuelto participar en la misma.

Manifiesto que no he recibido presiones verbales, escritas y/o mímicas para participar en el estudio; que dicha decisión la tomé en pleno uso de mis facultades mentales, sin encontrarme bajo efectos de medicamentos, drogas o bebidas alcohólicas, consciente y libremente. Además, expresamente autorizó a la investigadora para utilizar los resultados de esta propuesta en otras futuras investigaciones.

En constancia, firmo este documento de consentimiento informado, en presencia de un investigador, en el Municipio de _____ el día ____ del mes de _____ del año _____.

Datos del participante

Nombre: _____

Cédula de ciudadanía _____ de _____

Firma: _____

Datos de la investigadora principal

Nombre: _____

Cédula de ciudadanía _____ de _____

Firma: _____

Anexo 4 Protocolo para transcripción

Título del proyecto.

Identificación de la Investigadora Principal

1. Datos del audio a transcribir

Datos del audio a transcribir			
Lugar de la grabación			
Fecha	Día	Mes	Año
Hora/duración	Hora inicio	Hora finalización	
Entrevistador(a): nombres y apellidos			
Código o seudónimo con el que se denominará el participante			

2. Contexto de la entrevista

Este es un primer párrafo en el cual describirán el contexto en el cual se realizó la grabación del audio, la descripción se realiza teniendo en cuenta los hechos, acontecimientos o experiencias que llamaron la atención de esta actividad; se puede hacer una breve descripción de quien o quienes son los participantes y la relación entre los ellos y/o con el investigador.

3. Contenido de la entrevista

Ubicar aquí el texto de la transcripción.

Nota:

Indicaciones para transcribir. Tener en cuenta las siguientes convenciones y colocarlas en un pie de página en el texto:

La identificación de las preguntas y las respuestas, se hace en la primera línea de cada párrafo, mencionando quien interviene. Esta identificación es en **mayúsculas y negrita**, usando la abreviatura ENT seguida de las iniciales del entrevistador (NM), y a continuación la pregunta que siempre debe estar entre signos de interrogación. En el caso del entrevistado, se usa el código o seudónimo que reemplazará su nombre Ej.

ENT.NM: ¿Hay otros músicos en su familia?

A-(o Rosa): Sí, mi padre también cantaba, aunque no componía. Mi madre canta hasta cuando barre. Así que yo crecí escuchando música, dentro y fuera de la casa

La transcripción debe hacerse de manera fidedigna/idéntica a la conversación, incluyendo las expresiones emocionales (o corporales) que acompañan la verbalización. Estas serán escritas entre paréntesis.

Silencios o pausas: (...)

Alargamiento de las frases: ...

No se entiende: (NSE)

Anexo 5 Protocolo para el Fotovoz

Identificación de la Investigadora Principal

1. Datos del audio a transcribir

Datos del audio a transcribir			
Lugar de la grabación	Brioche panadería Sabaneta		
Fecha	Día.	Mes.	Año.
Hora/duración	Hora inicio.	Hora finalización.	
Entrevistador(a): nombres y apellidos	Carolina Gil Galeano		
Código o seudónimo con el que se denominará el participante			

1. Contexto de la entrevista

Instrucciones

Consigna: Tomar una foto que represente lo que ha sido la cocina en el proceso de migrar y rehacer la vida aquí.

- Qué título le pondría.
- Puede hablarme un poco sobre lo que representa la imagen y por qué la eligió.
- Me podría dar una breve descripción de porque esa imagen habla para usted de la relación entre la cocina y la experiencia de habitar un nuevo lugar.