

**UNIVERSIDAD DE CIENCIAS Y  
ARTES DE CHIAPAS**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA NUTRICIÓN Y  
ALIMENTOS**

**TESIS PROFESIONAL**

**INTERCULTURALIDAD A TRAVÉS  
DE LA COCINA JAPONESA EN LOS  
JÓVENES DE TUXTLA  
GUTIÉRREZ**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE**

**LICENCIADO EN GASTRONOMÍA**

**PRESENTA**

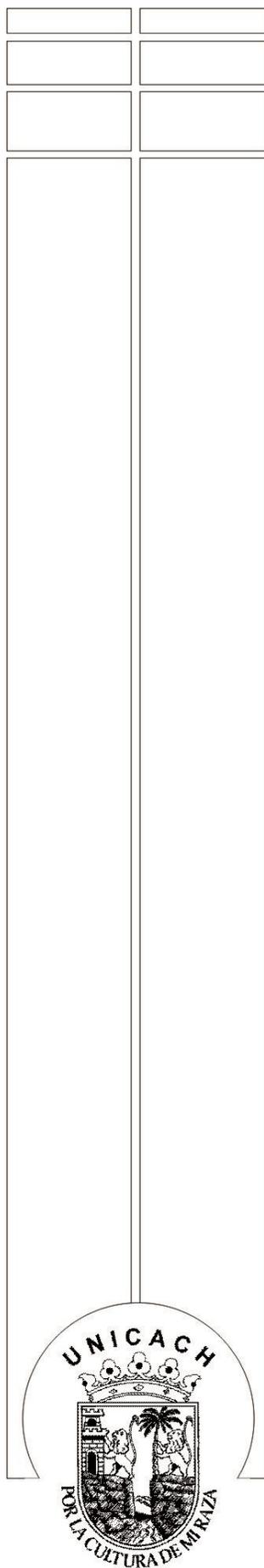
**CRUZ NIÑOS BRAYAN DE JESÚS**

**DIRECTOR DE TESIS**

**DR. JORGE ALBERTO ESPONDA PÉREZ**

**TUXTLA GUTIÉRREZ, CHIAPAS**

**OCTUBRE 2024**





UNIVERSIDAD DE CIENCIAS Y ARTES DE CHIAPAS  
DIRECCION DE SERVICIOS ESCOLARES  
DEPARTAMENTO DE CERTIFICACION ESCOLAR



Autorización de Impresión

Lugar y Fecha: Tuxtla Gutiérrez, Chiapas, 11 de octubre de 2024

C. Brayan de Jesús Cruz Niños

Pasante del Programa Educativo de: Gastronomía

Realizado el análisis y revisión correspondiente a su trabajo recepcional denominado:  
Interculturalidad a través de la cocina japonesa en los jóvenes de Tuxtla Gutiérrez

En la modalidad de: Tesis Profesional

Nos permitimos hacer de su conocimiento que esta Comisión Revisora considera que dicho documento reúne los requisitos y méritos necesarios para que proceda a la impresión correspondiente, y de esta manera se encuentre en condiciones de proceder con el trámite que le permita sustentar su Examen Profesional.

ATENTAMENTE

Revisores

Dr. Sergio Mario Galindo Ramírez

Mtra. Lucia Magdalena Cabrera Sarmiento

Dr. Jorge Alberto Esponda Pérez



COORDINACIÓN  
DE TITULACIÓN

firmas

<b>CONTENIDO</b>	
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	5
<b>PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b> .....	6
<b>JUSTIFICACIÓN</b> .....	7
<b>OBJETIVOS</b> .....	8
<b>GENERAL</b> .....	8
<b>ESPECÍFICOS</b> .....	8
<b>MARCO TEÓRICO</b> .....	9
<b>INTERCULTURALIDAD EN MÉXICO</b> .....	9
<b>TIPOS DE INTERCULTURALIDAD</b> .....	10
<b>REFERENTES Y PROBLEMÁTICAS DE LA INTERCULTURALIDAD</b> .....	11
<b>CONCEPTO DE SOBERANÍA ALIMENTARIA EN MÉXICO</b> .....	11
<b>SOBERANÍA ALIMENTARIA Y SUS AFECTACIONES</b> .....	12
<b>INTERCULTURALIDAD EN LA SOBERANÍA ALIMENTARIA</b> .....	13
<b>IDENTIDAD CULTURAL</b> .....	14
<b>CONCEPTO DE CULTURA ALIMENTARIA</b> .....	15
<b>SEGURIDAD ALIMENTARIA</b> .....	21
<b>LA MODERNIDAD ALIMENTARIA</b> .....	22
<b>LA ALIMENTACIÓN ACTUAL EN ADOLESCENTES</b> .....	23
<b>El acceso a alimentos tradicionales y sus afectaciones</b> .....	24
<b>VALORES Y PROBLEMÁTICAS ALIMENTARIAS DE LOS JÓVENES</b> .....	25
<b>DESCONOCIMIENTO DE LA ALIMENTACIÓN CULTURAL</b> .....	26
<b>PROBLEMAS DE SALUD POR LA INTERCULTURALIDAD</b> .....	27
<b>LA COCINA JAPONESA Y SU INTERVENCIÓN EN MÉXICO</b> .....	30
<b>LA COCINA JAPONESA EN CHIAPAS</b> .....	32
<b>LA GLOBALIZACIÓN EN CHIAPAS</b> .....	33
<b>LA CULTURA OTAKU EN MÉXICO</b> .....	33
<b>METODOLOGÍA</b> .....	34
<b>DISEÑO DE INVESTIGACIÓN</b> .....	34
<b>POBLACIÓN</b> .....	34
<b>MUESTRA</b> .....	34
<b>MUESTREO</b> .....	34
<b>VARIABLES DEPENDIENTES</b> .....	35
<b>VARIABLES INDEPENDIENTES</b> .....	35

INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN.....	35
PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS .....	36
CONCLUSIONES .....	68
REFERENCIAS DOCUMENTALES .....	69

## INTRODUCCIÓN

La presente investigación pretende explicar la interculturalidad que hay en los jóvenes de 15-24 años de la ciudad de Tuxtla Gutiérrez a través de la cocina japonesa ya que en estos días es muy común ver la cocina japonesa debido a que actualmente es muy común ver culturas de otros países en nuestra ciudad ya sea cuando vamos caminando por el centro o centros comerciales.

Para recopilar la información sobre la interculturalidad en los jóvenes se realizará una entrevista a jóvenes conocedores de la cultura japonesa, para así poder saber que platillos se consumen más, los restaurantes de comida japonesa más concurridos, el conocimiento sobre la comida japonesa y el conocimiento sobre los platillos tradicionales.

Una vez recopilada la información se hará un análisis sobre el conocimiento que tengan sobre la cultura japonesa y la tradicional en el cual se determinará la preferencia de los jóvenes y si es que hay riesgo de pérdidas de nuestras raíces en las nuevas generaciones.

Lo que se busca con este proyecto es identificar y analizar, el porque las nuevas generaciones se han interesado en el consumo de estos alimentos, que si bien algunos son saludables otros no tanto, ya que se pueden identificar a través del trabajo de campo realizado, que muchos de estos productos contienen un alto índice de sodio, grasa y calorías, por lo que este proyecto que si bien esta enfocado al tema social, es un parte aguas para los profesionales del área de salud, quienes deseen profundizar los efectos el exceso de consumo de este tipo de productos.

## **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Hoy en día la interculturalidad es muy común en nuestro país y esto se refleja mucho en las nuevas generaciones a través de una modernidad culinaria, mediante la tecnología, revistas, televisión, redes sociales, etcétera; y debido a ello pues se van perdiendo nuestras raíces, ya que para ellos es algo casual del día a día y ya no le prestan importancia.

Debido a las redes sociales y a las múltiples aplicaciones que existen los jóvenes se sorprenden por los diferentes platillos japoneses que ven y debido a ello van a restaurantes que ofrezcan platillos japoneses o los hacen ellos mismos en casa y si el producto les agrada seguirán consumiendo ese producto.

Dependiendo de la edad, que tan informado este sobre la venta de ingredientes y platillos en Tuxtla Gutiérrez, variara la frecuencia en la que se consumirá los platillos japoneses ya que los que están más informados harían los platillos en sus casas o van en restaurantes de cocina japonesa, y siendo el sushi el de mayor consumo ya que es más fácil de encontrar un establecimiento que ofrezca este platillo e inclusive se encuentran en los supermercados los kits para hacerlos con diferentes ingredientes, que permite abrir el apetito fácilmente a los jóvenes.

La interrogante de si estos platillos son saludables o no suele variar mucho ya que si se pide algún platillo frito o un ramen pues no lo sería tanto ya que son altos en calorías, pero si fueran otros platillos como un sushi sería un platillo saludable ya que esta balanceado, por los diferentes ingredientes que contiene, pero si se trataran de hacer los platillos del día a día que consumen los japoneses sería saludable ya que sus comidas están balanceados pero como varios ingredientes no se encuentran con facilidad en nuestro país pues, los jóvenes se conforman con lo que pueden encontrar.

En cuestión del conocimiento de los platillos típicos pues conocerían los más clásicos mexicanos, pero no saben de donde son, y no sabrían que platillos son de Chiapas, ya que los que saben esta información son muy pocos y es debido a que se están perdiendo las raíces gastronómicas de la Ciudad de Tuxtla Gutiérrez

Por ello se recopilará información y analizar los factores que intervienen en los jóvenes de la ciudad de Tuxtla Gutiérrez al consumir comida japonesa, y determinar si existen riesgos de perder las raíces gastronómicas por las nuevas generaciones.

# JUSTIFICACIÓN

La interculturalidad es muy común en estos días y debido a ello se va aprendiendo sobre muchas culturas de otras partes del mundo y algunas de ellas suelen resaltar ya que su cultura puede ser bastante interesante y sobre todo a las nuevas generaciones les llama mucho la atención.

Una de las más populares es la cultura japonesa, ya que destacan en varios factores como la música, televisión, libros, historia, gastronomía, etcétera. Algunas de ellas podemos presenciarlo en Tuxtla Gutiérrez y otras cosas por medio de las redes sociales, porque las nuevas generaciones se van enterando sobre las novedades, tendencias, sabores, modas, ofertas, promociones que les resulten interesantes. También debido a la globalización se puede ver reflejado en la ciudad diferentes artículos de la cultura japonesa, que pueden llamar la atención del público en general.

Debido a lo mencionado se va perdiendo el interés de nuestra propia cultura, ya que a algunos jóvenes no le prestan tanta atención ya que es parte de sus día a día.

Pero a pesar de ello no hay necesidad de contrarrestar la interculturalidad alimentaria ya que nuestra cocina es bastante económica y del agrado de varias personas, aparte de que se le considera como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad. Tampoco habría que preocuparse por la transculturización ya que la cultura mexicana es bastante llamativa y nos lo inculcan desde la infancia y más con los diversos eventos, música, programas de televisión, la gastronomía, artesanías, literatura, que conforman parte de nuestro ser ya sea de forma directa o indirecta.

En nuestra cultura mexicana no estamos acostumbrados a comer saludablemente, ya que consumimos mucho comida chatarra o comida frita, como unos tacos, empanadas, pollo asado o campero, dulces tradicionales, refrescos, entre otros alimentos.

En cambio, la comida japonesa si se consume en México, pero no es algo que se consumiría diariamente debido a la economía, la escases de los ingredientes japoneses y eso limita en los alimentos o bebidas que podríamos hacer y porque no tenemos arraigada esa cultura desde muy temprana edad.

# **OBJETIVOS**

## **GENERAL**

-Identificar la interculturalidad alimentaria del municipio de Tuxtla Gutiérrez a través de la introducción de la cocina japonesa.

## **ESPECÍFICOS**

- Analizar los factores que intervienen en el gusto de la cocina japonesa en las nuevas generaciones.

-Examinar los motivos del consumo de comida japonesa en un grupo determinado de jóvenes.

-Determinar los ingredientes y valor nutrimental de la cocina japonesa.

# MARCO TEÓRICO

## INTERCULTURALIDAD EN MÉXICO

México tiene una gran diversidad cultural debido a que existieron diferentes culturas indígenas en el país como la olmeca, Maya, Azteca, zapoteca; etcétera. Hoy en día quedan algunos descendientes de ellos que aún conservan parte de su cultura, aunque están en riesgo de perder parte de ello debido a la globalización e interculturalidad se buscan formas de poder conservarse.

Antes de la llegada de los españoles, la dieta de las culturas prehispánicas consistía en platillos de maíz con hierbas y chiles, usualmente complementados con otros ingredientes como frijoles, jitomates o nopales. En la segunda década del siglo XVI, con la conquista española llegaron grandes variedades de animales como el ganado, gallinas, cabras, ovejas y cerdos. No solamente eso, también llegaron productos como el arroz, la avena, el aceite de oliva, el vino, las almendras, el perejil y mucha variedad de especias que se fusionaron con la cultura mexicana y se convirtieron en parte de la cocina indígena.

Con el asentamiento de los españoles en México la gastronomía se reservó para los conventos en donde las comunidades indígenas servían como amas de llaves y personal de cuidado, fueron quienes mantuvieron vivas las recetas y técnicas tradicionales de forma oral por más de un siglo

Debido a ello la gastronomía y tradiciones mexicanas pudieron trascender gracias a las mujeres de los conventos, quienes por medio de historias contadas de generación en generación favoreció que se convirtiera en una de la más antiguas e importantes a nivel mundial.

En el siglo XVI que es conocido por ser una época de cambios, también llegaron a México hierbas y semillas de otros países como de Francia, Italia, China, Alemania y varios países de África. Gracias a eso la cocina prehispánica se volvió más diversa. Por su historia y diversidad de ingredientes y técnicas, pero también por su importancia social y familiar, la cocina tradicional mexicana se considera Patrimonio de la Humanidad desde el 16 de noviembre del 2010, por la UNESCO con el fin de proteger los métodos tradicionales de elaboración y celebrar la contribución de México a la cocina universal (Rodríguez Rodríguez, 2019).

También hay culturas de otros países del mundo que con el pasar de los años debido a varias razones como el comercio, o para huir de los conflictos internos de su país trajeron parte de sus costumbres y tradiciones en México, que aún se conservan hoy en día y hasta el día de hoy siguen llegando más culturas a nuestro país, y una de ellas es la cultura japonesa.

## **TIPOS DE INTERCULTURALIDAD**

Hay 2 tipos de Interculturalidad que son la funcional y la crítica:

La interculturalidad funcional es la que reconoce la diversidad y las diferencias culturales con el objetivo de incluir en el sistema económico, político y social establecido los grupos marginalizados por él mismo. Se establecen ciertos mecanismos, como la discriminación positiva, para impulsar el diálogo y la tolerancia, pero no se cuestionan las causas de las desigualdades ni la lógica del sistema neoliberal capitalista en el que éstas se enmarca (Dietz, 2017).

Un ejemplo de este sería que se sustituye el discurso sobre la pobreza por el discurso sobre la cultura ignorando la importancia que tienen para comprender las relaciones interculturales, la injusticia distributiva, las desigualdades económicas, las relaciones de poder y los desniveles internos existentes en lo que concierne a los comportamientos y concepciones de los estratos subalternos y periféricos de nuestra misma sociedad.

Cuando el discurso sobre la interculturalidad sirve de forma directa o indirecta para invisibilizar las crecientes asimetrías sociales, los grandes desniveles culturales internos y todos aquellos problemas que se derivan de una estructura económica y social que excluye sistemáticamente a los sectores subalternados de nuestras sociedades, entonces se puede decir que se está usando un concepto funcional de interculturalidad debido a que no cuestiona el sistema post-colonial vigente y facilita su difusión (Tubino, 2004).

La interculturalidad crítica es la que no sólo reconoce las diferencias, sino que también pone en el centro de debate la diferencia colonial, es decir, cuestiona tanto las relaciones de poder como la jerarquía socio-económica y cultural basadas en la racialización de las personas (Dietz, 2017).

Y para ello hay que empezar por identificar y tomar conciencia de las causas contextuales de la inoperancia. Empezando con la recuperación de la memoria de los excluidos, por visibilizar los conflictos interculturales del presente como expresión de una violencia estructural más profunda, gestada a lo largo de una historia de desencuentros y postergaciones injustas.

En sí el interculturalismo crítico se nos presenta como una nueva tarea intelectual y práctica. Como tarea intelectual pues convoca a desarrollar una teoría crítica del reconocimiento, que defiende únicamente aquellas versiones de la política cultural de la diferencia que se pueden combinar coherentemente con la política social de la igualdad (Tubino, 2004).

## **REFERENTES Y PROBLEMÁTICAS DE LA INTERCULTURALIDAD**

Las culturas indígenas en México están en peligro de desaparecer debido a diferentes razones como la pobreza, exclusión social, falta de reconocimiento legal; debido a ello están en riesgo de desaparecer, a comparación de las otras culturas externas que hay en México que llama la atención de la mayoría de la población, ya que parte de nuestra cultura actual esta mezclada con la cultura interna y externa del país, pero debido a ello se van perdiendo parte de nuestras raíces culturales debido a la influencia de las culturas externas. (Schmelkes del Valle, 2009)

Desde el siglo XVIII y XIX se dio continuidad al proceso de discriminación étnica, no obstante, el fundamento era otro: mientras que en el periodo colonial la diferencia étnica como condición biológica daba a la referencia de la inferioridad, en ese periodo el “salvaje” era entendido como un ser humano por naturaleza, aunque en una etapa infantil, que debía madurar a través de la razón. Esta postura estuvo hasta la segunda mitad del siglo XIX con la visión evolucionista que fortaleció los referentes de superioridad racial, no solo entendidos desde la perspectiva de “racionalidad” occidental, sino como también desde el ideal de civilización técnica. Debido a ello fue sustento de la perspectiva de desarrollo unilineal (Figueroa Serrano, 2018).

Desde el siglo XXI las relaciones interculturales son expresiones de un sistema social que pretende hegemonía y que enarbola un discurso en el cual las personas son arrancadas de su matriz cultural y se instalan en la lógica del sujeto egocéntrico, libre en todo sentido; de ataduras culturales, de lastres identitarios y de compromisos políticos.

Por esta razón las culturas indígenas están desapareciendo, como por ejemplo se puede hablar sobre los tenek, los purhépechas o los tzeltales como parte del elemento cultural de estados y regiones; con sus imágenes impregnan de colorido a folletos, guías y mapas turísticos; pero si contemplamos la ciudad en sí, sus calles y sus plazas, el panorama es otro: paisajes urbanos que no dan cabida a la diferencia étnica, exclusión social y una discriminación que, si bien se disfraza, sigue vigente (Tirzo Gómez, 2013).

## **CONCEPTO DE SOBERANÍA ALIMENTARIA EN MÉXICO**

Se le conoce como soberanía alimentaria al derecho de cada nación de mantener y desarrollar su capacidad de producir alimentos básicos, en lo concerniente a la diversidad cultural y productiva y el derecho a producir nuestro propio alimento en nuestro territorio. (Bringel, 2015)

La soberanía alimentaria es un concepto que se opone decididamente al uso de los alimentos como elemento político que es manejado principalmente por las grandes potencias contra los países en vías de desarrollo o subdesarrollados.

La soberanía alimentaria puntualiza reiteradamente que la importación masiva de alimentos subsidiados baratos como satisfactor de las necesidades de hambre y desnutrición en un pueblo no es suficiente ni el más deseable; ya que la soberanía alimentaria enfatiza sus propuestas en los mercados y economías locales. (Carmona Silva y otros, 2020)

En el caso de México este tiene una larga trayectoria como país dependiente de alimentos, principalmente en los granos básicos.

Pero desde los años setenta, inicio el déficit interno productivo y México se vio obligado a importar granos a los elevados precios internacionales de esa década. A pesar de ello en los años setenta y ochenta la producción nacional estaba protegida de la competencia internacional.

Todo cambio de forma rotunda con la firma del Tratado de Libre Comercio con Estados Unidos y Canadá en 1994, ya que se liberaron gradualmente los aranceles de los cultivos básicos, hasta llegar al 2008 con la apertura total del mercado y con ello, con la supeditación cabal de la agricultura mexicana a las estrategias de expansión comercial de Estados Unidos. (Rubio, 2015)

Para mejorar la soberanía alimentaria en el país se promovió un modelo de producción campesino con base en la agroecología para erradicar el hambre y garantizar una alimentación nutritiva y sustentable para todos los pueblos.

En si la soberanía alimentaria con base agroecológica busca mejorar la calidad de vida a través del reconocimiento del campesinado como sujeto colectivo transformador, capaz de mejorar sus condiciones ecológicas, productivas, socio-económicas y socio-políticas. (Gómez Núñez y otros, 2019)

### **SOBERANÍA ALIMENTARIA Y SUS AFECTACIONES**

Su principal afectación son los problemas alimentarios debido a que se exacerban a la especulación de los precios, debido a 4 flagelos que son, la crisis ambiental, energética, financiera y alimentaria ya que agudizan el problema alimentario, siendo este de carácter estructural, porque remite al exhausto paradigma técnico-económico que fue impuesto al sector agropecuario hace medio siglo. (Mariscal Méndez, 2017)

Los problemas empezaron desde la época colonial desde Castilla, que se frenó ese desarrollo agrícola de la Nueva España, de modo que, desde entonces se dice que “la agricultura ha sido nuestro tradicional talón de Aquiles”

Otro de los problemas principales es la pobreza que es consecuencia de la privación de las tierras, por el monopolio territorial que siempre ha existido, generando esa condición indigna llamada hambre o hambruna, preocupación actual de los organismos internacionales y de la gran mayoría de los países.

Como se puede distinguir, el tema del derecho alimentario, desde su origen, aparece como una obligación de otorgarlo para sujetos determinados. Pero desde hace un largo tiempo tal derecho ha sido violado o dejado sin efecto, principalmente en los sectores vulnerables, en parte debido a la era de la globalización, la pérdida de la biodiversidad, los efectos del cambio climático, la producción de alimentos industrializados y el éxodo masivo del campo hacia las ciudades, entre otros fenómenos. (Castillo Osorio, 2023)

Otro problema es por la modificación de las políticas económicas debido a que afecta principalmente a los campesinos y a los indígenas, ya que se retiraron apoyos productivos y de comercialización, pero principalmente por modificar el artículo 27 de la constitución federal ya la Ley Agraria, que es la eliminación del reparto agrario y posibilitaron la venta de las tierras ejidales y comunales de propiedad social.

Debido a lo anterior mencionado provoco como consecuencia fue que los precios del mercado interno en productos como el maíz se desplomaran al abrir nuestro país sus fronteras indiscriminadamente al cereal estadounidense, al mismo tiempo se eliminaron, los subsidios, los créditos y apoyos debido al adelgazamiento del aparato estatal. (Rodríguez Wallenius & Concheiro Bórquez, 2016)

Otro problema es el incremento de los precios de los alimentos, ha afectado al derecho de la alimentación empujando a una sexta parte de la población mundial y a una quinta parte de la población mexicana a una situación de hambre. (Mariscal Méndez, 2017)

#### **INTERCULTURALIDAD EN LA SOBERANÍA ALIMENTARIA**

La relación de la interculturalidad con la soberanía alimentaria es por el derecho de los pueblos por definir sus propias políticas y estrategias sustentables de producción, distribución y consumo de alimentos que garanticen el derecho a la alimentación de toda la población, con base en la

pequeña y mediana producción, respetando sus propias culturas y la diversidad de los modos campesinos, pesqueros e indígenas de producción agropecuaria, de comercialización y de gestión de los espacios rurales, en los cuales la mujer desempeña un papel fundamental. (Alimentaria, S, 2002)

Un ejemplo de ello es del programa Milpa educativa, este tomo forma en Yucatán en 2012, y consiste en actividades de educación territorial que son llevadas a cabo por los niños en compañía de sus padres y educadores en espacios educativos accesibles y seguros.

Un ejemplo de ello es sobre el aprendizaje del calendario socio-natural ya que se pueden usar un calendario deferente al nuestro como por ejemplo el maya que tiene 19 meses, y con ayuda de este pueden determinar días con cielos despejados, los días nublados, los días para la maduración del café, y con este los días en los que llegan ciertas aves e insectos como el tuluk´mut (perico) y el x-k´ak´et (pichón silvestre). También está marcado la estación de cacería, ya sea en plantas comestibles y en variedad de animales salvajes (Nigh & Bertely, 2018).

### **IDENTIDAD CULTURAL**

Antes que nada, hay que saber el concepto de identidad y de cultura, empezando por identidad que es el sentido de pertenencia a una colectividad, a un sector social, a un grupo específico de referencia. El concepto de cultura es el conjunto de los rasgos distintivos, espirituales, materiales y afectivos que caracterizan una sociedad o grupo social; en ella se engloba además de las artes y letras, los modos de vida, los derechos fundamentales del ser humano, los sistemas de valores, creencias y tradiciones.

Se define como identidad cultural como la definición histórica a través de múltiples aspectos en los que se plasma la cultura, como la lengua ya que es el instrumento de comunicación entre los miembros de una comunidad, las relaciones sociales ritos y ceremonias propias, o los comportamientos colectivos de un pueblo. (Molano L., 2007)

La Unesco afirma sobre la identidad cultural que:

1. Toda cultura representa un conjunto de valores único mediante el cual cada pueblo puede manifestar su presencia en el mundo.
2. La afirmación de identidad cultural contribuye a la liberación de los pueblos y toda forma de dominación niega esta identidad.

3. La identidad cultural de un pueblo se enriquece con el contacto con otros pueblos. Ya que la cultura es dialogo, relación, intercambio de ideas y de experiencias.
4. Identidad cultural y diversidad cultural son inseparables
5. La comunidad internacional considera que es un deber defender y preservar la identidad cultural de cada pueblo.
6. Las políticas culturales han de proteger la identidad y el patrimonio cultural de cada pueblo y deben fomentar el respeto por las minorías culturales.
7. Es preciso reconocer el derecho de cada pueblo a preservar y afirmar su propia identidad cultural (Vallespir, 1999).

Para que una o varias identidades culturales generen un desarrollo territorial es necesaria una voluntad colectiva (política, comunal, empresarial, asociativa, etcétera) y un reconocimiento del pasado, de la historia.

Bernard Kayser menciona que las diferenciaciones culturales localizadas preparan a veces competiciones que justifican las fugaces rivalidades entre pueblos, aldeas y barrios debido a que estas pueden servir para encaminar las pasiones individuales y colectivas que no encuentran aplicación. Pero, al contrario, la búsqueda o reconstrucción de una identidad territorial constituye la razón evidente de individuos, de grupos, de localidades y de espacios motivados por un deseo de situarse, de enraizarse en una sociedad. De esta manera en particular, la connotación cultural regional es reconocida por todos, a través de las especificaciones legadas por el pasado, y que se encuentran aún vivas que son el idioma, los gustos, los comportamientos colectivos e individuales, la música, etcétera (Lucía Molano , 2006).

### **CONCEPTO DE CULTURA ALIMENTARIA**

Es el conjunto de representaciones, creencias, conocimientos y de prácticas heredadas o aprendidas que están asociadas a la alimentación y que son compartidas por los individuos de una cultura o grupo social determinado dentro de una cultura. Esto nos da a entender que la acción de alimentarse permite unir la naturaleza y la cultura, como una necesidad del ser vital. (Leyva Trinidad & Pérez Vázquez, 2015)

La cultura alimentaria, procede de la evolución de las practicas alimentarias y de los discursos gastronómicos y culinarios, de dicha cultura, en si es una herencia cuyo destinatario aún no ha nacido y esta nunca queda fijada, ya que es como un río que corre y crece siempre.

Ejemplo de ello sería con la migración ya que cuando se muda a otro lugar este puede enseñar a las personas locales parte de la cultura de su país y este también aprende sobre la cultura de la zona y esto se podría reflejar al introducir ingredientes, técnicas culinarias, costumbres, como en el caso de los españoles que trajeron de esa manera su cultura a México (Duhart, 2002).

A lo largo del tiempo a habido grandes cambios en la dieta y en la actividad física, y estos se reflejaron en los humanos en aspectos como la estatura y composición corporal; además estos cambios son similares a los cambios de los estilos de vida, al estatus de salud, así como en los cambios demográficos. En las primeras etapas de la evolución de la humanidad que fue aproximadamente hace 10,000 años, la subsistencia humana se basó en la recolección, la caza y la pesca. La dieta de estos primeros humanos fue variada, baja en grasas y alta en fibra, asimismo de que los niveles de actividad física fueron altos. Esto hizo que los primeros humanos fueran más altos y robustos, también sufrieron menos deficiencias nutricionales que los humanos que vivieron en comunidades durante el periodo inicial de la agricultura (Ibarra Sánchez, 2016).

Para que el homo sapiens pudiera establecerse de manera permanente en sus casas junto a sus cultivos, fue debido a que el trigo, el arroz y las papas domesticaron al hombre, desde entonces se a practicado la agricultura, debido a ello no solamente se modificaron los labores, también el cuerpo, como las manos que eran para trepar se refinaron y adaptaron para el uso de herramientas, y las piernas preparadas para correr se debilitaron debido al sedentarismo.

Con ello se desarrolló el lenguaje y evoluciono, con un sistema de almacenamiento para procesar información y transformación para su fácil difusión. La escritura, contenía tipos determinados de información que no expresaba todo el espectro del lenguaje hablado. Un ejemplo de lo que contenían esos escritos era sobre los cambios estacionales, y de acuerdo a ello cultivaban sus alimentos para no tener perdidas por la estación (Noah Harari, 2019).

Con el sedentarismo surgieron las primeras civilizaciones y una de las grandes ciudades que surgieron fue Mesopotamia; y con ello hubo transformaciones políticas, ideológicas, urbanísticas y económicas.

Aquí surgió la economía agraria que posibilito la acumulación de alimentos, pero no siempre dieron lugar a la creación de ciudades. En las aldeas agrarias existía una economía de subsistencia, en el que los agricultores producían por si mismos casi todos los productos (agrícolas, ganaderos y manufacturados) que necesitaban. Eran aldeas básicamente autosuficientes económicamente

en las que, además, las infraestructuras y la gestión del riego eran de escala reducida y se resolvieron mediante una organización cooperativa entre los regantes, que estableció las reglas y sanciones para asegurar una utilización eficiente del agua (Comín Comín, 2014).

Mesopotamia tenía dos civilizaciones importantes que eran Caldea la ciudad de Ur que se ubicaban en las riberas del Éufrates y estas fueron una de las cunas de la agricultura, y en ellas la alimentación presentaba un aspecto muy diferente de la de los hititas. En ese entonces en vez de desiertos como hoy en día había huertos y campos de cultivo que eran cuidadosamente regados.

En Mesopotamia se cultivaban el trigo y la cebada, que es probable que sean originarios del valle del Éufrates, el mijo y el sésamo, que procedían de la India, el arroz, las lentejas, los garbanzos, las cebollas, los pepinos, las calabazas y tal vez la exótica berenjena, de origen indio, e otra infinidad de legumbres que no han perdurado hasta nuestros días (Luján, 2019).

Otra cultura que se desarrollo fue la egipcia, su alimentación se caracterizó por ser conservadora, estable y con una evolución lenta, marcada por la introducción paulatina de nuevos alimentos, de nuevas tecnologías y de productos de importación.

El clima de Egipto es árido, por ello la agricultura dependía necesariamente del río Nilo, el cual proporcionaba también abundante pesca. El desierto oriental, con importantes recursos mineros, fue una región utilizada para el pastoreo, de forma más o menos intensiva, a lo largo de toda la época faraónica. Nubia, en el valle alto del Nilo, nunca fue importante desde el punto de vista agrícola, ya que la zona cultivada era solo una banda estrecha a ambas orillas del río, pero constituyo un eje comercial que permitía la llegada de productos muy apreciados por los egipcios, entre los que destacaban las especias. Las zonas costeras de Palestina y Siria tuvieron una relación intensa con Egipto ya que entre los intercambios comerciales figuraron productos alimenticios, particularmente el vino y aceite (Salas Salvadó y otros, 2005).

Otra gran civilización fue la de Grecia que esta se destacó por su gran avance cultural que se manifestó en las ciencias, las artes y en la organización social de sus ciudadanos. En el punto de vista gastronómico se habla de cierto arte en la preparación de los alimentos y de maneras refinadas de comer.

Como Grecia se encuentra a orillas de mar, el pascado ha sido parte importante de su alimentación, aunque no fue así en el principio. Entre los pescados que consumían Aristóteles menciona 110 clases de pescados, de los que se consumía una gran variedad de ellos como la

dorada, el rodaballo, la sardina, la murena, el pez espada, el esturión, el congrio, el salmonete, el atún, el pulpo, los crustáceos y los moluscos. La forma en que los preparaban eran muy diversas ya sea cocidos en leche o con vino, rellenos de queso, cebollas, hongos y hierbas aromáticas, también solían consumir la cazuela de pescado con aceite de oliva y cocido sobre la leña, este es un plato milenario que fue inventado por los pescadores que aún se sigue consumiendo en la actualidad (Monroy de Sada, 2004).

Otra gran civilización fue la persa y estos tenían en su cocina tradicional grueles de cebada y tortas de avena, lentejas y algarrobas, yogur seco y fresco de leche de oveja, queso fresco, carne de res, cordero y cabra hervida o asada, hojas verdes y hierbas, y frutos y semillas secas que probablemente adoptaron de la cocina Mesopotámica. Este imperio hacía sacrificios a los dioses ya que Darío I, el sucesor de Ciro, se alineó con el ritual sacrificial del zoroastrismo, debido a que este aseguraba haber sido elegido por Ahura Mazda, el supremo dios zoroástrico.

Debido a que en los mitos zoroástricos decía que la tierra estaba bendecida con agua clara y fresca, con florecientes plantas verdes, con animales providentes y frutos que no estaban protegidos por cascaras duras, espinas y conchas, los persas crearon jardines dotados de árboles de sombra y otras plantas, estos jardines estaban configurados en agradables patrones geométricos y estaban llenos de animales decorativos, exóticos o de caza (Laudan, 2020).

En la edad media la alimentación cambio bastante al igual que la sociedad ya que dependía del estatus que el individuo tenga empezando con los menos nobles que consistía en plantas que producían un bulbo subterráneo comestible como la cebolla, el ajo y la chalota. Después venían los menos innobles, que eran plantas de las que se consumían las raíces como los nabos y zanahorias, así como una serie de raíces comestibles que hoy en día están olvidadas. Y finalizaba con los nobles que consistía en plantas de las que se comían las hojas como las espinacas y coles, correspondiendo la cima de frutas. La supuesta nobleza que se basaba en el hecho de que la mayor parte de ellas crece en arbustos y árboles y se mantienen más alejadas del suelo a comparación de los productos que se mencionaron anteriormente.

En cuestión de los alimentos marinos su clasificación sería para los menos nobles los mejillones y los demás moluscos de concha, incapaces de moverse libremente ya los que la concha presta un aspecto más o menos inanimado. Siguiendo en orden ascendente y en un grado superior de nobleza, están las diferentes especies de crustáceos que se arrastraban en el fondo del mar como

los camarones y langostas. Los diversos tipos de pescado eran un poco más nobles, pero estaban lejos del otro grupo de animales acuáticos que son la categoría superior como los delfines y ballenas, ya que estos tienden a nadar en la superficie del agua como si trataran de elevarse hacia una especie de perfección (Louis Flandrin & Montanari, 2004).

Una de las culturas importantes de la edad media fue la hispana, aunque el nombre lo dieron los fenicios a la península ibérica y después fue utilizado por los romanos. Durante el gobierno romano, la explotación agrícola de Hispana, que era conocida por ser muy rica en cereales, debido a ello se le llamó “el granero de Roma”. La razón de ello es que los cartagineses habían traído las técnicas de cultivo muy avanzadas desde Egipto, cuna de la panificación y la cerveza. Las regiones en donde los cartagineses se asentaron, se producían enormes cantidades de trigo y cebada.

En Turdetania que es estupendamente fértil, tiene toda clase de frutos y muy abundantes, actualmente se ubica en Andalucía. Otro lugar importante fueron las fincas béticas ya que producían, el cultivo de la vid y olivo, ganadería y cereales, sobre todo el olivo ya que de este sacan el aceite de oliva (Gutierrez de Alva, 2012).

En México se ha sufrido transformaciones constantes en las características étnicas de su población, en los alimentos ingeridos y el contexto sociocultural en que son consumidos.

Un resumen de ello es el siguiente:

1. En la etapa prehispánica: este tiene ingredientes principales como el maíz, chile, frijol, calabaza, aguacate y tomate.
2. En la etapa colonial ocurrió el mestizaje alimentario gracias a la introducción de nuevos ingredientes de origen europeo y asiático.
3. En la etapa independiente se crearon platillos regionales, como por ejemplo el mole poblano.
4. En la etapa moderna cambio en la dieta tradicional por el alto consumo de alimentos industrializados (Gomez Delgado & Velázquez Rodríguez , 2019).

Yendo un poco hacia atrás en la historia entre las 110 etnias que hubo en el México prehispánico la cultura alimentaria formaba parte inseparable de su visión del universo. Esto se debe en la forma notoria de cómo se reflejaban las comidas de tipo ceremonial y en las

ofrendas que brindaban tanto a los dioses en sus días festivos, como a las consideradas plantas-deidades.

En cada una de estas sociedades, las ceremonias rituales presentaban modalidades, pero en el fondo existía una aceptación propiciatoria de sus siembras. Era por medio de celebridades y rituales, cantos y oraciones, que invocaban a los dioses para que les suministraran la base de su existencia material y espiritual, para así poder preservar la salud (Gispert Cruells, 1997).

Parte de la cultura mesoamericana que se desarrolló en México fue la azteca que tenía un método de cultivo que es la chinampa, que se originó debido a que la zona había exceso de agua, pues en los lugares en donde el agua era bajo se posibilitaba el cultivo chinampero. La siembra era un proceso ligado a la cosmovisión y los dioses de ese momento eran los que decidían proporcionar los elementos como agua, tierra fértil, entre otros, para que los productos que surgieran garantizaran el futuro de los habitantes, ya que en su mayoría cosechaban para autoconsumo y para intercambio y/o venta,

En si las chinampas son pequeñas islas cultivables ya sea que ese encuentre en las orillas y en medio del lago, zonas pantanosas y canales, entre otros. Las chinampas obligatoriamente tienen que estar rodeadas de canal, y también de árboles que son conocidos como ahuejotes, ya que controlan la erosión del suelo y forman barreras que rompen vientos y controlaban la luz en los cultivos (Lomali Sandoval , 2020).

Otra civilización importante que se desarrolló en México fue la civilización Maya en donde el alimento más importante era el maíz, por ello la dieta Maya se basó en comidas hechas de maíz.

Parte de los platillos que elaboraban fueron el pinole, que es una bebida de harina de maíz tostada con otros ingredientes añadidos como cacao, agave, vainilla o canela, y un plato principal de casi todo el mundo prehispánico que continua siendo comido frecuentemente hoy en día es el tamal, en el cual se utilizaban básicamente 2 tipos de masa; uno es en la que en el grano se muele directamente después de ser cortado de la mazorca, cuando este aun esta tierno; y el otro tipo de masa es la de nixtamal, que es producto del cocimiento del grano en agua con cal, con el fin de facilitar la molienda del maíz, sobre todo cuando el grano llevaba tiempo almacenado y esto tuvo como un resultado que fue fundamental para su papel dominante en la dieta de los pobladores del México antiguo, ya que la cocción libera

sustancias químicas que facilitan su digestión, a la vez que aumenta su valor nutricional (I. Frank, 2019).

### **SEGURIDAD ALIMENTARIA**

Es el acceso seguro y permanente de hogares a alimentos suficientes en cantidad y calidad, para una vida sana y activa. Se consideran 4 dimensiones implícitas en la noción de acceso seguro de alimentos suficientes en todo momento que son:

1. La suficiencia alimentaria que se define como las calorías y nutrientes requeridos para una vida sana, activa y productiva de todos los integrantes del hogar.
2. Es el acceso de alimentos que depende del conjunto de los recursos y las posibilidades que se cuenta en el hogar para producir, comprar e intercambiar alimentos o recibirlos como subsidios o regalos.
3. Es la seguridad o el balance entre la vulnerabilidad, el riesgo y los recursos con que cuenta el hogar.
4. Es el factor tiempo ya que la inseguridad alimentaria puede ser crónica, transitoria o cíclica. Para que la seguridad alimentaria sea crónica, sucede en las familias de pobreza extrema, ya que no ganan lo suficiente para cubrir el costo de una canasta básica de alimentos. (Dehollain, 1995)

En México la seguridad alimentaria y nutricional se aborda a partir de cuatro pilares que la componen: la disponibilidad, acceso y uso de los alimentos, y estabilidad de la oferta, así como desde las dos caras de la malnutrición que son la obesidad y la desnutrición. Al combinar la producción e importación de alimentos, la disponibilidad energética es de 3145 kilocalorías, por persona al día, que es uno de los índices más elevados del mundo.

La disparidad del país está afectada por una doble carga de malnutrición: frente al 14% de desnutrición infantil, 30% de la población adulta sufre obesidad y más del 18% de la población está en pobreza alimentaria por ingreso. La población reporta una importante carencia alimentaria, concentrada en siete estados de la federación. La estructura productiva que subyace en estos indicadores refleja un panorama altamente heterogéneo que se traduce en un bajo crecimiento de la productividad nacional en los últimos años, debido a ello la seguridad alimentaria es un concepto multidimensional (Urquía Fernández, 2014).

La seguridad alimentaria en México se ve amenazada por un juego de intereses que está conformado por al menos 4 elementos que son las condiciones internas de la política económica que generan insuficiencia de oferta agropecuaria para satisfacer la demanda interna de alimentos; la crisis económica recurrente que deteriora los niveles de ingreso y concentra la riqueza de tal manera que el acceso a los alimentos se ve severamente restringido en diversas regiones y para grupos muy amplios de la población; los factores externos donde los agentes económicos más fuertes instrumentan estrategias de manipulación de los mercados agrícolas, con lo cual están en posibilidades de desabastecer los mercados locales e incidir en la generación de riesgos; un posible escenario de desaceleración abrupta de la economía aunando a una creciente descomposición de la base productora agrícola que se traduce en insuficiencia alimentaria interna (Torres Torres, 2003).

#### **LA MODERNIDAD ALIMENTARIA**

En la actualidad se consiguen alimentos en 3 lugares que serían las tiendas de autoservicio, las tiendas especializadas y los establecimientos prestadores de servicios de alimentación.

Las tiendas de autoservicio son aquellas que operan en unidades comerciales basadas en el autoservicio de los clientes y donde se manejan grandes volúmenes de mercancías agrupadas en departamentos o áreas especializadas en líneas de productos especializados en abarrotes y perecederos, ropa y calzado y mercancías generales. Las tiendas especializadas tienen los productos al alcance directo de los clientes; sin embargo, más que tener una gama amplia de productos, comercializan artículos cuya variedad y surtido son limitados. Los prestadores de servicios de alimentación se dividen en 2 que son los formales y los informales. Los informales son los puestos de comida callejera, y estos operan al aire libre en la vía pública, con o sin permiso de la autoridad competente, y generalmente no respetan las dimensiones de los espacios ni las medidas de higiene establecidos en los reglamentos correspondientes a la conservación, preparación y consumo de alimentos. Los servicios de alimentación formales son las industrias restauranteras, y estos proporcionan algún tipo de servicio de preparación de alimentos en una sola ubicación física delimitada por construcciones e instalaciones, ya sean fijas o semifijas y estos tienen un registro ante la autoridad competente que los compromete a cumplir con las normas de higiene y de conservación, preparación y consumo de alimentos (Castillo Girón y otros, 2014).

La revolución industrial aplicada a la industria alimentaria ha permitido en las últimas décadas incrementar considerablemente la disponibilidad de todo tipo de alimentos, hasta el punto que, se ha pasado de la escasez a la sobreabundancia. En pocas décadas la revolución industrial, la especialización y los rendimientos crecientes de la producción agrícola y el desarrollo hipertrófico de las ciudades, entre otras cuestiones, ha contribuido a crear la modernidad alimentaria.

Debido a ello los alimentos han cambiado mucho durante estos últimos 59 años, su simbología, o sus representaciones sociales y se caracterizan por una mayor duración o continuidad. Con la llamada cocina industrial, la composición y la forma de los alimentos no evocan un significado preciso y familiar, ya que puede evocar cualquier cosa, como, por ejemplo, “carne en bastoncitos” o “palitos de cangrejo”, por ello el consumidor es incapaz de clasificar los productos de la industria alimentaria (Contreras Hernández, 2005).

#### **LA ALIMENTACIÓN ACTUAL EN ADOLESCENTES**

La gastronomía mexicana tiene origen prehispánico, y lo que se conserva hoy en día serían las formas de preparación y el tipo de alimentos. Aunque la alimentación actual de los mexicanos son parte de la gastronomía prehispánica y gastronomía traída de otros países que llegaron a México durante o después de la conquista; como en el caso del ganado vacuno, cereales como el trigo, arroz, leguminosas como en el caso de los chicharos o el garbanzo, entre otros tipos de alimentos. En la actualidad el consumo de los adolescentes pues serían alimentos que ofrece la región de cada uno y la cultura que tengan los familiares en sí, aunque obviamente se consume mucho la comida rápida debido a que los horarios escolares tan exigentes son el principal impedimento para lograr llevar una dieta adecuada y por este mismo se considera una necesidad fundamental la orientación nutricional incluso a nivel universitario ya que la comida rápida provee energía en exceso y que no aporta suficientes nutrientes esenciales. (Navarro Cruz y otros, 2017)

La alimentación en la adolescencia presenta una doble naturaleza que son la biológica y cultural, que se expresa en dos procesos fundamentales: el primero se relaciona con el crecimiento y el desarrollo biológico y el segundo con la conformación y el afianzamiento de creencias y prácticas cotidianas según las influencias sociales de la familia, amigos, colegio y medios de comunicación.

En si tanto el tipo y la cantidad de alimentos que ingieren los adolescentes como las situaciones que se dan alrededor de la comida, las motivaciones y las aversiones se llevan a cabo en un

contexto sociocultural marcado por las influencias familiares, de amigos, colegio, y medios de comunicación. Y en ello la familia constituye la mayor influencia sobre las practicas alimentarias de los adolescentes (Osorio Murillo & Del Pilar Amaya Rey, 2009).

El comportamiento alimentario de los adolescentes es bastante común observar una inadecuada alimentación debido a la participación en diversas actividades relacionadas a la búsqueda de identidad o de aceptación social por parte de sus pares; y una creciente preocupación por su cuerpo. Estos aspectos pueden propiciar que sus hábitos se vuelvan erráticos, que eliminen comidas regulares, y que ingieran una gran proporción de alimentos entre comidas, normalmente en lugares de esparcimiento y ocio.

En esta época de la vida, la identidad toma gran importancia, tanto en términos individuales como colectivos, ya que se produce una comparación del propio cuerpo con el de otros ya que el adolescente piensa en su cuerpo, es decir, lo resignifica, busca un lugar y sentido en el mundo al que pertenece o desea pertenecer (Meléndez Torres y otros, 2017).

### **El acceso a alimentos tradicionales y sus afectaciones**

Depende mucho de la economía, y dependiendo de la región en donde se encuentre el individuo, ya que en las zonas rurales hay más índices de pobreza e inseguridad alimentaria, a comparación de los que viven en zonas urbanas. Dependiendo de la región de la república mexicana va variando la forma de conseguir los alimentos, ya que en el norte hay más supermercados, y en el sur los mercados; lo que llama más la atención es que en todas las regiones del país las tiendas de abarrotes son la fuente de alimentos para los hogares más importante, debido a que se encuentran con más facilidad y se consiguen los alimentos necesarios para el día a día.

Debido a la economía la población se va adaptando a elaborar alimentos con lo que alcance y en caso de no tener tiempo para elaborar sus alimentos en casa, dependerá mucho de los puestos de comida callejera y comida rápida ya que son más económicos y eficientes. (Castillo Girón y otros, 2014)

Actualmente en México se vive una situación de alarma alimentaria, ya que el 50% de los alimentos se importan. Además, la producción agropecuaria no ha sido lo suficientemente rentable para los productores como para encargarse de sus necesidades básicas, ahondando la condición de la pobreza.

Hoy en día, el 50% de lo que consumen los mexicanos son productos procesados y de transiciones que fabrican alimentos chatarras, con alto contenido en grasa, sal y azúcar, y son un inadecuado producto para una población que de por sí padece inseguridad alimentaria. No obstante, la población mexicana más vulnerable y con inseguridad alimentaria presenta tasas de obesidad y sobrepeso. Asimismo, la mitad de los productos que consume la gente son procesados (Leyva Trinidad & Pérez Vázquez, 2015).

En las últimas tres décadas, el patrón alimentario cambió debido a la apertura comercial, la globalización de mercados y el dominio de la industria alimentaria, pero sobre todo, por las innovaciones tecnológicas que permitieron incorporar instrumentos para facilitar y agilizar la preparación de alimentos, su mejor manejo en empaque, el transporte y almacenamiento que facilita su distribución y además por la mejora de la presentación y conservación que prolonga su permanencia en tiendas y anaqueles de los hogares.

Por ello el patrón alimentario se industrializó, homogeneizó y estandarizó de manera global, orientado por un cambio en la demanda hacia una dieta más práctica que incluye productos semielaborados e industrializados, dando como resultado modificaciones en las condiciones del trabajo ya que se reduce los tiempos de preparación de alimentos y las actividades de posconsumo (Torres & Rojas, 2018).

### **VALORES Y PROBLEMÁTICAS ALIMENTARIAS DE LOS JÓVENES**

La abundancia de los alimentos ultra procesados, altos en calorías y bajo en nutrientes, combinados con la intensa publicidad y comercialización inapropiada de los mismos, crean ambientes obesogénicos que constituyen una constante amenaza en la salud y el futuro de la infancia y adolescencia en México. También los jóvenes estudiantes suelen consumir con frecuencia, son los alimentos que se preparan con mayor facilidad y rapidez, debido a la limitante de tiempo en sus rutinas académicas diarias, ya que prefieren invertir el tiempo en realizar otras actividades extraescolares, en vez de dedicar un poco de espacio para poder elegir y consumir una buena comida. (Márquez Castillo y otros, 2008)

Parte de las problemáticas alimentarias de los jóvenes son los trastornos alimentarios y los casos más vistos son la anorexia y bulimia. Nuestra sociedad actualmente le da bastante importancia a la sobrevaloración de la delgadez, debido a que gran publicidad presenta como ideal el ser delgado, y ofrece productos no siempre eficaces para conseguirlo y que son, a veces, perjudiciales.

Estos mensajes socioculturales impactan en el comportamiento y pensamientos del joven, induciendo conductas de riesgo para su bienestar físico y psicológico (Fernanda Rivarola, 2003).

La alteración de la conducta alimentaria se debe principalmente a una alteración en la percepción de la forma y el peso corporales llamada dimorfobia. Y por ello por la insatisfacción de su imagen corporal se manifiestan los trastornos alimentarios en personas cada vez más jóvenes.

Tradicionalmente, la familia y la escuela se han encargado de educar a las personas como ciudadanos íntegros y según una moral establecida y universal. En los centros educativos se intenta educar a los niños según el respeto a valores como la dignidad, la responsabilidad o la solidaridad, y se les enseña a enfrentarse a las diferentes situaciones de la vida mediante valores específicos. Esto se hace con el fin de que el niño tenga sentido de pertenencia, diversión, y disfrute en la vida, relaciones afectuosas, autosatisfacción, respeto, emoción, sentido del cumplimiento, seguridad y respeto a uno mismo (Mas-Manchón y otros, 2015).

#### **DESCONOCIMIENTO DE LA ALIMENTACIÓN CULTURAL**

Desde principios de la segunda revolución industrial, la Europa industrializada experimento un extraordinario crecimiento demográfico, especialmente en ciudades; en especial en el ámbito alimentario ya que modernizaron los métodos agrícolas con la producción de plaguicidas y abonos sintéticos y nueva maquinaria agrícola. Como uno de los principales agentes de este proceso la industria química sentó las bases para el procesamiento, conservación, enlatado, envasado y transporte de comida.

La neolonización ya había avanzado en el frente de la agricultura, industria y tecnología incluso en los hogares con los aparatos electrodomésticos que cambiaron la forma de conservar y cocinar los alimentos, dando como resultado que varios de los métodos de preparación tradicionales cedieran paso a los sistemas industrializados de procesamiento y distribución de alimentos (Elena García & Bermúdez, 2016).

La aculturación es el proceso mediante el cual una cultura asimila e incorpora elementos procedentes de otra cultura con la que ha estado en contacto directo y continuo durante cierto tiempo. Este proceso está moviéndose entre lo tradicional y las nuevas costumbres adoptadas; este cambio de sabor de los platillos de la cocina tradicional mexicana está erosionando la identidad culinaria.

Hoy en día, los que preparan alimentos notan, que los ingredientes se ven, huelen y saben diferente, pero aun así lo compran y eso es debido a que son más baratos que los productos nacionales. También se basan en la apariencia del producto ya que estas desplazan al sabor, por lo que los consumidores se inclinan por mercancías más grandes y más coloridas, y por lo tanto son considerados las más “bonitas” pero no las más deliciosas (Antonio Medina y otros, 2018).

En el México antiguo se consumían diferentes tipos de plantas silvestres que eran aproximadamente 600 especies no cultivadas. Pero debido a la asignación valorativa que le dieron los europeos en la colonización origino su desplazamiento.

Muchos de los recursos nativos han sido desplazados en el mercado por otros frutales que fueron introducidos; al disminuir la producción de estos frutos no solamente se pierde la tradición del consumo, sino también el conocimiento sobre el aprovechamiento de estos recursos. Por ello en México, el cultivo de muchas especies nativas ha disminuido, entre las causas más importantes de su desarrollo destacan: la introducción de especies frutales con un mayor grado de domesticación que logran reemplazar en gran medida a los frutales nativos en huertos familiares y comerciales; la mejora en las vías de comunicación y la condición de transporte ya que estos son más rápidos y esto hace que compitan con mayor ventaja que las nativas (Ramírez, 2020).

#### **PROBLEMAS DE SALUD POR LA INTERCULTURALIDAD**

Al incorporarse varios productos industrializados y bebidas embotelladas, que junto con la dieta base, alta en carbohidratos, contribuyen al deterioro generalizado en la calidad de la alimentación. En consecuencia, se presentan de los estratos de nivel alto padecimientos de sobrepeso y obesidad asociados a una alimentación costosa desbalanceada. De igual forma en los estratos de bajos ingresos padecimientos de desnutrición asociados a dietas deficientes, caracterizadas por el exceso de alimentos ricos en grasas, azúcares refinados y pobres en fibras, el aumento de alimentos y bebidas industrializadas, de bajo costo, alta densidad energética y mala calidad que sustituyen a la dieta tradicional basada en granos, cereales y leguminosas. (Troncoso Pantoja, 2019)

El exceso de peso está asociado con otras enfermedades que son las enfermedades cardiovasculares, la diabetes, el cáncer y los trastornos del aparato locomotor. Parte de ello es provocado por los cambios alimenticios y de actividad física, es debido a la naturaleza sedentaria de muchas formas de trabajo, los nuevos modos de transporte y la creciente urbanización y el aumento a la ingesta de alimentos calóricos por su alto contenido en grasas.

Aparte de que los seres humanos nos alimentamos para procesos bioquímicos para la supervivencia, nos vemos inmersos dentro de la presencia de la cultura individual, es decir un alimento para ser susceptible de consumo necesita llevar un proceso de normas culturales que lo hacen deseable para una población, quedando más allá de una simple necesidad biológica de alimentarse y de los diversos productos proporcionados por la naturaleza (Figueroa González y otros, 2018).

La obesidad es frecuentemente consecuencia de la ingestión de dietas bajas en fibra con la alta densidad energética, y bebidas azucaradas, en combinación con una escasa actividad física debido al uso excesivo de la televisión o los videojuegos. En el mercado de alimentos hay una amplia disponibilidad de alimentos con alto contenido de grasa y azúcares que propician al consumo en exceso.

Un estudio de relación entre padres e hijos señala que, a la hora de la comida, más de la mitad de las madres inducen a sus hijos a comer más allá de las señales de autorregulación innatas, en un intento por entregar una buena nutrición para sus hijos. Se ha establecido que los infantes poseen una capacidad para modular la ingesta, que se manifiesta expresa en variaciones de consumo en diferentes días como consecuencia de un reducido apego a las reglas familiares y una respuesta prioritaria a las señales internas de saciedad y hambre (Hernández-Escalante y otros, 2015).

Otro problema de salud es la bulimia ya que con la televisión, periódicos, revistas y suplementos dominicales se confirma que nuestra sociedad existe una excesiva preocupación por el aspecto corporal. Por ello en esta cultura en la que predomina culto al cuerpo y en el que las contradicciones son evidentes, se están incrementando paulatinamente la aparición de trastornos relacionados con la imagen corporal y con la alimentación, ya que son los dos pilares básicos de la contradicción cultural.

Actualmente, los cánones de belleza se han vuelto extremadamente rígidos y estereotipados, especialmente con el cuerpo de una mujer, exigiéndole figuras delgadas, estilizadas y masculinizadas (Toro, 1996).

En las sociedades contemporáneas de consumo, el cuerpo representa al individuo, por lo que la imagen ha de reflejar los signos de belleza, disfrute y éxito social. La socialización de género es preocupante en el caso de los adolescentes debido a que los cambios físicos asociados a la

pubertad afectan en gran medida a su autoestima, al sentir más presión sobre la imagen corporal, las relaciones sociales y en el colegio.

En la actualidad, nos encontramos ante una sociedad en la que el uso de la tecnología está a la orden del día en donde cada vez son más jóvenes los que se inician en las redes sociales, ya que el internet y las redes sociales aportan nuevas oportunidades de socialización y otros beneficios que contribuye, a su vez, a la auto asignación de modelos de cuerpos ideales y a la publicidad hipersexualizada (Lozano-Muñoz y otros, 2022).

Otro problema de salud es la anorexia que son las personas que no mantienen el peso corporal en un nivel normal mínimo esperado o por encima de ese nivel para su edad y talla. Este se suele dar más en mujeres jóvenes y esto se debe a la fuerte influencia que ejerce la presión del contexto sociocultural. El contexto sociocultural premia la delgadez y tiene prejuicios contra la gordura, y esta ha ido en aumento en los últimos 30 años, por eso cuando se habla de un “cuerpo ideal o espectacular” se refiere de forma negativa al ideal de salud o bienestar, ya que es moda imperante de ese determinado momento (Crispo y otros, 1998).

El uso de las redes sociales puede ser considerado un factor de riesgo desencadenante de Anorexia Nerviosa, específicamente en adolescentes que se encuentran en una etapa vulnerable debido al proceso de confirmación y conformación de su identidad. En la última década ha sido atravesada por una irrupción en incremento de redes sociales, principalmente utilizadas por un público adolescente y joven que con frecuencia se nutren de imágenes publicadas que comparan con sus cuerpos. Este predominio visual mediado por el ideal de un cuerpo perfecto podría operar a favor de la insatisfacción corporal impulsando a la delgadez (Lucciarini y otros, 2021).

La típica víctima es una joven formada, talentosa, ambiciosa, entusiasta de la perfección; ya que se trata del tipo de la gran triunfadora, que está consciente de jugar de acuerdo con las reglas que sugieren las voces más influyentes de nuestra cultura, incluidas las de la profesión médica. La anoréxica es una ciudadana demasiado leal de nuestro desquiciado mundo para sospechar que, cuando presta oídos al unánime espíritu de la pérdida de peso, está siendo empujada a la autodestrucción, es imposible convencerla de que está seriamente enferma debido a que interpreta todos los intentos de ayuda como conspiraciones envidiosas para engañarla y arrebatarle su esforzada victoria, puesto que son incapaces de alcanzarla por ellos mismos (Girard, 2009).

## **LA COCINA JAPONESA Y SU INTERVENCIÓN EN MÉXICO**

Un hecho que sirvió como antecedente inmediato del primer lazo oficial amistoso entre México y Japón, fue el viaje de la Comisión Astronómica Mexicana de 1874: el primero en su tipo realizado por científicos mexicanos, cuya misión era observar el tránsito de Venus frente al disco solar; el objetivo de esta actividad astronómica era calcular con exactitud la distancia entre el Sol y la Tierra. Los mexicanos lograron hacer dicha observación en Yokohama, Japón.

Francisco Díaz Covarrubias, quien encabezó la Comisión, y Francisco Bulnes, que viajó como cronista de la misma, al regresar a México expresaron su punto de vista sobre la convivencia de entablar relaciones diplomáticas y su punto de vista sobre la convivencia de entablar relaciones diplomáticas y comerciales con Japón, así como facilitar y promover la inmigración japonesa hacia territorio mexicano (Palacios , 2012).

Los migrantes japoneses empezaron a llegar a México desde la fecha de 1897 cuando llegaron 34 personas en la región del soconusco en Chiapas generando con ello 7 oleadas de migrantes con diferentes características.

La primera etapa comprende hasta los años 1940 se trataba de migrantes económicos de origen rural que se instalaron en el norte y sur de México para realizar labores de pesca, agricultura y pequeños comercios, así como para la formación de familias o la reunificación de las mismas.

La segunda etapa corresponde con el reposicionamiento geopolítico de Japón después de la Segunda Guerra Mundial, cuando se consolida como una potencia económica, dando lugar a una séptima oleada migratoria. Desde los años 1950, el tipo de migración japonesa toma un perfil de expatriados, es decir, de personas enviadas al exterior por sus empresas y se caracteriza por el carácter rotativo y temporal de personal ejecutivo y técnico de las corporaciones japonesas. (Balbuena López, 2019)

Las primeras dos oleadas de migración japonesa en México se caracterizaron por personas que llegaron a Chiapas con calidad migratoria de colonos y emigrantes libres. Esta inmigración se basó en la buena relación establecida entre Japón y México. Se llevó a cabo bajo la iniciativa del gobierno japonés que fundó la compañía colonizadora de Japón, con el fin de construir colonias de agricultores japoneses en territorio mexicano. Posteriormente, se formó la sociedad Colonizadora Japón-México que envió a los primeros 34 japoneses a la región del soconusco en Chiapas en donde se planeaba producir café.

Algunos pocos años más tarde empezaron a México migrantes para trabajar como braceros. Más de 10 000 japoneses fueron movilizados entre 1900 y 1910 bajo contrato para trabajar en distintas partes de México (Vila Freyer, 2017).

La cuarta oleada fue por el ingreso ilegal de japoneses a México, ya se estaba suscitando desde unos años antes de la deserción de los braceros; correspondieron estos a los rechazados por los Estados Unidos. Se dirigieron a México y muchos entraron ilegalmente para de aquí, ingresar de nuevo al país que restringía su entrada. Tanto el gobierno mexicano, como el norteamericano y el japonés procuraron evitarlo, pero los esfuerzos fueron inútiles; así en años siguientes, continuaron cruzando la frontera.

Hubo también emigración de japoneses residentes en los Estados Unidos hacia México, los que, al comenzar a sentir la presión de las medidas restrictivas dictadas en ese país, ingresaron, unos legal y otros ilegalmente (Mishima & Elena, 1982).

El convenio firmado entre México y Japón en 1917 para el libre ejercicio de la profesión de médico, farmacéutico, dentista, partero y veterinario, estuvo vigente hasta 1928. Al amparo de este convenio arribó la quinta oleada de migración, que son los calificados. Es la etapa en la que el país recibió a los profesionistas que dieron fama a los japoneses como odontólogos, quienes formaron una generación de especialistas prácticos.

Para el periodo de 1921-1940, los inmigrantes japoneses que emigraban de Sur a Norte y que no pudieron cruzar la frontera fueron instalándose en la zona, creando emporios: en ciudad Juárez, Chihuahua, el del comercio de abarrotes; en Mexicali, Baja California, el del algodón; en Ensenada, Baja California y Tampico, Tamaulipas el de pesca. Poco a poco fueron logrando su estabilidad económica y social y, por consiguiente, estuvieron en posibilidad de mandar traer parientes más próximos, de acuerdo con lo establecido en la legislación mexicana, así fue como se dio la sexta oleada, con el sistema yobiyose o requerimiento (Mishima & Elena, 1997).

Los médicos pioneros que llegaron a través del convenio de 1917 tuvieron que emplear como interpretes a otros japoneses que habían ingresado a México con anterioridad. Después de que aprendieron a hablar el español, los médicos despidieron a sus intérpretes, quienes a su vez empezaron a ejercer la medicina en lugares carentes ya sea de médicos o de practicantes. Gracias al buen manejo del español y a su sociabilidad, tenían la ventaja de poder comunicarse con los pacientes de mejor manera que los médicos recién llegados de Japón.

Antes del convenio de 1917 ya había habido casos de inmigrantes japoneses que percibieron la medicina como carrera prometedor y que empezaron a aprender como autodidactas y a ejercer donde no había médicos, para luego obtener un título ya sea por el reconocimiento de su práctica o a través de un examen establecido por el gobierno federal (Misawa, 2004).

La séptima oleada japonesa fue durante la segunda guerra mundial, aquí los nikkei-mexicanos durante este periodo histórico, México rompe relaciones diplomáticas con Japón y se unió con los aliados durante la segunda guerra mundial, dio un trato muy diferente al que había dado a los inmigrantes japoneses, llevándolos a la concentración y orillando a muchos de ellos hacia el éxodo; este ultimo en algunos casos de índole obligatoria. En este periodo surgieron comités de ayuda intrajaponesa que se crearon en el interior del país y fueron de gran importancia para el mantenimiento de las relaciones sociales entre los dos países, aunque en el nivel gubernamental el rompimiento fue franco. Al finalizar la guerra, los japoneses que se encontraban concentrados fueron libres de retornar a sus hogares de residencia y, con excepción de aquellos bienes financieros que fueron custodiados por el Banco de México, les fue regresado íntegramente su dinero y propiedades (Terui, 2005).

#### **LA COCINA JAPONESA EN CHIAPAS**

El proyecto de la instauración de la colonia japonesa en la costa de Chiapas se debe a los esfuerzos del japonés Takeaki Enomoto, esto se debe que después de crearse el consulado japonés en México, en octubre de 1891, se realizó un viaje de reconocimiento para determinar si México era propicio para la colonización, en el cual el resultado fue positivo. Para efectos de la futura colonización en suelo mexicano en 1894 se comisiona un agrónomo para estudiar las características pedológicas del lugar en donde se iba a establecer la colonia, dando como resultado a Escuintla, como el lugar ideal para colonizar, ya que la tierra era propicia para el cultivo de cafetos.

Los colonos japoneses tenían el propósito de dedicarse a la cafecultura, pero como desconocían de esta actividad, además de que los terrenos donde hicieron los cafetales no eran aptos para este cultivo, les condujo a un desagradable fracaso. Después de ello se formó la segunda colonia y esta corrió con mejor suerte ya que persistió, con marcado progreso, en la agricultura y la ganadería hasta 1915 (Esponda Jimeno, 1995).

## **LA GLOBALIZACIÓN EN CHIAPAS**

La globalización neoliberal ha generado zonas de inclusión y de exclusión incrementando las desigualdades regionales, pero también intrarregionales, en Chiapas las comunidades indígenas han sido afectadas debido a que los enclaves pre capitalistas, se vieron perjudicados debido a la escasez de tierras, la caída de los precios del café, la crisis de producción de granos básicos, sumando a la guerra de baja intensidad y a los conflictos político-religiosos de las comunidades. Esto ha provocado que completen sus ingresos con ayudas públicas y a su emigración fuera de las comunidades en busca de trabajos que reporten alguna remuneración. (Martínez-Cuero y otros, 2017)

## **LA CULTURA OTAKU EN MÉXICO**

Los otakus son en su mayoría jóvenes, aficionados al manga, al anime y/o a los juegos de video, que tienden a convivir entre ellos y para consumir estos productos culturales y sus derivados. Este fenómeno está en constante crecimiento desde los años 80' en Japón y hoy en día representa un mercado colosal y se extiende con rapidez al resto del mundo y México no es la excepción.

El anime es un éxito popular en el mundo entre los jóvenes porque además de las estrategias de mercado implementadas, satisface sus ganas de evadirse en un mundo cada vez más individualista y competitivo, y les permite pensar que pertenecen a un grupo de pares que comparten una pasión hermética para el mundo de los adultos con los que ya no se sienten identificados, por ello estos productos culturales parecen ser instrumentos de socialización y vehículos de crítica social (Menkes, 2012).

Los otakus se caracterizan por ser consumidores no solo de la animación japonesa, sino de productos relacionados y en general de la “cultura japonesa” y todo aquello que se lleve el sello “Hecho en Japón”, así también como audiencias activas.

La afición se extiende por todo aquello que se produzca en Japón, por lo tanto suele comprar videojuegos, consume música japonesa (j-pop, j-rock, música tradicional), producciones cinematográficas, platos gastronómicos, aprende su idioma y caligrafía o al menos lo intenta, usa palabras japonesas en sus conversaciones, asiste a eventos culturales donde lo japonés sea lo protagonista y hasta llega a viajar a ese país y conocer el barrio de Akihabara en Tokio que es el lugar de encuentro por excelencia de los otakus nipones de todo tipo (Cobos, 2010).

El contacto con el otaku en México se propició de manera temprana a partir de los años setenta y ochenta, con la introducción a nuestro país de diferentes series televisivas de anime para niños, entre las que destacaron La Princesa Caballero, Astroboy, Remy, Candy Candy, entre otras, mismas que familiarizaron la mirada de los mexicanos con la estética de los dibujos animados japoneses y sus historias (Domínguez Prieto, 2013).

# METODOLOGÍA

## **DISEÑO DE INVESTIGACIÓN**

La presente investigación de corte “cualitativo” debido a que se refiere a la forma de recopilar la información por medio de entrevistas, con jóvenes conocedores de la cultura japonesa. Es de tipo fenomenológico debido a que en esta se recopilará información con las entrevistas a diferentes jóvenes que están involucrados con la cultura japonesa de acuerdo a sus propias experiencias con los platillos que hayan probado, una vez obtenido los datos se hará un análisis de los resultados obtenidos, para así sacar una conclusión si es que hay riesgo de perder parte de las raíces gastronómicas de Tuxtla Gutiérrez y saber más información sobre los gustos de las nuevas generaciones.

Una investigación cualitativa podría entenderse como una categoría de diseños de investigación que extraen descripciones a partir de observaciones que adoptan la forma de entrevistas, narraciones, notas de campo, grabaciones, transcripciones de audio y video casetes, registros escritos de todo tipo, fotografías o películas y artefactos.

La fenomenología busca conocer los significados que los individuos dan a su experiencia y lo importante que es aprender el proceso de interpretación por el que la gente define su mundo y actúa en consecuencia (Herrera, 2017).

## **POBLACIÓN**

Se realizaron entrevistas a jóvenes que tengan 15-24 años de edad de la ciudad de Tuxtla Gutiérrez.

## **MUESTRA**

Aleatorio o por bola de nieve, se identificaron a adolescentes entre la edad indicada, quienes acudían a consumir a los restaurantes seleccionados o en eventos donde sirvan platillos japoneses, y quienes se inclinan por el gusto de consumir alimentos y preparaciones de la cocina japonesa.

## **MUESTREO (no probabilístico)**

El muestreo es no probabilístico debido que se usó el muestreo, bola de nieve seleccionando a personas al azar en algún restaurante o evento que estén relacionados con los platillos japoneses.

Se estima que debe haber aproximadamente de entre 3000 jóvenes conocedores de la cultura japonesa en Tuxtla Gutiérrez, para hacerles una encuesta.

Se valora que se debe entrevistar de entre 30-50 jóvenes para obtener los resultados deseados.

**VARIABLES DEPENDIENTES**

Consumo de alimentos japoneses, jóvenes conocedores del tema

**VARIABLES INDEPENDIENTES**

Tiempo, clima, horarios de apertura de los restaurantes

**INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN**

Se realiza una entrevista semi estructurada de 33 preguntas, divididas en la siguiente forma:

- a). - Datos generales
- b). - Motivos por los que acude a consumir alimentos de origen japones
- c). - Conocimiento sobre la alimentación tradicional
- d). Interculturalidad en jóvenes

## PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

Debido a la globalización la cultura japonesa se ha extendido en las nuevas generaciones, aunque hoy en día se ve con más naturalidad, aunque la cultura japonesa tiene varios años en la república mexicana

Se hizo una entrevista semi estructurada a 24 jóvenes de 15-24 años de edad en el cual se hizo un análisis de todas las preguntas para llegar a hacer una conclusión de que tanto saben los jóvenes sobre la comida tradicional y si es que estos prefieren más la comida japonesa.

Todos los entrevistados asistieron a una convención que está relacionado con la cultura japonesa llamada Camelot que se realiza 1 vez cada 3 meses, ubicado en expo convenciones Chiapas, en el que se estima que llegan a ese evento entre 3000 o más personas de diferentes edades, ya sean de la ciudad o de alguna ciudad cercana como Chiapa de Corzo o San Cristóbal.

Se llama Camelot debido a que los organizadores del evento, les gusta el anime Fate Stay/Night y en este se menciona al rey Arturo, y la fortaleza en donde se residía junto con sus caballeros de la mesa redonda se llamaba Camelot por ello tiene este nombre. El objetivo de la convención de anime es poder conocer más sobre la cultura japonesa y cosas relacionadas con el anime, manga, comics, videojuegos u otras caricaturas que hayan marcado nuestra infancia, conocer personas que le dieron doblaje a algún personaje y poder convivir con nuestros amigos o familiares y conocer nuevas personas.



Figura 1. Camelot

El manga, es la historieta japonesa, y el anime son los dibujos animados creados en Japón, han logrado ser más asequibles al mundo occidental gracias al flujo de información por la red, permitiendo una forma de conocer y apreciar esta expresión artística. Para algunos se constituye en una forma de encontrar sentimientos, valores e identificaciones en un personaje animado que les habla directamente a su mundo interno, o si se quiere a su psiquismo. (Parada Morales, 2012)

La primera persona en entrevistar fue un joven llamado Eduardo de 22 años, este no tiene tanto conocimiento sobre platillos tradicionales, ya que come lo que le preparan en casa, y más que no le llama la atención aprender a cocinar, suele consumir los platillos japoneses de 1 a 2 veces al mes, debido a que le gustan los platillos que hay ya que hay sabores e ingredientes nuevos que puede degustar, en el que sus favoritos son los Makis y el Takoyaki.

Consume estos platillos debido a la influencia de sus familiares desde los 18 años, en conocimiento sobre ingredientes japoneses reconoce los mariscos y el arroz. Cuando llego la pandemia consumía más los platillos tradicionales ya que es lo que le preparaban en casa y ya no podía salir, pero desde que se empezó a popularizar el uso de las apps como Rappi, o Uber que sirven para pedir comida a domicilio suele pedir platillos japoneses de vez en cuando, en sus salidas en busca de comida japonesa a logrado encontrar platillos a un precio accesible, por lo que suele resultar bastante conveniente.

Suele ir a los locales de comida japonesa por dos razones, la primera para poder convivir con su familia ya que es con ellos con los que suele ir; y la segunda razón es por el ambiente que hay en el establecimiento ya que hay cosas que le llaman mucho la atención, al degustar los platillos japoneses siente alegría y satisfacción por poder probar alimentos nuevos que no conoce, ya que le llama bastante la atención la variedad de ingredientes que se utilizan para hacerlos.

El segundo entrevistado fue a un joven llamado Luis de 22 años de edad, en relación con los platillos tradicionales no tiene mucho conocimiento ya que consume lo que sea que le preparen en casa, debido a que sus familiares lo preparan para el día a día, solo reconoce algunos ingredientes locales como el chile ancho y el guajillo ya que en su casa es lo que más se usa.

No tiene preferencia en favoritismo de platillos ya sea japoneses o tradicional, ya que considera que ambos son buenos. Consume platillos japoneses 2 veces al mes debido a que ofrece una nueva experiencia diferente, en el que ha consumido hasta la actualidad los Takoyakis, Makis y

el Ramen, en el que su favorito es el Ramen, por su forma de preparación y la variedad de sabores que hay de este.

Desde los 21 años consume platillos japoneses debido a la influencia de sus amigos, en el que suele frecuentar a la Cafetería Hotaru Ramen que suele vender variedad de platillos japoneses. Los ingredientes que suele reconocer son de su platillo favorito, como los fideos, la carne de cerdo, huevo duro y algas; lo que más suele agrada de los restaurantes japoneses es la atmósfera que transmite, debido a que tiene una estética única, en el que puede disfrutar de la música de anime o programas japoneses y también conocer nuevas amistades, se ve interesado en preparar algún platillo japonés, pero considera que conseguir algunos ingredientes no es posible.

La tercera entrevistada fue una joven llamada Hania de 24 años de edad, tiene conocimientos sobre los platillos tradicionales, y sabe preparar uno u otro platillo debido a la influencia de sus abuelos, en el que reconoce algunas variedades de tamales y el mole.

En los platillos japoneses ha consumido hasta el momento los Maki y el Sushi, en el que su favorito son los Maki ya que le gusta la forma en como le dan sabor al arroz. Le llamo la atención saber más sobre platillos japoneses debido a la influencia de los animes y programas japoneses. Probo su primer platillo japonés a los 16 años, y los restaurantes que más ha concurrido son Maki roll y Hanasho, en cuestión de los ingredientes identifiqué los mariscos y las algas.

En la pandemia del covid-19 consumió más platillos tradicionales ya que no podía salir de casa y se conformaba con lo que le prepararan, pero ya después con la popularización de los servicios de comida a domicilio empezó a pedir platillos japoneses a domicilio de 1 a 2 veces al mes.

Cuando concurre a un restaurante japonés va acompañada por su pareja, y lo que le llama la atención de un restaurante japonés es la atmósfera que este produce ya que a partir de ahí puede saber más sobre la cultura japonesa, al momento de degustar la comida japonesa siente felicidad al probar algo que le gusta, y exótico.

El cuarto entrevistado fue un joven llamado Abrid de 18 años de edad, tiene pocos conocimientos sobre los platillos tradicionales ya que antes vivía en el distrito federal, y debido a ello solo consume platillos tradicionales chiapanecos ya que es lo que suele comprar para su consumo.

En cuestión de los platillos japoneses suele consumirlos de 2 a 3 veces al mes, en el que suele frecuentar debido a sus amigos, en el que los platillos que ha consumido hasta ahora son los Onigiri, el Ramen y los Makis, en el que su favorito son los Makis por su fácil elaboración y la variedad de sabores que puede disfrutar de este.

Empezó a consumir platillos japoneses a partir de los 15 años de edad, los restaurantes de comida japonesa que más ha concurrido son Japan roll y Kabuki, en la identificación de los ingredientes japoneses menciona el arroz, algas, pescado, verduras y carne, por ello considera que los platillos japoneses son más saludables que los tradicionales.

En la pandemia del covid-19 consumió más platillos tradicionales ya que era lo que tenía disponible en ese entonces, pero con la popularización de las apps de servicio de comida a domicilio suele pedir platillos japoneses 1 vez al mes. Las personas que lo acompañan en los restaurantes japoneses son su familia ya que también les gusta los platillos japoneses.

Lo que más le llama la atención de un restaurante japonés es el ambiente, y siente bastante tranquilidad y felicidad al degustar los platillos japoneses ya que son de su agrado y le llama mucho la atención las variedades de formas de preparar el arroz.

La quinta entrevistada fue a una joven llamada Alejandra de 18 años de edad, tiene los conocimientos básicos de la cocina tradicional debido a que su madre y abuela le han enseñado a preparar algunos platillos y es parte de su dieta diaria.

Prefiere más los platillos japoneses debido a que le gusta mucho el sabor de estos, consumiéndolos 2 veces al mes, el motivo por el que consume comida japonesa es que debido a la influencia de su hermana; los platillos que ha consumido hasta ahora son los Onigiris, Makis y el Ramen, en el que su favorito es el Ramen debido a la variedad de sabores que este posee.

Consume platillos japoneses desde los 7 años, y considera que son más saludables que la comida tradicional porque considera que la mayoría son platillos hechos al vapor, y usan poca grasa e identifica como ingredientes el arroz y variedad de verduras.

En la pandemia del covid-19 consumió más platillos tradicionales debido a que no podía salir de casa. Suele ir a los restaurantes de comida japonesa con madre y hermana ya que ellas les encanta comer ahí de vez en cuando, lo que más le llama la atención de un restaurante japonés es la atmósfera, y la variedad de platillos que ofrecen, cuando consume comida japonesa siente

felicidad por consumir algo que le gusta bastante al lado de su madre y hermana; las veces que a intentando hacer platillos japoneses en su casa es para hacer feliz a su hermana ya que a ella le gusta mucho la temática japonesa.

El sexto entrevistado fue a un joven llamado Armando de 19 años de edad, no tiene tanto conocimiento sobre platillos o ingredientes locales, pero si le gusta consumirlos, aunque en su casa suelen más consumir comida ya preparada de algún local que venda comida hecha como empanadas, tamales, tostadas, entre otros platillos.

Prefiera más los platillos tradicionales que los tradicionales debido a la diversidad de comidas que hay en nuestra localidad y es a lo que está más acostumbrado a consumir. Va a restaurantes de comida japonesa de 1 a 2 veces al mes en el que solamente a probado el ramen y algunos dulces japoneses, el ramen es su platillo favorito debido a la diversidad de sabores que hay de este. Empezó a consumir platillos japoneses desde los 17 años de edad debido a la influencia del anime y manga, ya que suelen mostrar mucha variedad de platillos en estos.

Considera que la comida japonesa es más saludable debido a que se hace de forma más natural, al restaurante que ha ido hasta el momento es a Sushi Itto y cuando va a la convención prueba el ramen que trae el restaurante Otto Ramen. En la pandemia del covid-19 consumió más comida tradicional ya que es lo que había en casa y no podía salir mucho.

Cuando va a un restaurante japones va acompañado de su familia, y lo que más le llama la atención es la atmosfera que transmite, por la forma en como está decorado; al consumir un platillo japonés, siente satisfacción por probar algo nuevo, y le llama la atención la forma en cómo se elaboran los platillos.

La séptima entrevistada es una joven llamada Gileri de 21 años de edad, tiene conocimiento de lo básico ya que es parte de su dieta diaria en casa, y porque es lo que su madre prepara en casa, pero no está interesada en aprender a cocinar.

Le gustan los platillos tradicionales y japoneses ya que son de su agrado por el sabor que tiene cada uno. Los platillos japoneses que ha probado hasta ahora son el Ramen, Okonomiyaki, Sushi, Onigiri y el Taiyaki en el que su favorito es el Ramen ya que el sabor que tiene se le hace similar a la comida tradicional. Empezó a consumir comida japonesa desde los 14 años por la influencia de sus amigos, y desde entonces suele consumirlos, y de vez en cuando lo pide a domicilio de 3 a 4 veces al mes.

Los establecimientos de comida japonesa que ha visitado hasta ahora son Kyo Sushi, Sushi Itto Y Hotaru Ramen; considera que la comida japonesa es más saludable porque es muy balanceado. Durante la pandemia covid-19 consumió más platillos japoneses debido a que no podía salir de casa por la cuarentena.

Lo que más le agrada de un restaurante japonés es la atmósfera que este presenta porque le produce tranquilidad y la presentación de los platillos que le llaman mucho la atención. Va a los restaurantes de comida japonesa con su familia o sola de vez en cuando, al momento de consumir comida japonesa siente paz, por consumir platillos de su agrado, y como no anda interesada en cocinar no le llama la atención aprender a cocinar comida japonesa.

La octava entrevistada es una joven llamada Andrea Estefanía de 22 años de edad, es originaria de San Cristóbal de las Casas, pero viene a Tuxtla cada vez que hay una convención relacionada con la cultura japonesa, tiene conocimientos básicos de la comida tradicional debido a la influencia de su familia y por ello sabe cocinar y prepara la comida de vez en cuando.

Prefiere más la comida tradicional porque no le agrada tanto el sabor que da el mirin a los alimentos; los platillos que ha probado hasta el momento son el Yakisoba y el Ramen, en el que su favorito es el Yakisoba por su forma de preparación y los ingredientes que tiene que son de su agrado. Empezó a consumir comida japonesa desde los 12 años debido a la influencia del anime y le llamo la atención los platillos que se muestran en estos programas japoneses. Consume comida japonesa de 1 a 2 veces al mes, solo ha visitado hasta el momento 3 restaurantes de comida japonesa que son Tedis, Sushi Itto y Sushi Roll. Considera que la comida japonesa es más saludable porque no se utiliza tanto el salteado en los alimentos.

En la pandemia covid-19 consumió más comida tradicional debido a que estaba en casa y consumía lo que le preparan. Cuando va a un restaurante japonés va acompañada de su familia, y lo que más le gusta de estos lugares es la combinación de nuevos sabores que no conoce, y al momento de consumir comida japonesa siente satisfacción. Sabe preparar comida japonesa ya que estudia gastronomía y aprendió a elaborarlos.

El noveno entrevistado es un joven llamado Yankuam de 18 años de edad, tiene conocimientos básicos sobre los platillos tradicionales ya que es parte de su dieta, y a veces suele cocinar en su casa, aunque la mayor parte del tiempo su madre es quien cocina.

Prefiere más los platillos japoneses ya que le parece bastante exótico y le da curiosidad los platillos que venden. Empezó a consumir comida japonesa desde los 15 años, en el que los platillos que ha probado hasta ahora son los Onigiri y el Ramen en el cual su favorito es el Ramen por la variedad de sabores que este presenta. Empezó a consumir japonesa debido a la influencia del anime y eso le llamo la atención para empezar a consumirlos, de vez en cuando y aprovechar para ir al restaurante que está cerca de su casa que es Sushi Itto.

Considera que tanto la comida tradicional y la japonesa ambas son variables, debido a ello ambas pueden saludables y a la vez no dependiendo de cómo se preparen. En la pandemia covid-19 consumió más comida tradicional debido a la cuarentena y no podía salir de casa. No suele pedir comida a domicilio porque prefiere más a los restaurantes de comida japonesa ya que le agrada mucho de estos lugares el ambiente y la atmosfera que estos producen ya que le llama mucho la atención y sobre todo los platillos que se hacen, suele ir por lo general solo ya que se siente más cómodo; al degustar comida japonesa siente bastante tranquilidad por estar en un lugar de su agrado y por comer algo que le gusta; hasta ahora no le interesa aprender a cocinar comida japonesa ya que prefiere comprarlo, debido a que siente que es complicado hacerlos.

La décima entrevistada es una joven llamada Jessica de 17 años de edad, conoce lo básico en cuestión de la cocina tradicional ya que es parte de su dieta, ya que es lo que prepara su familia, no sabe cocinar, y no le interesa aprender. Prefiere más consumir comida tradicional ya que es el sabor al cual está más acostumbrada a consumir.

Empezó a consumir comida japonesa desde los 10 años, debido a la influencia del anime ya suele ver bastantes series, y en ellas se muestran uno que otro platillo que le llamaron la atención, hasta el momento a probado el Sushi, Ramen, y los Onigiris en el cual su favorito son los Onigiris por la variedad de rellenos que estos pueden tener; los restaurantes de comida japonesa que ha visitado hasta ahora son Otto Ramen y Sushi Itto.

Considera que la comida japonesa es más saludable que la tradicional debido a que sus platillos no tienen mucha grasa a comparación de la tradicional, y se ve más natural; en la pandemia covid-19 consumió más comida tradicional por la cuarentena y más que no puede salir a menos que un familiar la acompañe. Cuando va a un restaurante japonés la acompaña su hermana, y lo que más le llama la atención de un restaurante japonés es el ambiente que este produce, al consumir comida japonesa siente felicidad debido a que puede degustar nuevos sabores que no ha probado,

por ello de vez en cuando en casa se prepara Onigiris porque le gustan y puede ponerles el relleno que ella quiera.

El onceavo entrevistado es un joven llamado Luis de 17 años de edad, no tiene tanto conocimiento sobre los platillos e ingredientes tradicionales, ya que consume lo que sea que le preparen en casa. Le gusta más la comida tradicional ya que es a lo que está acostumbrado a consumir en casa; empezó a consumir comida japonesa desde los 17 años debido a la influencia de su novia ya que a ella le gusta mucho la cultura japonesa, los platillos que ha probado hasta ahora son el Sushi y el Ramen, en el que su favorito es el Ramen porque le gustan los caldos.

En pandemia covid-19 consumió más platillos tradicionales debido a que no podía salir de casa debido a la cuarentena, considera que tanto la comida tradicional y japonesa son saludables y a la vez que no dependiendo de la forma en que se preparen los platillos. Cuando va a un restaurante japonés va acompañado ya sea con su novia o hermano; lo que le gusta de un restaurante japonés es la atmósfera y el ambiente que tiene ya que siente como si estuviera en Japón, al consumir comida japonesa siente admiración por los sabores exóticos que prueba. Solamente una vez hizo comida japonesa para su novia, aunque no salió bien, pero quiere mejorar.

El doceavo entrevistado fue a un joven llamado Alejandro de 21 años de edad, no sabe mucho sobre la cocina tradicional ya que consume lo que sea que le preparen sus familiares en su casa, y de vez en cuando se cocina algo sencillo. Prefiere más la comida tradicional debido a que es a lo que está más acostumbrado a consumir.

Empezó a consumir comida japonesa desde los 16 años, en el cual va a los restaurantes de comida japonesa 1 vez al mes; hasta ahora solo ha probado el Ramen y los Onigiris, en el cual su favorito es el Ramen ya que se le hace similar a la comida tradicional; come comida japonesa debido a la influencia del anime y se animó a ir cuando vio un anuncio en las redes sociales, los restaurantes de comida japonesa que ha visitado hasta ahora son Maneki neko y Café Hotaru.

En pandemia covid-19 consumió más comida tradicional debido a la cuarentena ya que no podía salir de casa. Considera que la comida japonesa es más saludable que la tradicional porque no se usa mucha grasa; cuando va a un restaurante japonés por lo general va con sus amigos, y lo que más le llama la atención de un restaurante japonés es el ambiente inspirado en Japón, al consumir

comida japonesa siente felicidad por probar algo de su agrado; y no anda interesado en aprender a consumir comida japonesa ya que prefiere comprarlo que hacerlo.

La treceava entrevistada es una joven llamada Ana Fernanda de 20 años de edad, tiene conocimiento básico sobre los platillos e ingredientes tradicionales debido a que son parte de su dieta y a que su madre le ha inculcado a aprender a preparar uno que otro platillo. No tiene preferencia en la comida tradicional o japonesa ya que considera que ambos son deliciosos; no tiene mucho que empezó a consumir comida japonesa debido a que en unas prácticas que hacia la invitaron a comer comida japonesa y desde entonces ha probado varios platillos hasta el momento como el Ramen, Makis y el Sushi, en el cual su favorito es el Sushi por la variedad de combinaciones que tiene con el arroz.

En pandemia covid-19 consumía más platillos tradicionales debido a que no podía salir a comer fuera de casa, y por ello comía lo que sea que le preparara su madre. Considera que la comida japonesa es más saludable debido a que no lleva grasa y los platillos están equilibrados tal y como especifica el plato del buen comer.

Cuando va a un restaurante japonés va acompañado por sus familiares, y lo que más le llama la atención de un restaurante japonés es que los platillos son exóticos y le da curiosidad probarlos; al consumir comida japonesa siente felicidad por poder probar platillos y sabores nuevos que no conocía; no a intentando preparar comida japonesa en casa, pero anda interesada en aprender a preparar Makis.

La catorceava entrevistada es una joven llamada Danna Paola de 18 años de edad, no tiene tanto conocimiento sobre los alimentos e ingredientes tradicionales ya que en su casa compran comida ya hecha de lo que sea que se les antoje.

No tiene ninguna preferencia en la comida ya que le gusta la cocina tradicional y la japonesa. Empezó a consumir comida japonesa desde los 13 años, debido a la influencia del anime ya que se muestran uno que otro platillo en algún capítulo y le dio curiosidad probarlos; hasta el momento ha probado el Takoyaki y el Ramen, en el cual su favorito es el Ramen porque le gustan los caldos de fideos. Solamente ha visitado el restaurante japonés Hotaru Ramen y Otto Ramen, pero este último solo lo encuentra cada vez que va a la convención de anime Camelot que se hace 1 vez cada 3 meses.

En pandemia covid-19 consumió más la comida tradicional ya que no podía salir de casa y la pandemia hizo que cerraran varios restaurantes de la ciudad, pero en ese entonces, algunos de ellos no contaban con servicio a domicilio. Considera que la comida japonesa es más saludable debido a que es más natural, y se ven más frescos los ingredientes. Cuando va a un restaurante japonés por lo general va con sus amigos 2 a 3 veces al mes, lo que más le llama la atención de un restaurante japonés son los platillos que ofrecen ya que le interesa probarlos, al momento de consumir comida japonesa siente felicidad por degustar algo que le gusta; como no cocina en casa no anda interesada en aprender a hacer comida japonesa prefiere comprarla ya preparada.

La quinceava entrevistada es una joven llamada Ester de 22 años de edad, tiene bastante conocimiento sobre la cocina e ingredientes tradicionales ya que estudio gastronomía, y ya está graduada aparte de que su familia suele cocinar bastante. Prefiere consumir más comida tradicional ya que considera que es más accesible a comparación de la japonesa ya que algunos ingredientes están caros.

Empezó a consumir comida japonesa desde los 18 años debido a la influencia de sus amigos y la escuela, hasta el momento solo a consumido el Okonomiyaki, Dumplings, Makis y el Sushi en el cual su favorito es el Okonomiyaki ya que es muy similar a la pizza con la diferencia que este tiene verduras como relleno.

En pandemia covid-19 consumió más la comida tradicional ya que no podía salir, y la comida tradicional era más fácil de conseguir los ingredientes si tener que ir tan lejos de su casa. Considera que la comida japonesa es más saludable por que los ingredientes no contienen mucha sal y son más naturales; por lo general va a un restaurante japonés de 1 a 2 veces al mes acompañada de sus familiares, lo que le llama la atención de un restaurante japonés son los ingredientes y platillos exóticos que estos ofrecen, al consumir comida japonesa siente emociones encontradas ya que lo considera especial; de vez en cuando hace comida japonesa para algún convivio para poder así convivir con sus familiares o amigos.

El dieciseisavo entrevistado es un joven llamado Ángel David de 15 años de edad, es de Tuxtla Gutiérrez, tiene conocimientos básicos sobre la cocina tradicional chiapaneca, ya que sus familiares son de Puebla, y le interesa aprender más sobre la cocina poblana. Prefiere consumir más la comida tradicional ya que son de su agrado y es lo que está más acostumbrado a consumir.

Empezó a consumir comida japonesa desde los 14 años debido a la influencia de un amigo y porque le llamó la atención la forma en cómo se presentaban en los animes, los platillos que a consumido hasta ahora solamente es el Ramen, y le gusta consumirlo ya que considera que el sabor es exquisito. En pandemia covid-19 consumió más comida tradicional ya que no podía salir de casa y es lo que le preparaban en casa. Solamente ha visitado el restaurante japonés Café Hotaru y va acompañado con sus amigos 1 vez al mes, lo que le llama la atención de un restaurante japonés es la estética del lugar y la presentación de los platillos; al consumir comida japonesa siente tranquilidad ya al degustar su comida se relaja; no ha realizado y no le interesa hacer comida japonesa ya que considera que es complicado conseguir algunos ingredientes.

El diecisieteavo entrevistado es un joven llamado Juan, de 20 años de edad, no anda interesado en cocinar y tiene los conocimientos básicos sobre la cocina tradicional ya que es parte de su dieta ya que su madre los prepara en casa. Prefiere consumir más la comida tradicional ya que es más accesible y fácil de conseguir. Empezó a consumir comida japonesa desde los 17 años debido a la influencia del anime y debido a ello se volvió fanático de la cultura japonesa, por el momento solo ha consumido el Ramen, Sushi y el Mochi en el cual su favorito es el Sushi porque le gusta mucho su sabor.

En pandemia covid-19 consumió más comida tradicional ya que salía de su casa. Considera que la comida japonesa es más saludable ya que esta equilibrado y los ingredientes están más frescos. Cuando va a un restaurante japonés va acompañado de sus amigos 1 vez al mes, lo que le llama la atención de un restaurante japonés es el sabor de los platillos que ofrecen, y solo a visitado los restaurantes Café Hotaru y Maki Roll, al consumir un platillo japonés siente felicidad debido a que está degustando algo de su agrado; no anda interesado en aprender a cocinar y por ello no a realizado ni tratado de realizar platillos japoneses en casa.

El dieciochoavo entrevistado es un joven llamado José Ángel, de 21 años de edad, no tiene tanto conocimiento sobre la cocina e ingredientes tradicionales ya que en su casa suelen comprar la comida ya hecha, aunque si le interesa abundar un poco sobre la gastronomía local.

Prefiere más la cocina tradicional ya que es a lo que está más acostumbrado a consumir, empezó a consumir comida japonesa desde los 10 años debido a la influencia de su familia y amigos en el cual a probado hasta la fecha los Makis y el Ramen en el cual su favorito son los Makis ya que es un alimento bastante popular y de su agrado.

Durante la pandemia covid-19 consumió más comida tradicional ya que es lo que su familia suele pedir a domicilio. Considera que la cocina japonesa es más saludable debido a que no es grasosa y no se usan tantos condimentos, cuando va a un restaurante japonés va acompañado ya sea de sus familiares o amigos 1 o 2 veces al mes; los restaurantes que ha visitado son Hanasho, Sushi Itto y Wok. Lo que le llama la atención de un restaurante japonés es el ambiente y la forma de preparar los platillos; al consumir comida japonesa siente felicidad por poder probar algo nuevo que sea de su agrado, en su casa han hecho Ramen, pero solo en algunas ocasiones ya que se dio la oportunidad de poder prepararlo.

El diecinueveavo entrevistado es un joven llamado Ernesto de 16 años de edad, no sabe mucho sobre la cocina o ingredientes tradicionales, ya que en su casa suelen comprar la comida ya hecha, y no anda interesado en aprender sobre la gastronomía local o aprender a cocinar ya que solo le gusta degustar de la comida.

Prefiere consumir más la comida tradicional ya que solo come comida japonesa cuando se da la ocasión; no recuerda cuando empezó a consumir comida japonesa ya que su familia es quien suele pedir Sushi de vez en cuando y por ello solo este platillo a probado hasta el momento, y le agrada el sabor y la variedad de sabores que hay de este.

En la temporada de la pandemia covid-19 consumió más comida tradicional por la accesibilidad de este. No ha ido a un restaurante de comida japonesa, pero suelen pedir Sushi a domicilio, pero conoce el restaurante Sushi Itto por los anuncios que hay en las redes sociales; considera que tanto la cocina tradicional y japonesa ambas son saludables y al mismo tiempo si es que los platillos no tienen algunos ingredientes que sean altos en carbohidratos. Lo que le llama la atención de la cocina japonesa es la forma de elaboración de los platillos sobre todo el Sushi, también la disciplina que tienen los cocineros ya que son serios al momento de preparar algún platillo; al degustar el Sushi siente satisfacción por probar algo de su agrado.

El Veintavo es un joven llamado Erik de 21 años de edad, tiene conocimiento sobre lo básico en cocina e ingredientes tradicionales, ya que es parte de su dieta diaria, en el que su familia suele preparar estos alimentos, tiene algo de interés en saber más sobre la gastronomía local ya que considera que es interesante saber más sobre la cultura e historia local.

Prefiere consumir más la cocina tradicional ya que es más accesible; empezó a consumir comida japonesa entre los 17/18 años aproximadamente debido a la influencia de un amigo, y debido a

ello a consumido hasta ahora el Ramen, Udon, Takoyaki y los Mochis en el cual su favorito es el Ramen porque es un platillo fácil de digerir y no requiere mucha ciencia el tener que prepararlo. Durante la pandemia covid-19 consumió más la comida tradicional ya que era lo más accesible que tenía porque no podía salir de casa.

Considera que la comida japonesa es más saludable ya que no se usa mucho el aceite, a comparación de la cocina tradicional. Cuando va a un restaurante japonés por lo general va acompañado de sus amigos, para poder convivir y pasar el rato, solo a visitado un restaurante de comida japonesa que es Café Hotaru y otro local llamado Otto Ramen que vende comida en la convención de anime (Camelot) que se hace cada 3 meses, suele concurrir 1 vez cada 4 meses porque hay algún evento y sus amigos lo invitan a pasar el rato en estos lugares.

Lo que más le llama la atención de un restaurante japonés es el ambiente y la atmósfera que este produce ya que así puede saber un poco más sobre la cultura japonesa; al consumir un platillo japonés, no tiene algún sentimiento en específico ya que solo tiene curiosidad por el sabor de los platillos, no le interesa aprender a cocinar comida japonesa y tampoco sus familiares ya que no saben prepararlos y no saben dónde conseguir los algunos ingredientes.

El veintiuno entrevistado es un joven llamado Rafael Emiliano, de 21 años de edad, tiene conocimiento de lo básico de la cocina e ingredientes tradicionales, ya que es parte de su dieta debido a que es lo que prepara su madre en casa; le interesa un poco aprender más sobre la gastronomía local ya que es fanático de la comida y le es interesante. No tiene preferencia en la comida tradicional o japonesa ya que ambos le gustan y considera que cada uno se debe consumir de acuerdo a la situación.

Empezó a consumir comida japonesa desde los 20 años debido a la influencia de una amiga, en el cual solo a probado el Sushi y le gusta consumirlo porque es muy bueno como botana. Durante la pandemia covid-19 consumió más comida tradicional ya que era lo más accesible en ese entonces; no suele ir a restaurantes de comida japonesa ya que pide su Sushi por medio de las Apps de comida que hay, y le es más conveniente para poder estar relajado en su casa. Suele pedir comida japonesa a domicilio 1 vez al mes ya que se le antoja poder degustar su Sushi; lo que le llama la atención de la comida japonesa es el sabor y el aspecto de los platillos, al consumirlos no supo responder ya que solamente degusta comida japonesa cuando tiene antojo,

no prepara comida japonesa en casa y tampoco sus familiares debido a la falta de conocimiento sobre platillos japoneses.

La veintidosava entrevistada es una joven llamada María Fernanda, de 21 años de edad, sabe solo un poco sobre platillos tradicionales que es parte su dieta diaria que se suele preparar en su casa, le interesa saber un poco más sobre la gastronomía local debido a que considera que debería conocer más sobre sus raíces. Prefiere consumir más la comida japonesa a causa de que los platillos japoneses son más fáciles de preparar porque llevan bastantes verduras.

Empezó a consumir comida japonesa a partir de los 10/11 años aproximadamente debido a la influencia de una prima, los platillos japoneses que ha consumido hasta ahora son el Sushi y el Ramen, en el cual su favorito es el Sushi porque es muy versátil ya que se puede preparar con diferentes ingredientes y sabe muy bien. En la temporada del covid-19 consumió más la cocina tradicional ya que es lo que se preparaba en casa, y era más accesible; considera que la comida japonesa es más saludable porque es más variada y ligero.

Cuando va a un restaurante japonés va acompañada por su familia, amigos o su pareja, aunque suele más pedir comida japonesa a domicilio, y lo hace de forma seguida de 1 a 2 veces cada 2 semanas; los restaurantes de comida japonesa que ha ido son Kabuki y Kyo Sushi solamente para poder convivir con quien le esté acompañando. Lo que más le llama la atención de un restaurante japonés es la estética ya que algunos lugares son bonitos e innovadores; al consumir comida japonesa siente tranquilidad por degustar algo de su agrado, no cocina por el momento platillos japoneses, pero le interesa aprender a elaborarlos para así poder ahorrar algo de dinero.

Como se puede observar los restaurantes que más se mencionan de los entrevistados son Hotaru Café y Ramen, Sushi Itto, Maki Roll y Oto Ramen.

En Hotaru Café y Ramen que se encuentra ubicado por la calle Novena Pte. Sur cerca del parque de la marimba, la temática hace referencia a la cultura japonesa con el anime con personajes clásicos, como naruto, one piece o dragón ball; en la televisión transmiten algún programa de anime popular o clásico, u canciones de artistas japoneses, la publicidad de dulces y bebidas japonesas como los pocky, mochi, ramune, shoju, entre otros productos importados.

El menú es bastante variado dividiendo los platillos por secciones que son Ramen (en el que incluye variedades de este y el Udon), platillos japoneses (Este incluye variedad de platillos con arroz como el Curry, Katsudon, Oyakodon y Yakimeshi), Taiyaki y Snacks (lo único japonés aquí es el taiyaki que es un postre de waffle en forma de pez), Okonomiyaki y Onigiri (en el que se ofrece variedad de sabores de estos), Bebidas (lo único japonés es el calpis y ofrecen variedad de sabores), Frappés y Smoothies. Cada parte está bien explicada con una pequeña descripción de que es el platillo con una imagen de este, junto con el precio; de manera mensual se hace alguna promoción de los productos por día, ya sea con un 2x1 o combinando algún platillo con una bebida con un descuento. Es bastante concurrido sobre todo los fines de semana y se suele llenar más cuando organizan un bazar que se llama bazar Hotaru que se hace 1 vez cada 2-3 meses para poder vender variedad de platillos, dulces caseros japoneses o importados, y disfrutar de productos relacionados con el anime.



Figura 2. Hotaru café y ramen

En Sushi Itto que se encuentra ubicado en el Blvd. Belisario Domínguez 1972, Arboledas, 29030, la temática es de tipo japonés moderno por el tipo de luces, mesas sillas y el color del establecimiento, tienen uno que otro cuadro japonés por ahí, algunas macetas con plantas de bambú verde que es algo muy común en Japón, y un estante lleno de botellas de Sake, es tranquilo,

acogedor, ideal para salir a comer con amigos o compañeros de trabajo y tomarse uno que otro coctel.

El menú es bastante extenso ya que ofrecen bastantes platillos japoneses en el que se componen de las entradas (se componen de diferentes platillos ligeros como el Edamame que es el Frijol de Soya asado o al vapor, variedades de Gyoza, alguna preparación ligera de algún marisco u pescado azul, Bolas de Arroz y Spring Roll), Brochetas (puede ser de Kushiage que se le conoce así porque las brochetas se empanizan y el Yakitori que son brochetas asadas y marinadas con salsa dulce), Arroces y Donburi (son variedades de preparaciones del arroz que esta acompañado de algún cárnico y/o vegetales y salsas extras para el platillo que quieras consumir), Makis y Rollos (compuesto por variedad de Makis y Sushi de diferente sabores), Temaki y Sashimi (en el que se muestran los 2 platillos mencionados con diferentes sabores para degustar), Nigiri y Gunkan (Variedad de sabores tradicionales y creaciones de rollos de sushi por el restaurante), Noodles y Ensaladas (4 variedades de preparaciones de los fideos Noodles y tipos de Ensaladas para degustar), Teppanyaki (combinación de carnes o mariscos y verduras elaborados a la plancha), Ramen, Sopas y Tempura (Se ofrecen 4 variedades de ramen, 4 tipos de sopas japonesas, y el tempura ya sea de vegetales o camarón), Platos fuertes y complementos, Postres. El menú está bien explicado, con detalle de que consiste cada platillo con su respectiva imagen, ingredientes estandarizados y precio, el costo de los productos está altos, pero cumple con los ingredientes locales japoneses en los platillos, con la variedad de mariscos y pescados y condimentos. Es bastante concurrido los fines de semana, en el que suelen venir familias y compañeros de trabajo.



Figura 3. SushiItto

En Maki Roll que se encuentra ubicado en la calle Quinta Ote. Sur 171, Asamblea de barrio, San Roque, 29066, no se ve que este decorado con alguna temática en sí, ya que apenas vas entrando se ven luces como los focos navideños, para que se vea mejor en la noche, es pequeño el establecimiento, y no se ve que se llene, porque en el rato que estuve ahí note que le llegan bastantes pedidos a domicilio para Rappi o Uber.

El menú consiste tal y como dice el nombre del local venta de Makis ya sea de camarón, surimi, res o pollo con otros ingredientes extra como relleno, otros platillos extra que venden son Bolas de fuego, Wonton, Temakis, Kushiages, Nigiris y Yakimeshi, ofrece charolas y combos para disfrutar de los platillos que ofrecen ahí a un precio bastante accesible, al igual que los Makis son de buen tamaño y de buen sabor. Le faltan unos cuantos más detalles al menú sobre todo que no sea tan repetitivo los ingredientes que pueden llevar los Makis ya que se repite mucho el surimi, camarón y queso philadelphia.



ENTRADAS	KUSHIAGES (8 Pzas.)	NIGIRIS (10 Pzas.)	YAKIMESHI (10 Pzas.)
BOLAS DE FUEGO (8 Pzas.)	Surimi \$40	Surimi \$40	Surimi \$40
WONTON (10 Pzas.)	Surimi \$40	Surimi \$40	Surimi \$40
TEMAKIS (10 Pzas.)	Surimi \$40	Surimi \$40	Surimi \$40

COMBOS	CHAROLAS	BEBIDAS
<b>COMBO 1</b> \$150	<b>CHAROLA 1</b> (\$4 a 6 personas) \$500	Ensaladilla \$30
1 orden de Maki	5 orden de Maki	Papa Cocca \$30
1 pazo de Kushiage de queso	3 pazo de Kushiage de queso	Pincho \$30
1 pazo de Nigiri	3 pazo de Nigiri	Limonada Coco \$30
	3 pazo de Temaki de camarón	Limonada Fresa \$30
<b>COMBO 2</b> \$160	<b>CHAROLA 2</b> (\$4 a 5 personas) \$600	Limonada Mango \$30
1 orden de Maki	4 orden de Maki	Masajado Japonés \$30
1 pazo de Kushiage de queso	4 pazo de Kushiage de queso	Coco Monge \$30
1 pazo de Bolas de Fuego	4 pazo de Nigiri	Fresa Coco \$30
1 pazo de Wonton	4 pazo de Temaki de camarón	
<b>COMBO PAREJA</b> \$280	<b>CHAROLA 3</b> (\$8 a 7 personas) \$950	
2 orden de Maki	8 orden de Maki	
2 pazo de Kushiage de queso	1 pazo de Kushiage de queso	
2 pazo de Bolas de Fuego	5 pazo de Nigiri	
1 pazo de Wonton	5 pazo de Temaki de camarón	
<b>COMBO FAMILIAR</b> \$520	<b>CHAROLA ESPECIAL</b> \$1500	
4 orden de Maki	8 orden de Maki	
4 pazo de Kushiage de queso	8 pazo de Nigiri	
4 pazo de Nigiri de camarón	2 \$30 de Temaki de camarón	
	1 Orden de wonton de pollo	

Figura 4. Makiroll

En Oriental Wok que se encuentra ubicado en Infiernillo 195, Ampliación Las Palmas, enfrente de la torre Chiapas, apenas entrando se nota la temática oriental, con algunas decoraciones de la cultura china y japonesa como las paredes con platos que se usan más para algún caldo, y los peces Koi que están pintados en el techo con temática de restaurante moderno, apenas entrando te atienden bastante bien y son eficientes trayendo lo que pidas.

El menú es bastante diverso te lo pueden dar de forma física o digital, en el que contiene platillos de origen chino, coreano, japones y mixta que puede contener alguna de la culturas mencionados combinado con la cultura mexicana; el menú dispone de Entradas (con platillos ligeros chinos),

Arroz y Ensaladas, (en ambos la cultura es mixta mezclando parte de la cultura oriental y mexicana), Sopas y Oriental Burguer (Aquí ofrecen 2 tipos de ramen y el resto son 3 sopas de origen chino, el Oriental Burguer es una hamburguesa oriental en el que el cárnico puede ser camarón o salmón), Bowls y Noodles (el primero contiene algún tipo de cárnico mezclado con algún aderezo, topping, vegetales, y la base ya sea de arroz, pepino o jícama, los Noodles son preparaciones de la cultura china), Platos (son platos fuertes en el que se usa ingredientes chinos y mexicanos para hacer algún platillo de la cultura china), Rollos (Variedad de Makis para consumir y todo van acompañados con arroz frito o al vapor, o ensalada), Postres, Menú infantil y Bebidas. El menú esta bastante bien explicado y ordenado, mostrando su imagen correspondiente del producto, y el precio. Los precios son variables ya que hay platillos baratos y otros caros todo depende de que pidas, el entorno es mas del tipo familiar, y se suele llenar bastantes en las tardes y fines de semana. No es el mejor en el sabor de los Makis, pero en lo demás si sobre todo en los platillos chinos.



**Figura 5. Oriental Wok**

En Oto Ramen ubicado en Av. Presa Malpaso 568, Las Palmas, 29040, a simple vista desde el exterior no se nota que sea un restaurante japonés, pero apenas entrando se nota bastante que está muy inspirado en la cultura japonesa, con las mesas y sillas que se ven muy tradicionales de los puestos de ramen japonés, algunos cuadros de algunos lugares clásicos de Japón como santuarios y la ciudad de Tokio, los kanjis en banderas rojas que dicen el nombre del restaurante, y el color rojo que hace referencia al sol naciente de la bandera de Japón.

El menú no es tan largo ya que lo que mas ofrece tal y como dice el nombre del local se especializa más en el Ramen, en el que ofrece 7 tipos de este que son el Miso Udon, Ebi Ramen, Tonkotsu, Hot Spicy, Tokyo, Curry y Green Curry, y puedes pedir toppings extra para el ramen como el Chasu, brotes de bambú, naruto, entre otros, esto es bastante llamativo ya que en los restaurantes de ramen de Japón también puedes pedir toppings. También ofrece otros dos platillos japoneses que son el Takoyaki y el Taiyaki, también el Calpis que es una bebida tradicional en japon. El menú esta muy bien explicado, con imágenes ilustrativas de los platillos, y los precios correspondientes, el costo es bastante accesible, en mi estancia no logre ver que se llenara o que llegaran más personas lo más probable es que se llene los viernes y más que se encuentra ubicado cerca de una secundaria y varios alumnos del turno vespertino pueden venir aquí a degustar de algún platillo de Ramen mientras conviven con sus amigos.

Oto Ramen a sido en varias ocasiones patrocinador de la convención de anime Camelot, y siempre a estado en la convención desde que inicio hace 11 años, agotando en la tarde los platillos que ofrece en el que el más popular es el Ramen Hot Spicy, por su sabor picante y la variedad de ingredientes que este contiene.

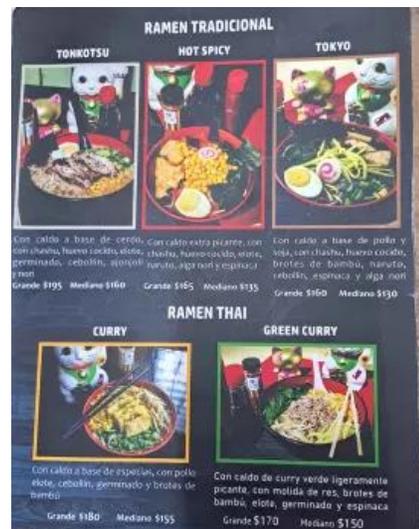


Figura 6. Oto Ramen

Los entrevistados también mencionaron que piden comida a domicilio en el que suelen usar aplicaciones móviles como Uber o Didi debido a que se sienten cómodos en casa, se les antojo y no quieren salir o porque va a haber una reunión familiar o de amigos. Las apps mencionadas tienen variedad de restaurantes de todo tipo, por ello es muy conveniente y son fáciles de usar.

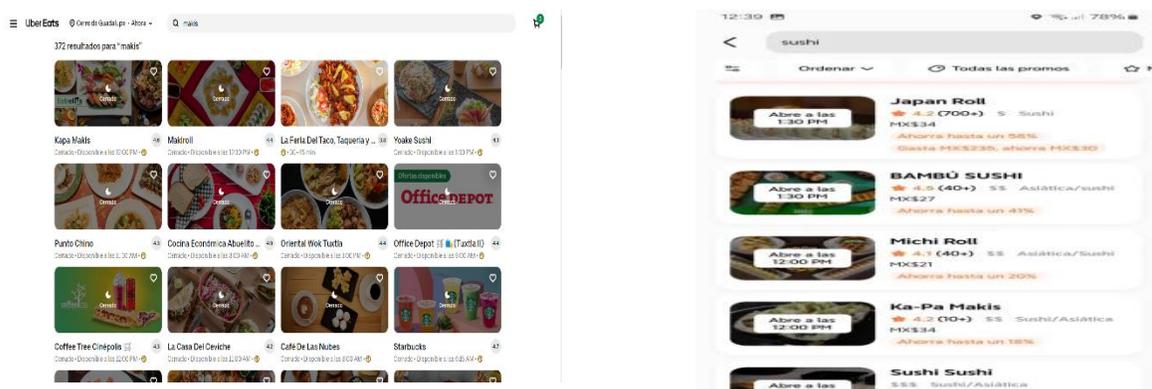


Figura 7. Apps de comida a domicilio

Los platillos que se mencionaron por parte de los entrevistados fueron Makis, Takoyaki, Ramen, Sushi, Onigiri, Okonomiyaki, Taiyaki, Yakisoba, Dumplings, Mochi y el Udon, en el cual el más consumido fue el Ramen ya sea casero o instantáneo.

El ramen es un platillo japonés, en el cual por cada región de Japón tiene su propia receta de ramen, la preparación básica consiste en distintos tipos de fideos japoneses servidos en un caldo comúnmente a base de carne, miso y salsa de soja, así como diferentes guarniciones como rebanadas de carne de cerdo, algas nori, menma (brotes de bambú) y cebolleta.

La etimología de la palabra ramen es un tema de debate, según una hipótesis dice que Ramen es la pronunciación japonesa de la china la mian, que significa “estirar fideos”. Hasta la década de 1950, en Japón el ramen se llamaba soba china, pero hoy en día se le conoce como chūka soba o simplemente ramen que es un nombre más común.

En 1900, los restaurantes que servían comida china (de Cantón y Shanghai) ofrecieron un plato de fideos de ramen simple, con pocos ingredientes, y un caldo con un sabor de sal y huesos de cerdo. Muchos chinos tenían puestos ambulantes y vendían ramen y dumplings a los trabajadores. Sin embargo, algunos puestos aún usan algún tipo de cuerno musical llamado cuerno de un charumera para anunciar su presencia.

Sin embargo, es tras la II guerra mundial cuando el Ramen comienza su andadura en Japón. En los años 50's del siglo XX se comienza a elaborar en la ciudad de Hokkaido el "Saporo Ramen". Este plato se hizo muy popular rápidamente y desde entonces la palabra Ramen pasó al uso común. El 25 de agosto de 1958, Momofuku Andō, fundador y presidente de Nissin Foods, lanzó al mercado japonés el chicken ramen, la primera sopa instantánea de fideos.

Pero es en los años 80 cuando este plato pasa de ser considerado a una mera guarnición a convertirse en una comida normal tanto para gente joven como mayor. Finalmente, a principios de los años 90 el ramen experimenta un boom en todo el país, especialmente en enormes ciudades, que pondrían su nombre como marca local, Hakata, Kagoshima, Kumamoto, Onomichi, Wakayama, Kitakata, Sapporo, Hakodate, etc. El Ramen fue considerado algo más que un capricho gastronómico pasajero y se convirtió en un auténtico incluso fenómeno social e incluso mediático: algunos medios de comunicación llegaron a crear programas dedicados exclusivamente a este plato.

Hoy en día, el Ramen se ha integrado con tal fuerza en la gastronomía japonesa que en Taiwán se considera un producto netamente japonés y básico en la dieta de dicho país. Suele consumirse en establecimientos de comida rápida, en puestos ambulantes o en casa, siendo uno de los alimentos más baratos que se pueden conseguir.

Algunas de las variedades del ramen son el Shōyu (Salsa de soja) considerada como el más japonés; se compone de pollo, al que se le agrega un par de cucharas de espesa salsa de soja al ser servida. Tradicionalmente se le agrega después rayu (extracto de pimienta roja con óleo de sésamo) al gusto.

Tonkotsu (Huesos de cerdo) aquí la sopa esta principalmente basada en cerdo, tiene bastante cuerpo y contenido graso. El caldo generalmente es de color blanco. Originario del norte Kyushu.

Miso que fue creado en Sapporo en 1955, se prepara generalmente a base de pollo y se mezcla con alguna variedad de miso al ser servida. En canto es muy común agregarle una cucharada de mantequilla.

Shio (sal) es la más simple de todas las variedades, y en la que se siente la mayor influencia china. Se considera muy popular en Hokkaido; la sopa es transparente y su sabor es más directo, de éstas se desprende una variedad mayor, aunque generalmente la única diferencia es lo que se utiliza como gu.

A continuación, se mostrará una tabla de los platillos que se mencionaron.

**Tabla 1. Platillos japoneses más populares**

Platillos	Descripción	Ingredientes	Proceso de elaboración	Variedades (en caso de tener)
<p><b>Maki</b></p> 	<p>Es una variedad del sushi y su nombre correcto es Maki-zushi, que es la forma más común de encontrar, a comparación del sushi aquí se combinan alga nori, arroz de sushi y rellenos en una presentación más llamativa. (Kishi, 2008)</p>	<p>Arroz para sushi, alga nori, surimi, salmón, atún, cangrejo, res, pollo, queso crema, zanahoria, pepino, aguacate, tocino, camarón, ajonjolí, jalapeño, plátano, mango, piña, queso manchego, queso Oaxaca, champiñones, pulpo.</p>	<p>En un tapete de bambú se pone primero una hoja de algas marinas secas llama nori, a la cual se le pone de manera uniforme una capa de arroz cocido, pero no en mucha cantidad; luego se le ponen, dependiendo del gusto, pescado crudo o preparado, verduras como pepino u otros ingredientes, después se enrolla cuidadosamente en el tapete de bambú, apretándola al mismo tiempo. Una vez enrollado se corta en 6 u 8 pedazos.</p>	<p>Vegetariano Fríos Dulces Empanizados Gratinados Combinados Capeados</p>
<p><b>Takoyaki</b></p> 	<p>Son unas pequeñas bolas hechas de masa con pequeños trozos de pulpo por dentro. Takoyaki significa pulpo asado y por lo general no se le</p>	<p>Pulpo, salsa takoyaki, camarón, queso gratinado, philadelphia, surimi, siracha, cebollín, jengibre</p>	<p>Cortar los ingredientes sólidos y reservar. Preparar la masa con harina, huevo y agua, hasta tener una pasta semilíquida.</p>	

	<p>considera una comida completa sino un bocado que se come sobre el camino, ya que se vende casi siempre en los yatai (puestos callejeros), pero algunos restaurantes también los sirven.</p>	<p>curtido, repollo, masa de takoyaki, mayonesa, katsuoboshi, aonori.</p>	<p>Añadir a la mezcla un puñado de tenkasu, benishoga, cebolla y bastante repollo. Calentar la plancha de takoyaki añadir un poco de aceite a los huecos, cuando este caliente añadir la mezcla de masa en los huecos con un trozo de pulpo en el centro. Al poco rato, la parte de abajo del buñuelo estará listo y dar vuelta con un pincho, tratando de darle forma de esfera. Una vez listos los takoyaki, ponerles encima mayonesa, salsa de takoyaki, katsuoboshi y aonori y a disfrutar.</p>	
<p><b>Ramen</b></p> 	<p>El ramen es un platillo japonés, en el cual por cada región de Japón tiene su propia receta de ramen, la preparación básica consiste en distintos tipos de fideos japoneses servidos en un</p>	<p>Caldo base, huevo frito, chashu (carne de cerdo marinada), elote, cebollín, champiñones, camarón, col, naruto, germinado de soja, ajonjolí, alga nori, huevo duro,</p>	<p>Tener listo caldo base dependiendo del tipo de ramen que se valla a hacer. Cocer los huevos en agua caliente de 5-6 minutos, enfriar, pelar y sumergir en salsa de soja.</p>	<p>Tonkotsu Shōyu Miso Shio</p>

	<p>caldo comúnmente a base de carne, miso y salsa de soja, así como diferentes guarniciones como rebanadas de carne de cerdo, algas nori, menma (brotes de bambú) y cebolleta.</p>	<p>espinaca, brotes de bambú, carne de pollo, carne molida de res, zanahoria, alga kombu, ajo, jengibre, fideos.</p>	<p>Cortar el cebollín en rodajitas, reservar. Cocer los fideos ramen, freír ligeramente, reservar. Montar en un plato caldo muy caliente, junto con el resto de los ingredientes dejando en la parte de arriba el huevo duro, chashu, alga nori y naruto, disfrutar.</p>	
<p><b>Sushi</b></p> 	<p>El sushi es un platillo tradicional de Japón que se prepara básicamente con arroz mezclado con un poco de vinagre ligeramente dulce y pescado crudo fresco. Este puede tener diferentes variedades de prepararlo que serían 4 aunque el más conocido es el Maki-zushi. (Kishi, 2008)</p>	<p>Arroz para sushi, alga nori, queso crema, pepino, camarón, cangrejo, pulpo, atún, salmón, róbalo, hamachi, anguila, aguacate, ajonjolí, cebollín, queso manchego, mango, zanahoria, champiñón, pasta momiji,</p>	<p>En un tapete de bambú se pone primero una hoja de algas marinas secas llama nori, a la cual se le pone de manera uniforme una capa de arroz cocido, pero no en mucha cantidad; luego se le ponen, dependiendo del gusto, pescado crudo o preparado, verduras como pepino u otros ingredientes, después se enrolla cuidadosamente en el tapete de bambú, apretándola al mismo tiempo. Una vez enrollado se</p>	<p>Maki-zushi Niguri-zushi Chirashi-zushi Hako-zushi</p>

			corta en 6 u 8 pedazos.	
<p><b>Onigiri</b></p> 	<p>Es un plato japonés que consiste en una bola de arroz rellena o mezclada con otros ingredientes. (Cedano González, 2017)</p>	<p>Arroz oara sushi, alga nori, res, pollo, cerdo, surimi, aguacate, philadelphia, salmón, atún, pepino, zanahoria, camarón, pasas, cacahuete, almendras, jícama.</p>	<p>Lavar y hervir el arroz, dejar reposar por 10 minutos sin retirar la tapa del cazo. Retirar la tapa dejarlo reposar de 5 a 10 minutos más tapado con un trapo húmedo. Mezclar agua con sal y remojar las manos para que el arroz no se pegue. Poner arroz sobre la mano y poner el relleno de su elección en el centro cubrir con más arroz y presionar tratando de darle forma triangular. Colocar un trozo de alga nori abajo, disfrutar.</p>	<p>Onigiri clásico Onigiri empanizado</p>
<p><b>Okonomiyaki</b></p> 	<p>Es un platillo japonés que consiste en una masa con varios ingredientes cocinados a la plancha. Dependiendo de la región se podrá encontrar diferentes variaciones.</p>	<p>Harina, huevo, salsa de soja, fondo de pollo o pescado, repollo, zanahoria, papa, salchicha, surimi, tocino, fideos, camarón, pulpo, calamar, cangrejo, salsa okonomiyaki, aonori,</p>	<p>Mezclar la harina con el fondo, los huevos y salsa de soja mezclar bien sin dejar grumos. Incorporar los demás ingredientes poco a poco y mezclar bien. Tener caliente el sartén o plancha con un poco de aceite y añadir parte de la masa de okonomiyaki,</p>	<p>Hiroshima Osaka Monjayaki</p>

		katsuoboshi, mayonesa, cebollín, queso manchego, queso mozzarella.	dejar cocer por 5 minutos. Darle vuelta y dejar cocer 3 minutos, pasado ese tiempo añadir el queso dejar que se derrita, servir.	
<b>Taiyaki</b> 	Es un pastel japonés con forma de pez, se le añade relleno en el cual es más usado la pasta de judías dulces, también pueden ser de otros rellenos.	Harina de waffle, huevos, leche, esencia de vainilla, pasta de judías dulces, cajeta, chocolate, vainilla, mermelada de fresa, Nutella.	Mezclar bien la harina, huevos, leche y la esencia de vainilla sin dejar grumos, reservar. En un molde de taiyaki engrasarlo un poco para que no se pegue la mezcla. Añadir algo de la masa hasta la mitad del molde y añadir el relleno, rellenar la otra mitad restante y dejar cocer por unos minutos. Enfriar, degustar.	
<b>Yakisoba</b> 	Es comida callejera, que significa en español tallarines de soba fritos, y son cocinados a la plancha.	Fideos de soba, pechuga de pollo, cebollín, zanahoria, pimientos, jengibre, nuez de la india, hongo shiitake, ajo, salsa yakisoba.	Calentar abundante agua en un cazo, una vez que este hirviendo añadir los fideos unis minutos escurrir y reservar. Cortar los vegetales en tiras finas. Calentar el sartén o plancha, y freir los fideos un par de minutos, reservar, y añadir el pollo y el ajo.	

			<p>Una vez cocidos añadir los otros ingredientes y remover sin parar.</p> <p>Cuando este al dente añadir las setas y la salsa yakisoba, integrar bien, servir.</p>	
<p><b>Dumplings/Gyoza</b></p> 	<p>Son una clase de dim sum (que toca el corazón), que consiste en unas pequeñas masas rellenas de distintos ingredientes parecidas a una empanada que pueden clasificarse dependiendo del relleno o forma.</p>	<p>Harina, agua, sal, carne molida, col, cebollín, ajo jengibre, salsa de soja.</p>	<p>Hacer la masa mezclando la harina con agua caliente y la sal, amasar bien hasta que la masa quede lisa y uniforme, reservar por 30 minutos.</p> <p>Picar finamente los ingredientes y añadir a la carne molida, reservar.</p> <p>Estirar la masa con 1-2 milímetros de grosor, cortar con un cortador redondo.</p> <p>Poner el relleno, y formar las empanadillas como tal, mojando la punta de la masa para el doblez deseado.</p> <p>Dorar los gyoza, después añadir un poco de agua y tapar, dejar cocer hasta que se evapore el agua.</p>	

			Servir, con alguna salsa de su elección.	
<p><b>Mochi</b></p> 	<p>Es un postre japonés a base de harina de arroz glutinoso con la que se forma una masa suave y elástica que puede ser rellena de cualquier producto que se desee desde helados hasta postres como el mouse. (Poveda Morales y otros, 2023)</p>	<p>Pasta de judías dulce, helado, frutas de temporada, chocolate, harina de arroz glutinoso, agua, azúcar, fécula de maíz.</p>	<p>Mezclar en un tazón la harina de arroz con el agua, dejar la mezcla en el microondas por periodos de 30 segundos hasta que no haya restos de agua. Espolvorear la fécula de maíz sobre la mesa de trabajo, y hacer 15 esferas con la masa de mochi. Extender las porciones con las manos y colocarlo sobre un trozo de plástico autoadherente, colocar en el centro de la masa una cucharada del relleno de su elección, cerrar el mochi con las orillas del círculo de la masa, reservar. Espolvorear con fécula de maíz, degustar.</p>	
<p><b>Udon</b></p> 	<p>Es un tipo de fideo grueso hecho de harina de trigo, popular en la cocina japonesa. El sabor del caldo y los ingredientes adicionales varían de región</p>	<p>Fideos Udon, azúcar moreno, salsa de soja, mirín, sake, fondo de su preferencia, kombu, dashinomoto, hongo shitake.</p>	<p>Cocinar los fideos udon en un cazo con agua hirviendo, reservar. En un plato mezclar la salsa de soja, mirín, el sake y el azúcar; añadir el fondo y</p>	

	en región, al igual que la pasta de udon varía de forma y grosor según la zona.		dejar a ebullición. Servir en un cuenco el caldo, los fideos udon, y decorar con algún ingrediente de su agrado, degustar.	
--	---	--	--	--

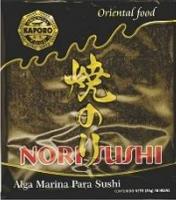
Como se observo en la tabla se usan diferentes ingredientes y algunos que son productos importados, ya que nuestro país no los produce, pero se pueden encontrar con facilidad en los centros comerciales, como Chedraui, Walmart, Soriana y en aplicaciones como mercado libre o Amazon los ingredientes o utensilios necesarios para la preparación de alguno de estos platillos.

Se mencionará a continuación algunos ingredientes japoneses que se pueden encontrar en los lugares mencionados con su respectiva información nutrimental.

**Tabla 2. Ingredientes japoneses accesibles**

Ingrediente	Sello de secretaria de salud (en caso de tener)	Declaración nutrimental	Ingredientes
<b>Salsa de soja</b> 	Exceso calorías Exceso azúcares Exceso sodio	Proteínas 4 g Hidratos de carbono 7 g Azúcares añadidos 7 g Sodio 3.5 g	Agua Sal yodada Frijol de soya Azúcar refinada Harina de trigo Colorante caramelo clase I Ácido láctico Inosinato disódico Guanilato disódico
<b>Aceite vegetal puro de ajonjolí</b> 		Grasas saturadas 13 g	Aceite vegetal puro de ajonjolí
<b>Vinagre de arroz</b>		Exento por ser un producto de un solo ingrediente	Vinagre de arroz Agua

				
<p><b>Ajonjolí negro</b></p> 			<p>Exento por se un producto de un solo ingrediente</p>	<p>Semilla de ajonjolí negro</p>
<p><b>Salsa oriental para salteado</b></p> 	<p>Exceso calorías Exceso azúcares Exceso sodio</p>	<p>Proteínas 2 g Hidratos de carbono 23 g Azúcares 18 g Fibra dietética 0 Sodio 844 mg</p>		<p>Agua Sacarosa Vinagre de alcohol Almidón de maíz modificado Proteína vegetal hidrolizada Cebollín Sal Pure de ajo Puré de jengibre Salsa de pescado Pasta de chile rojo Ácido cítrico Saborizante natural</p>
<p><b>Ajishima sazonador para arroz</b></p> 	<p>Exceso azúcares Exceso sodio</p>	<p>Proteínas 14.29 g Hidratos de carbono 57.14 g Azúcares 14.29 g Grasas totales 14.29 g Sodio 2857 mg</p>		<p>Papa Lactosa Semilla de sésamo Maicena Salmon Azúcar Glutamato monosódico Algas marinas Sal Salsa de soja Paprika Betacaroteno Proteína de soja hidrolizada Ribonucleótido disódico Extracto de cochinilla</p>

<p><b>Fideos de trigo Soba</b></p> 	<p>Exceso calorías Exceso sodio</p>	<p>Proteínas 12.3 g Grasas saturadas 1.3 g Hidrato de carbono 59.2 g Azúcares 0.2 g Fibra dietética 10 g Sodio 1380 mg</p>	<p>Harina de trigo Harina de trigo sarraceno Sal Gluten</p>
<p><b>Fideos de trigo Udon</b></p> 	<p>Exceso calorías Exceso sodio</p>	<p>Proteínas 10 g Grasas saturadas 1.06 g Hidratos de carbono 72.4 g Fibra dietética 3 g Sodio 1380 mg</p>	<p>Harina de trigo Sal Agua Gluten</p>
<p><b>Hongo shiitake deshidratado</b></p> 		<p>Exento por ser un producto de un solo ingrediente</p>	<p>Hongo shiitake deshidratado</p>
<p><b>Alga marina para sushi</b></p> 		<p>Hidratos de carbono Azúcares Fibra dietética Sodio</p>	<p>Alga marina Nori</p>
<p><b>Pasta de harina de trigo Ramen</b></p> 	<p>Exceso calorías</p>	<p>Proteínas 5.2 g Grasas totales 1.7 g Hidratos de carbono 89.4 g Sodio 126.3 mg</p>	<p>Harina de trigo Sal Agua</p>
<p><b>Tempura</b></p> 	<p>Exceso sodio</p>	<p>Proteínas 18.5 Grasa saturada 0.2 g Hidratos de carbono 13.7 g Fibra dietética 0.2 g Sodio 634.4 mg</p>	<p>Harina de trigo Hierro Ácido fólico Niacina Tiamina Riboflavina Ácido L-Ascóbico Almidón de maíz Sal yodada</p>

			Polvo para hornear Color amarillo #5 y #6 Benzoato de sodio
<b>Arroz para sushi</b> 		Proteínas 5.2 g Hidratos de carbono 22.1 g Azúcares 0.3 g Sodio 198.7 mg	Arroz variedad japónica grano corto descascarado y doblemente pulido
<b>Salsa de anguila</b> 	Exceso calorías Exceso azúcares Exceso sodio	Proteínas 6 g Grasas 1 g Hidratos de carbono 90 g Azúcares 83 g Fibra dietética 0.4 g Sodio 3400 mg	Agua Azúcar Salsa de soja Mirin Sake Dashi Glutamato monosódico alga
<b>Harina de arroz glutinoso</b> 		Proteínas 2 g Hidratos de carbono 40 g	Arroz Agua

Los ingredientes mencionados en la tabla son algunos ejemplos que se encuentran en los supermercados, para diferentes preparaciones, ya sea para hacer Makis o Sushi, algún tipo de Ramen, Udon o Soba, Mochi, entre otros platillos. Otros ingredientes no se mencionan ya que son muy fáciles de encontrar como los vegetales, algún o pescado o marisco que son muy comunes en la cocina japonesa, aunque hay otros que no se mencionaron debido a que no se produce en México como el azuki, aonori, dashi, entre otros ingredientes locales japoneses.

Obviamente hay algunos productos importados que no tienen el mismo sabor original japonés ya que se hacen de forma casera como en el caso de la pasta de ramen, entre otros ingredientes.

## CONCLUSIONES

Después de analizar toda la información recopilada a los entrevistados, se vio que los jóvenes casi no tenían conocimiento sobre la preparación o ingredientes locales ya que consumen los platillos que sus familiares los preparen en casa, porque es parte de su dieta, por ello prefieren más consumir la comida tradicional que la japonesa.

Existe un desconocimiento sobre los platillos japoneses, en cuanto a la preparación de estos ya que prefieren consumirlos ya hechos e ir a restaurantes de comida japonesa para pasar el rato con sus amigos, familiares o pareja. Los platillos más mencionados fueron el Ramen, Maki y Sushi siendo el Ramen el favorito por sus diferentes variaciones que hay de estos ya sea el casero o instantáneo.

Los restaurantes más mencionados fueron Sushi Itto, Hotaru Café y Ramen, y Maki Roll, la razón de ello es por la variedad de platillos que estos ofrecen, el sabor, la presentación y el ambiente sobre todo en el caso de Sushi Itto y Hotaru Café y Ramen, en el caso de Maki Roll es debido a que es más accesible y práctico para pedir a domicilio.

Otro restaurante que también es popular su consumo, pero no muchos lo saben debido a que este se presenta a una convención de anime y entretenimiento llamado Camelot, se llama Oto Ramen por la variedad de platillos de ramen que este ofrece, a precios accesibles y buen sabor. En la convención llamada Camelot se reúnen varios amantes del anime, y por ende como el anime es de japon, hay varios conocedores de la cultura japonesa en donde asisten grupos de amigos, familias y parejas a pasar el rato y disfrutar lo que el evento ofrezca.

Por lo anterior mencionado se deduce que la interculturalidad ha afectado a las nuevas generaciones con sus gustos, por lo novedoso que puede ser la cultura de otro país, y se pueden enterar de ello por diferentes medios como redes sociales, amigos, familiares o mercancía, pero no a tal punto de cambiar por completo su alimentación diaria, sería más un cambio en sus forma de ser ya que van aprendiendo las nuevas tendencias y pueden o no formar parte de una comunidad con el fin de disfrutar de lo que más les gusta.

## REFERENCIAS DOCUMENTALES

- Alimentaria, S. (2002). Soberanía alimentaria. *PARA UN ANÁLISIS CRÍTICO DEL CONCEPTO DE POSCOLONIALIDAD*, 70.
- Antonio Medina, M., Alcaraz Miranda, M., y Santiago Hernández, V. G. (2018). Pérdida de la identidad culinaria: caso sierra alta de sonora. En M. Antonio Medina, M. Alcaraz Miranda, y V. G. Santiago Hernández, *Pérdida de la identidad culinaria: caso sierra alta de sonora*. (Vol. 2). Universidad Nacional Autónoma de México.  
<http://ru.iiec.unam.mx/id/eprint/4282>
- Balbuena López, S. S. (2019). México y Japón, la historia de las relaciones exteriores entre el sol Azteca y Sol naciente desde el siglo XVI hasta el siglo XXI, y su proyección en México. *Benemérita Universidad Autónoma de Puebla*, 1-13.
- Bringel, B. (2015). Soberanía alimentaria: la práctica de un concepto. En B. Bringel, *Las Políticas Globales Importan* (pp. 95-102). Madrid: IEPALA.
- Carmona Silva, J. L., Sánchez Flores, L., y Cruz De los Ángeles, J. A. (Julio de 2020). ¿Es posible una soberanía alimentaria en México? *RICSH*, 9(18).
- Castillo Girón, V., Ayala Ramírez, S., López Jiménez, D., y Vargas Portillo, J. P. (2014). El comercio moderno: un vector que dinamiza el sistema alimentario en México. *Economía del Caribe*(13), 1-35.
- Castillo Osorio, G. (2023). *El derecho humano a la alimentación*. Tabasco: Universidad Juárez Autónoma de Tabasco. <https://ri.ujat.mx/handle/200.500.12107/3946>
- Cedano González, K. M. (2017). Representaciones sociales en el caso de los jóvenes Otaku-Friki y la influencia del anime y manga en la ciudad de Hermosillo, Sonora. En K. M. Cedano González, *Representaciones sociales en el caso de los jóvenes Otaku-Friki y la influencia del anime y manga en la ciudad de Hermosillo, Sonora*. (p. 101).
- Cobos, T. L. (2010). Animación japonesa y globalización: la latinización y la subcultura otaku en América Latina. *Razón y palabra*(72), 27.  
<https://doi.org/http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=199514906046>
- Comín Comín, F. (2014). *Historia económica mundial*. Alianza.
- Contreras Hernández, J. (2005). La modernidad alimentaria: Entre la abundancia y la inseguridad. *Revista internacional de sociología*, 63(40), 109-132.
- Crispo, R., Figueroa, E., y Guelar, D. (1998). Anorexia y bulimia lo que hay que saber: Un mapa para recorrer un territorio trastornado. En R. Crispo, E. Figueroa, y D. Guelar, *Anorexia y bulimia lo que hay que saber: Un mapa para recorrer un territorio trastornado*. (p. 151). Gedisa.

- Dehollain, P. L. (1995). Concepto y condicionantes de la seguridad alimentaria en hogares. *Revista agroalimentaria*, 4.
- Dietz, G. (2017). Interculturalidad: una aproximación antropológica. *Perfiles educativos*, 39(156), 192-207. IISUE-UNAM.
- Domínguez Prieto, O. (2013). Amor y erotismo en la literatura Otaku. 10. <https://doi.org/http://www.esenciayespacio.esiatec.ipn.mx/>
- Duhart, F. (2002). Reflexiones sobre la identidad cultural. *Gazeta de Antropología*(18).
- Elena García, M., y Bermúdez, G. (2016). La neocolonización del paladar en las décadas recientes. *Razón y palabra*, 20(3), 106-118.
- Esponda Jimeno, V. M. (1995). De Oriente al Soconusco (los inmigrantes japoneses en tierras chiapanecas). En V. M. Esponda Jimeno, *De Oriente al Soconusco (los inmigrantes japoneses en tierras chiapanecas)*. (pp. 469-472). Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas, Centro de Estudios Superiores de México y Centroamérica.
- Fernanda Rivarola, M. (2003). La imagen corporal en adolescentes mujeres: su valor predictivo en trastornos alimentarios. *Fundamentos en humanidades*(7), 149-161.
- Figuroa González, A., Hernández Escalante, V. M., y Marín Cárdenas, A. D. (2018). Intervenciones comunitarias con enfoque intercultural para la prevención y tratamiento de la obesidad. *Ciencia y Humanismo en la Salud*, 5(3), 116-125.
- Figuroa Serrano, D. (2018). IDENTIDAD Y ALTERIADAD EN EL DIÁLOGO INTERCULTURAL. *Antropología Experimental*(18), 195-207.
- Girard, R. (2009). La anorexia y el deseo mimético. En R. Girard, *La anorexia y el deseo mimético* (pp. 8-25). Marbot.
- Gispert Cruells, M. (1997). La cultura alimentaria mexicana: fuente de plantas comestibles para el futuro. *Monografías del Real Jardín Botánico de Córdoba*(5), 51-57.
- Gomez Delgado, Y., y Velázquez Rodríguez, E. B. (enero-febrero de 2019). Salud y cultura alimentaria en México. *Revista digital universitaria (RDU)*, 20(1). <https://doi.org/http://doi.org/10.22201/codeic.16076079e.2019.v20n1.a6>
- Gómez Núñez, J., Gómez Martínez, E., Morales, H., González Santiago, V., y Aiterwegmair, K. (Julio de 2019). Construcción social de la soberanía alimentaria por la organización campesina OCEZ-CNPA en Chiapas, México. *Estudios Sociales*, 29(54), 26. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.24836/es.v29i54.799>
- Gutierrez de Alva, C. I. (2012). Historia de la gastronomía. En C. I. Gutierrez de Alva, *Historia de la gastronomía* (p. 50). Aliat Universidades.
- Hernández-Escalante, V. M., López-Turriza, M., y Cabrera-Araujo, Z. (2015). Interculturalidad y barreras socioculturales para una dieta adecuada en hogares de Yucatán. *Ciencia y humanismo en la salud*, 2(2), 64-75.

- Herrera, J. (2017). La investigación cualitativa.
- I. Frank, N. (2019). *Una cronología alimentaria: La coevolución e interdependencia de la comida, la cultura y la historia en el mundo hispánico*. Bowling Green State University.
- Ibarra Sánchez, L. S. (2016). Transición Alimentaria en México | | Mexico Food Transition. *Razón y palabra*, 20(3), 166-182. <http://www.revistarazonypalabra.org/>
- Kishi, D. (2008). El sushi en Japón y en el mundo. México y la Cuenca del Pacífico. *redalyc.org*, 11(32), 57-66.
- Laudan, R. (2020). Gastronomía e imperio: La cocina en la historia del mundo. En R. Laudan, *Gastronomía e imperio: La cocina en la historia del mundo* (pp. 91-93). Fondo de Cultura Económica.
- Leyva Trinidad, D. A., y Pérez Vázquez, A. (2015). Pérdida de las raíces culinarias por la transformación en la cultura alimentaria. *Revista mexicana de ciencias agrícolas*, 6(4), 867-881.
- Lomali Sandoval , A. (2020). *Cultura alimenticia en México: conformación de una cocina tradicional, el gusto mexicano a través de la historia y la importancia de mixquic en la conservación de su alimentación*. Casa abierta al tiempo.
- Louis Flandrin, J., y Montanari, M. (2004). Historia de la alimentación. En J. Louis Flandrin, y M. Montanari, *Historia de la alimentación*. Gijón.
- Lozano-Muñoz, N., Borrallo-Riego, Á., y Guerra-Martín, M. (2022). Influencia de las redes sociales sobre la anorexia y la bulimia en los adolescentes: una revisión sistemática. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*, 45(2), 1-10.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.23938/ASSN.1009>
- Lucciarini, F., Losada, A. V., y Moscardi, R. (2021). Anorexia y uso de las redes sociales en adolescentes. *Pontificia Universidad Católica Argentina*, 29(1), 33-45.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.33539/avpsicol.2021.v29n1.2348>
- Lucía Molano , O. (Abril de 2006). La identidad cultural, uno de los detonantes del desarrollo territorial. *Territorios con identidad cultural*, 11, 1-25.
- Luján, N. (2019). Historia de la gastronomía. En N. Luján, *Historia de la gastronomía*. Penguin Random House.
- Mariscal Méndez, A. R. (2017). Soberanía y Seguridad Alimentaria: propuestas políticas al problema alimentario. *análisis del medio rural latinoamericano*, 9-26.
- Márquez Castillo, A., Ávila Mendoza, M., Pérez Tello, G. O., Félix Armendáriz, L., y Herrera Andrade, H. (2008). Estado nutricional y su rendimiento escolar en adolescentes de 12–16 años del sur de Cd Obregón. *Revista Salud Pública y Nutrición*, 9(2), 9.
- Martínez-Cuero, J., Peláez Herreros, Ó., y López Arévalo, J. A. (2017). Dualismo y globalización neoliberal en Chiapas: deterioro de las condiciones de vida de los indígenas residentes, 1990-2010. *Intersticios sociales*(13), 0-0.

- Mas-Manchón, L., Rodríguez-Bravo, Á., Montoya-Vilar, N., Morales-Morante, F., Lopes, E., Añaños, E., . . . Grau, A. (2015). Valores percibidos en la publicidad de alimentos por jóvenes con y sin trastornos de la conducta alimentaria. *Salud colectiva*, 11, 423-444.  
<https://doi.org/10.18294/sc.2015.729>
- Meléndez Torres, J., Cañez de la Fuente, G. M., y Frías Jaramillo, H. (2017). Comportamiento alimentario durante la adolescencia. ¿Nueva relación con la alimentación y el cuerpo? *Revista Mexicana de Investigación en Psicología*, 4, 99-111.
- Menkes, D. (2012). La cultura juvenil otaku: expresión de la posmodernidad. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 10(1), 51-62.  
<https://doi.org/http://www.umanizales.edu.co/publicaciones/campos/cinde/index.html>
- Misawa, T. (2004). *Cuando Oriente llegó a América: Contribuciones de inmigrantes chinos, japoneses y coreanos*. Banco Interamericano de Desarrollo.
- Mishima, O., y Elena, M. (1982). *Siete Migraciones japonesas en México 1890-1978*. El colegio de México.
- Mishima, O., y Elena, M. (1997). *Destino México: un estudio de las migraciones asiáticas a México, Siglos XIX y XX*. El colegio de México.
- Molano L., O. L. (2007). identidad cultural un concepto que evoluciona. *Revista opera*, 69-84.
- Monroy de Sada, P. (2004). Introducción a la gastronomía. En M. De Sada, *Introducción a la gastronomía* (p. 22). Limusa.
- Navarro Cruz, A. R., Vera López, O., Munguía Villeda, P., Sosa Sánchez, R. Á., Lazcano Hernández, M., Ochoa Velasco, C., y Hernández Carranza, P. (2017). Hábitos alimentarios en una población de jóvenes universitario. *Rev. esp. nutr. comunitaria*(31-37), 31-37.
- Nigh, R., y Bertely, M. (2018). Conocimiento y educación indígena en Chiapas, México: un método intercultural. *Diálogos sobre educación*.(16), 1-22.
- Noah Harari, Y. (2019). Sapiens. De animales a dioses: Una breve historia de la humanidad . *Revista Digital Universitaria*, 20(1).
- Osorio Murillo, O., y Del Pilar Amaya Rey, M. C. (2009). Panorama de prácticas de alimentación de adolescentes escolarizados. *Avances en enfermería*, 27(2), 43-56.
- Palacios, H. (2012). Japón y México: el inicio de sus relaciones y la inmigración japonesa durante el Porfiriato. En H. Palacios, *Japón y México: el inicio de sus relaciones y la inmigración japonesa durante el Porfiriato* (pp. 105-140). México y la cuenca del pacífico.
- Parada Morales, D. (2012). Manga-anime: Una expresión artística que subjetiva al Otaku. *Revista de la Facultad de Psicología*, 7(1), 160-175.
- Poveda Morales, T. C., Bastidas Sarcos, K. R., Arguello Verdezoto, B. S., y Chango Lara, J. A. (2023). Análisis de la experiencia sensorial en la degustación de un menú de comida fusión asiático-ecuatoriana: estudio de caso en Ambato, Ecuador. *Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 127.

- Ramírez, B. (2020). Espacios culturales y ecologicos de las plantas comestibles. En B. Ramírez, *Espacios culturales y ecologicos de las plantas comestibles* (p. 33). Orgánica.
- Rodríguez Rodríguez, L. T. (2019). *Comida Étnica Mexicana: Tradición e identidad cultural*. Colombia: Universidad Santo Tomás.
- Rodríguez Wallenius, C., y Concheiro Bórquez, L. (2016). Sin maíz no hay país. Luchas indígenas y campesinas por la soberanía alimentaria y un proyecto de nación en México. *Nera*(32), 214-235.
- Rubio, B. (2015). La soberanía alimentaria en México: una asignatura pendiente. *Mundo Siglo XXI*, X(36), 55-70.
- Salas Salvadó, J., García Lorda, P., y Sánchez Ripollés, J. M. (2005). La alimentación y la nutrición a través de la historia. En J. Salas Salvadó, P. García Lorda, y J. M. Sánchez Ripollés, *La alimentación y la nutrición a través de la historia* (p. 463). Glosa.
- Schmelkes del Valle, S. (2009). Interculturalidad, democracia y formación valoral en México. *Revista electrónica de investigación educativa*, 11(2), 1-10.
- Terui, M. (2005). Migrantes japoneses en México: la trayectoria de investigación de Ota Mishima. *CONfinés de Relaciones Internacionales y Ciencia Política*, 1(2), 111-113.
- Tirzo Gómez, J. (2013). Ciudades modernas en México: espacios de la interculturalidad. *Cuicuilco*, 20(56), 53-75.
- Toro, J. (1996). El cuerpo como delito: anorexia, bulimia, cultura y sociedad. *Departamento de Psicología de la Salud*, 7-9.
- Torres Torres, F. (2003). Seguridad alimentaria: seguridad nacional. En F. Torres Torres, *Seguridad alimentaria: seguridad nacional* (p. 14). Plaza y Valdés.
- Torres, F., y Rojas, A. (2018). Obesidad y salud pública en México: transformación del patrón hegemónico de oferta-demanda de alimentos. *Problemas del Desarrollo*, 49(193), 145-169.
- Troncoso Pantoja, C. (2019). Comidas tradicionales: un espacio para la alimentación saludable. *Perspectivas en nutrición humana*, 21(1), 105-114.  
<https://doi.org/10.17533/udea.penh.v21n1a08>
- Tubino, F. (2004). Del interculturalismo funcional al interculturalismo crítico. *Rostros y fronteras de la identidad*, 158, 1-9.
- Urquía Fernández, N. (2014). La seguridad alimentaria en México. *Salud Pública Mex*, 56(suppl 1), 1-7.
- Vallespir, J. (1999). Interculturalismo e identidad cultural. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*(36), 45-56. <http://hdl.handle.net/11162/33631>

Vila Freyer, A. (2017). La historia y el presente de la inmigración japonesa en México: hacia una agenda para el estudio de esta comunidad inmigrante en Guanajuato. *Acta Universitaria*, 27(3), 78-90. <https://doi.org/10.15174/au.2017.1164>