



**De trastes y sabores: una reflexión en torno a las narrativas de las mujeres de la
Fundación Red de Mujeres Afroamazónicas sobre la comida y la construcción de
memoria**

Autoras:

Mariana Gómez Aldana

Luisa María Ciro Rivera

Dirigido por:

Dra. Camila de Gamboa Tapias

Tesis de grado para optar por el título de:

Magíster en Conflicto, Memoria y Paz

Escuela de Ciencias Humanas

Maestría en Conflicto, Memoria y Paz

Universidad del Rosario

Bogotá, Colombia

2026

RESUMEN

Esta investigación analiza de qué manera las prácticas culinarias afrocolombianas realizadas por las mujeres de la Fundación Red de Mujeres Afroamazónicas (FREMA), en el departamento del Caquetá, contribuyen, desde una perspectiva de género, a la construcción de memoria colectiva y de identidades comunitarias ligadas a la diáspora afrocolombiana. A partir de un enfoque cualitativo con aproximación etnográfica, se realizaron entrevistas semiestructuradas a ocho mujeres de la fundación y observación de sus prácticas culinarias en espacios cotidianos como sus hogares y el restaurante comunitario. Los resultados muestran que la cocina se configura como un espacio central de transmisión intergeneracional de saberes, donde los recuerdos familiares, los vínculos afectivos y las técnicas culinarias permiten mantener viva la memoria colectiva. Asimismo, estas prácticas posibilitan la recreación de vínculos con los territorios de origen del Pacífico colombiano, al tiempo que se adaptan a las condiciones del territorio amazónico, dando lugar a procesos de reconfiguración identitaria en contextos de diáspora. Desde una perspectiva de género, la investigación evidencia que las mujeres resignifican la cocina como un espacio de liderazgo cultural, transmisión de saberes y acción colectiva, convirtiéndola también en una forma cotidiana de resistencia frente a la invisibilización histórica de las comunidades afrodescendientes en la región.

Palabras clave: memoria colectiva, cocina, diáspora afrocolombiana, identidad, mujeres afrodescendientes.

ABSTRACT

This research analyzes how Afro-Colombian culinary practices carried out by women from the Fundación Red de Mujeres Afroamazónicas (FREMA) in the department of Caquetá contribute, from a gender perspective, to the construction of collective memory and community identities linked to the Afro-Colombian diaspora. Using a qualitative ethnographic approach, semi-structured interviews were conducted with eight women from the foundation, along with observation of their culinary practices in everyday spaces such as their homes and the community restaurant. The findings show that the kitchen functions as a key space for the intergenerational transmission of knowledge, where family memories, affective bonds, and cooking techniques sustain collective memory. These practices also allow the recreation of connections with the Pacific territories of origin while adapting to the Amazonian context, generating processes of identity reconfiguration within diasporic experiences. From a gender perspective, the study shows that women re-signify the kitchen as a space of cultural leadership, knowledge transmission, and collective action, turning it into an everyday form of resistance against the historical invisibilization of Afro-descendant communities in the region.

Keywords: collective memory, cooking, Afro-Colombian diaspora, identity, Afrodescendant women.

DEDICATORIA

Queremos expresar nuestro más profundo agradecimiento a las mujeres de la Fundación Red de Mujeres Afroamazónicas (FREMA), quienes abrieron sus espacios, compartieron sus memorias y nos permitieron acercarnos a sus saberes con generosidad y confianza. A Mireya, Yohaysa, Lerma, Maura, Aida, Martha, Amparo y Omaira, gracias por su disposición, por recibirnos con tanta calidez y por permitirnos aprender de sus historias, de sus recuerdos y de sus conocimientos culinarios. Cada conversación, cada relato y cada encuentro hicieron posible esta investigación. Este trabajo existe gracias a su palabra, a su memoria y al conocimiento que ustedes continúan preservando y transmitiendo.

A nuestra directora de tesis, Camila, por su acompañamiento constante, su orientación y la confianza que depositó en este proceso. Sus comentarios, preguntas y reflexiones fueron fundamentales para fortalecer este trabajo y para guiarnos con cuidado y rigor a lo largo del camino de la investigación.

Mariana y Luisa

Gracias mamá y papá, Adriana y Alquiver, por ser mi casa incluso en la distancia; por las llamadas, las palabras oportunas y la confianza que siempre han puesto en mí. Gracias por enseñarme a pensar, a cuestionarme y a creer que puedo.

A mi novio Sebastián, por su amor, su paciencia y por acompañarme en este camino, incluso en los momentos más difíciles. Gracias por estar siempre cerca, por escucharme y sostenerme cuando lo necesité, y por recordarme que todo esfuerzo vale la pena.

A Mariana, mi mejor amiga y compañera de tesis, por pensar y construir esto conmigo, por las conversaciones interminables, los desacuerdos que nos hicieron crecer y la complicidad que convirtió este trabajo en algo profundamente nuestro.

Luisa

A mis papás, Mafe y Eduardo, por ser mi roca todos los días. Por permitirme soñar con libertad y por enseñarme a afrontar todos los obstáculos que se me presenten. Gracias por acompañarme y apoyarme incondicionalmente.

A mis abuelos, Eduardo, Patricia, Clara y Manuel, porque sin ustedes este logro no sería posible. Gracias por su amor, su ejemplo y por acompañarme siempre con orgullo y cariño.

Y finalmente, a Luisa, mi mejor amiga y con quien construimos esta tesis. Entre risas, frustraciones y largas horas de trabajo llegamos juntas hasta este momento. Gracias por la complicidad y por soñar conmigo este proyecto, me emociona pensar en todo lo que aún nos queda por recorrer.

Mariana

ÍNDICE

1. Introducción.....	1
1.1 <i>Problema de investigación.....</i>	<i>1</i>
1.2 <i>Justificación.....</i>	<i>3</i>
1.3 <i>Aproximación metodológica.....</i>	<i>5</i>
2. Memoria Colectiva	7
2.1 <i>Recuerdos y saberes compartidos.....</i>	<i>9</i>
2.2 <i>Rituales y prácticas de conservación de la memoria.....</i>	<i>11</i>
3. Identidad afrocolombiana y diáspora afrocolombiana.....	14
3.1 <i>Diáspora afrocolombiana.....</i>	<i>14</i>
3.2 <i>Lazos comunitarios y/o prácticas culturales comunitarias.....</i>	<i>18</i>
4. Cocina y Construcción de memoria.....	20
4.1 <i>La culinaria como una práctica de transmisión cultural.....</i>	<i>22</i>
4.2 <i>El papel de la mujer en la cocina.....</i>	<i>24</i>
4.3 <i>La cocina como un espacio de resistencia.....</i>	<i>27</i>
5. Conclusión.....	31
6. Bibliografía	35

1. Introducción

1.1 Problema de investigación

La memoria es, en muchos casos, lo único que mantiene viva la identidad de una persona o de una sociedad. Esta puede ser evocada a partir de múltiples elementos y se manifiesta en diferentes formas. Maurice Halbwachs (2004) escribe que la memoria, en especial la memoria colectiva está sujeta a “un grupo limitado en el espacio y tiempo” (p. 85) y que, en ese sentido, la memoria de un grupo llega hasta donde alcanza la memoria individual de quienes lo conforman. Sin embargo, muchas veces tenemos recuerdos que otros nos transmiten. La cocina es uno de esos espacios donde, a partir de la práctica, se evocan sentimientos, recuerdos, vínculos y presencias. Cocinar puede convertirse en una forma de preservar la identidad de un grupo, pero también de transformarla y reconstruirla en nuevos territorios.

Considerar la actividad de cocinar como una forma de preservar y reconstruir identidades nos lleva a trabajar con la Fundación Red de Mujeres Afroamazónicas (FREMA), una organización sin ánimo de lucro conformada por mujeres afrodescendientes residentes en Florencia, en el departamento del Caquetá, Colombia. Es liderada por Mireya Emperatriz Quiñones y Yohaysa Perea Rentería. Su trabajo se centra en la reivindicación y promoción de los derechos humanos, sociales, culturales, territoriales, ambientales y políticos de las comunidades Negra, Afrocolombiana, Raizal y Palenquera (NARP) en la región amazónica, un territorio donde estas poblaciones han sido históricamente invisibilizadas y enfrentan desafíos asociados al racismo estructural y a procesos migración internos.

FREMA fue creada en 2019 como una iniciativa liderada por mujeres que buscaban construir un espacio propio de organización y acción colectiva, como una contrapropuesta a las asociaciones que ya existían y eran lideradas mayoritariamente por hombres; buscaban un espacio de mujeres afro para mujeres afro. Desde sus inicios, la fundación ha impulsado procesos de autorreconocimiento, transmisión de saberes ancestrales y generación de redes de apoyo entre mujeres afrodescendientes en el Caquetá (El Espectador, 2023). La fundación trabaja en múltiples frentes que articulan cultura, memoria y liderazgo. Entre sus acciones se encuentra la recuperación, preservación y difusión de saberes ancestrales, incluyendo prácticas culinarias, técnicas de cocina,

medicina tradicional y partería; así mismo, han desarrollado espacios de formación en lectura con su biblioteca comunitaria *Harambee*, de política, comunicación popular y estética afro.

Además de su dimensión cultural y formativa, la fundación cuenta con un espacio que funciona tanto como restaurante de comida tradicional afroamazónica como lugar de encuentro para talleres, diálogos comunitarios y actividades de formación. Este lugar se convierte en un punto de encuentro en donde se comparten recetas tradicionales, saberes culinarios y prácticas sociales que, más allá de lo alimentario, se conciben como prácticas vivas de memoria, identidad y resistencia cultural en un territorio marcado por desplazamientos y transformaciones sociales (El Espectador, 2023).

A partir de su experiencia, este trabajo busca entender cómo la memoria funciona como un elemento constitutivo de la identidad colectiva, y cómo se activa en espacios cotidianos como la cocina. Allí, la comida, las técnicas culinarias y los saberes transmitidos entre generaciones se convierten en formas de sostener y fortalecer la identidad. En este sentido, la cocina aparece como un espacio de memoria, donde se entrelazan prácticas, afectos y relatos que permiten a las mujeres mantener vivos los vínculos con sus raíces, fortalecer la identidad afrocolombiana y tejer memorias colectivas. La preparación de alimentos no es solo una práctica cotidiana, sino un acto que articula historias familiares, aprendizajes compartidos y formas de cuidado.

El interés en este tema surge de la necesidad de comprender cómo la memoria se entrelaza con el espacio y las prácticas cotidianas, especialmente aquellas que permiten reconstruir sentidos de pertenencia, comunidad y aportar a procesos de construcción de paz desde lo cotidiano. La cocina, como espacio vivido y socialmente construido, ofrece un escenario donde las relaciones, significados y recuerdos se articulan a través de la preparación de alimentos. Esto permite explorar cómo la cocina, la comida y las narrativas que emergen de ellas pueden configurar espacios y facilitar procesos de memoria, destacando la importancia de lo cotidiano en la construcción de identidades y memorias colectivas.

Es por esto que la investigación parte de la pregunta: ¿de qué manera las prácticas culinarias afrocolombianas realizadas por las mujeres de la Fundación Red de Mujeres Afroamazónicas en el Caquetá contribuyen, desde una perspectiva de género, a la construcción de la memoria colectiva y de las identidades comunitarias ligadas a la

diáspora afrocolombiana? Para abordar esta pregunta, el estudio se propone, en primer lugar, reconstruir el contexto de surgimiento de la FREMA y las trayectorias que le dan sentido, como marco para comprender las prácticas que allí se desarrollan. En segundo lugar, se busca una aproximación etnográfica a las prácticas culinarias, atendiendo a sus dinámicas cotidianas y a los sentidos que las mujeres les atribuyen. Finalmente, la investigación se orienta a analizar cómo, a través de la cocina, se articulan procesos de memoria y experiencias de género, permitiendo comprender estas prácticas como espacios de transmisión de saberes e identificación comunitaria.

1.2 Justificación

En el marco de los procesos históricos de movilidad y diáspora afrocolombiana, diversas comunidades han reconfigurado sus prácticas culturales en territorios distintos a los de origen. Estos desplazamientos no responden necesariamente a un único factor como el desplazamiento forzado causado por el conflicto, sino a dinámicas sociales, económicas y familiares que han implicado procesos de asentamiento y reconstrucción territorial. La llegada de mujeres afro al Caquetá responde a dinámicas de migración interna vinculadas a oportunidades laborales, redes familiares y procesos de asentamiento en zonas de expansión regional. En estos escenarios, las prácticas culinarias se constituyen como espacios de continuidad cultural, permitiendo recrear tradiciones y fortalecer vínculos identitarios en nuevos contextos territoriales. Estos procesos de movilidad y reconfiguración serán desarrollados con mayor profundidad en el capítulo 3.

Ahora bien, la cocina ha sido históricamente asociada al ámbito doméstico y a la alimentación configurándose como un espacio feminizado. Esta asociación responde a construcciones sociales de género que asignan a hombres y mujeres roles diferenciados en relación con la comida. Como señala Carole Counihan (1999)

Entre hombres y mujeres, en muchas culturas, la comida es tanto un medio de diferenciación como un canal de conexión. Al asumir distintos roles en relación con la alimentación e identificarse con alimentos específicos, hombres y mujeres definen su masculinidad y femineidad (p. 12 , traducción propia).

De este modo, la cocina no puede reducirse a una práctica doméstica o biológica, sino que constituye un espacio social en el que se producen identidades, se transmiten saberes y se construyen memorias colectivas.

Para las mujeres de FREMA, la cocina —incluso en contextos marcados por movilidades y transformaciones territoriales— se configura como un escenario donde se preservan tradiciones, se reconstruyen vínculos con el territorio y se elaboran narrativas sobre el pasado. En este sentido, más que un espacio exclusivamente doméstico, la cocina opera como un marco social de encuentro, continuidad cultural y construcción colectiva de memoria.

En esta misma línea, la cocina se configura como un espacio donde la memoria se materializa en la conservación y uso de los alimentos a través del tiempo, permitiendo que todas las generaciones hagan uso de estos. Esto posibilita la conservación de tradiciones y elementos identitarios ligados a un lugar y a un territorio históricamente habitado. La memoria es sensorial y la cocina es un lugar en el cual se necesitan y transitan todos los sentidos, desde el olor del tomate y la cebolla al ser cocinados, el sonido que hace el agua cuando hierve, la textura de la masa de las arepas, ver la frescura de los alimentos, hasta, finalmente, el sabor del plato que se preparó. En este sentido, la cocina funciona como un escenario privilegiado donde los sentidos activan recuerdos, relatos y aprendizajes transmitidos entre mujeres.

El Centro Nacional de Memoria Histórica (CNMH) señala que el conflicto armado en Colombia ha irrumpido en la vida de los sujetos, tocando todos sus aspectos. Esto ha traído consecuencias para la cocina; es decir, ha afectado y transformado sus procesos de relacionamiento, lo que ha hecho que los conocimientos y los saberes relacionados a la alimentación y la comida se hayan modificado. En el caso de FREMA, estas transformaciones se entrelazan con procesos de adaptación territorial y reconstrucción cultural en el Caquetá, en donde, a partir de la memoria, los conocimientos con relación a la comida y a la cocina han encontrado un techo, porque les permite no desaparecer y seguir conformando las tradiciones de una cultura y de las familias (CNMH, 2022).

Es importante recalcar que las mujeres han sido quienes históricamente se han encargado de la transmisión de los saberes de la cocina y la comida. Esto está directamente relacionado con visiones y sistemas patriarcales, pero también les ha dado a las mujeres

la posibilidad de tener un espacio de poder, el cual se les ha negado durante muchos años en otros campos. Un resultado de esto es que cuando las mujeres se encuentran para generar diálogos sobre lo que ha sucedido en términos de cocina y memoria, surge la posibilidad de entender y explicar la razón de cómo estas movilizaciones afectaron y transformaron la forma de comer, de cocinar y de relacionarse con la tierra. A la vez, estos encuentros permiten reafirmar la cocina como un espacio de identidad, continuidad cultural y construcción colectiva.

1.3 Aproximación metodológica

Esta investigación se desarrolló desde un enfoque cualitativo, con una aproximación etnográfica, que permitió comprender las prácticas culinarias afrocolombianas como experiencias situadas dentro de la vida cotidiana de las mujeres de la Fundación Red de Mujeres Afroamazónicas (FREMA), en Florencia, Caquetá. El trabajo de campo se llevó a cabo a partir de un acercamiento directo a la Fundación y a las mujeres que la integran, privilegiando la convivencia, la observación y la escucha como herramientas centrales del proceso investigativo.

Durante el trabajo de campo se realizaron visitas a los espacios cotidianos de las participantes, incluyendo sus hogares y el restaurante de la Fundación, lo que permitió compartir momentos de su vida diaria y observar de manera directa las dinámicas sociales, afectivas y culturales que se configuran alrededor de la cocina. Estos encuentros posibilitaron una comprensión más profunda de las prácticas culinarias no solo como tareas del día a día, sino como espacios de memoria, transmisión de saberes y construcción de identidad.

A partir de este proceso, se realizaron entrevistas individuales a ocho mujeres de diferentes edades, trayectorias de vida, lugares de origen y ocupaciones. Las participantes fueron seleccionadas a partir de un muestreo intencional, teniendo en cuenta su pertenencia a la Fundación y su disposición a participar en el proceso investigativo. Esta participación fue acordada a través de consentimientos informados, desarrollados bajo principios éticos orientados al respeto por las narrativas de las participantes y el reconocimiento de sus saberes, privilegiando una relación horizontal y de diálogo en el trabajo de campo. Las entrevistas tuvieron un carácter semiestructurado y surgieron, en muchos casos, de los espacios compartidos y de las conversaciones sostenidas en el marco

de la cotidianidad, lo que favoreció narrativas situadas y reflexivas en torno a la cocina, la memoria y la identidad afrocolombiana. Posteriormente, las entrevistas fueron transcritas de manera íntegra para su análisis.

El material recopilado fue sistematizado en una base de datos que incluía información general de cada participante, fragmentos relevantes de las entrevistas (citas textuales y paráfrasis) y su respectiva clasificación en categorías analíticas. Estas categorías se definieron inicialmente a partir del marco teórico que orientó la investigación y sirvieron como base para la elaboración de la guía de entrevistas. No obstante, durante el proceso de análisis fueron ajustadas y reorganizadas en función de los hallazgos de las entrevistas, incorporando matices y subcategorías que emergieron del trabajo de campo.

Las categorías de análisis finales fueron: *Memoria colectiva*; *Identidad afrocolombiana y diáspora afrocolombiana*; y *Cocina y construcción de memoria*. Cada una de estas categorías se organizó, a su vez, en subcategorías que permitieron un análisis más detallado del material. En el caso de la categoría de *Memoria colectiva*, se trabajó a partir de las subcategorías *recuerdos y saberes transmitidos de una generación a otra*, y *rituales de conservación de la memoria*. Para la categoría *identidad afrocolombiana y diáspora afrocolombiana*, se consideraron los *lazos comunitarios y/o prácticas comunitarias*, así como las experiencias asociadas a la *diáspora afrocolombiana*. Finalmente, la categoría *cocina y construcción de memoria* se analizó a partir de las subcategorías *la culinaria como práctica de transmisión cultural*, *el papel de la mujer en la cocina* y *la cocina como espacio de resistencia*.

En este sentido, las categorías funcionaron tanto como herramientas de clasificación del material como ejes interpretativos que articularon los aportes conceptuales sobre memoria, cocina y diáspora con las experiencias narradas por las participantes, en coherencia con el carácter teórico-práctico de la investigación. A partir de este esquema analítico fue posible filtrar y ordenar la información de acuerdo con los ejes del estudio, facilitando un análisis cualitativo orientado a comprender de qué manera las prácticas culinarias afrocolombianas se constituyen en espacios de producción de memoria colectiva, transmisión de saberes ligados a la diáspora afrocolombiana y fortalecimiento de identidades comunitarias. Desde una perspectiva de género, el análisis reconoció la cocina como un espacio históricamente feminizado y, al mismo tiempo, como un ámbito

relacional donde se articulan memorias del desplazamiento, experiencias de la diáspora y formas de acción colectiva, situando a las mujeres de FREMA como sujetas activas en la producción, resignificación y transmisión de saberes.

2. Memoria Colectiva

La memoria colectiva ha sido abordada como el conjunto de recuerdos compartidos por una comunidad que contribuyen a construir un sentido de pertenencia entre sus miembros. Este concepto fue desarrollado por el sociólogo Maurice Halbwachs (2004), quien planteó que la memoria individual no se configura de manera aislada, sino dentro de marcos sociales que orientan lo que se recuerda y la forma en que se recuerda. Para Halbwachs (2004), los grupos sociales preservan y transmiten estos marcos, los cuales permiten a los individuos situar sus experiencias dentro de una memoria común. En el caso de las comunidades afrocolombianas, dicha memoria colectiva se transmite y actualiza a través de rituales, tradiciones orales y prácticas cotidianas como la cocina, que funcionan como espacios de conservación histórica y de fortalecimiento de la identidad cultural.

Abordar la memoria implica reconocer que esta va más allá de recordar acontecimientos del pasado. Se trata de un proceso complejo atravesado por dimensiones narrativas, afectivas y sociales. Como señala Elizabeth Jelin (2002), “abordar la memoria involucra referirse a recuerdos y olvidos, narrativas y actos, silencios y gestos. Hay en juego saberes, pero también hay emociones. Y hay también huecos y fracturas” (p. 17). Desde esta perspectiva, la memoria se comprende como un proceso dinámico mediante el cual los sujetos elaboran sentidos sobre lo vivido, a través de la selección, resignificación y transmisión de experiencias en función de marcos sociales específicos.

En esta misma línea, Jelin (2002) afirma que “las memorias individuales están siempre enmarcadas socialmente. Estos marcos son portadores de la representación general de la sociedad, de sus necesidades y valores. Incluyen también la visión del mundo, animada por valores, de una sociedad o grupo” (p. 20). Esto implica que incluso los recuerdos que parecen íntimos o personales se encuentren atravesados por códigos culturales, valores compartidos e interpretaciones colectivas.

Desde esta perspectiva, la memoria colectiva no puede entenderse como una suma de recuerdos individuales. Se configura a partir de la interacción constante entre sujetos que comparten experiencias, relatos y prácticas, en un proceso donde se elaboran sentidos

sobre el pasado en relación con otros. Lo colectivo emerge en ese proceso de entrecruzamiento y diálogo, donde las memorias se transforman y entran en tensión. Se trata de un tejido en el que las tradiciones, las experiencias personales y los marcos sociales se articulan y se reconfiguran de manera continua.

Esta dimensión relacional y conflictiva de la memoria también es destacada por Michael Pollak (2006), quien propone no asumir las memorias colectivas como datos dados, sino atender a los procesos de su construcción, considerando la pluralidad de actores y las disputas por los sentidos del pasado. Desde esta perspectiva, la memoria colectiva se configura como un campo dinámico en el que algunas voces logran mayor visibilidad que otras, mientras ciertos relatos permanecen marginados o menos legitimados.

Por su parte, Paul Ricoeur (1999) sostiene que

(...) la memoria colectiva sólo consiste en el conjunto de huellas dejadas por los acontecimientos que han afectado al curso de la historia de los grupos implicados que tienen la capacidad de poner en escena esos recuerdos comunes con motivo de las fiestas, los ritos y las celebraciones públicas (p. 19).

Esta idea permite comprender que la memoria colectiva se narra y también se actualiza en prácticas sociales concretas. En el caso de esta investigación, dichas prácticas toman forma en espacios cotidianos como la cocina, donde los saberes culinarios, los relatos familiares y los encuentros entre mujeres son momentos en los que se transmiten, recrean y resignifican memorias vinculadas a la identidad afrocolombiana y a las experiencias de diáspora.

En este trabajo, la memoria colectiva se entiende como un proceso social y relacional mediante el cual un grupo construye sentidos sobre su pasado y los actualiza en el presente a través de narrativas y prácticas situadas. Este proceso ocurre en contextos atravesados por relaciones de poder, donde no todos los actores cuentan con las mismas posibilidades de hacer visibles y legítimos sus relatos sobre el pasado. En el caso de las mujeres de FREMA, la cocina se configura como un espacio significativo en el que se entrelazan memoria, identidad y experiencias de movilidad territorial, permitiendo la transmisión de saberes y la reafirmación de su identidad afrocolombiana.

2.1 Recuerdos y saberes compartidos

Los relatos de las participantes evidencian que los recuerdos vinculados a la cocina no se presentan como evocaciones aisladas, sino como experiencias relacionales que entrelazan afecto, territorio y continuidad familiar. La memoria aparece viva en las prácticas aprendidas de la convivencia cotidiana que fue transmitida por medio de vínculos intergeneracionales.

Para Aida, el aprendizaje culinario estuvo profundamente ligado a la convivencia con su madre y su abuela: “a mí me enseñó en la casa mi mamá, y pues yo aprendí mucho lo que mi mamá, mi abuela (...) me enseñaron”. Este oficio, afirma, lo asumió “con cariño y amor”. En su relato la cocina no emerge como una obligación doméstica, esta se configura como una experiencia afectiva profunda, donde la memoria se vincula con el sentimiento y recordar se convierte en una forma de sostener el saber.

En el caso de Martha, el aprendizaje se sitúa en la observación atenta: “Yo miraba cómo hacían, ¿no? Mi abuelita, cómo preparaba, por ejemplo, el sancocho”. La transmisión ocurre a través de la cercanía y la repetición, más que mediante una instrucción formal. De forma similar, Maura señala que prepara ciertos platos “no tanto por comérmelos, sino porque me trae el recuerdo de ellas, porque yo era muy cercana con mi abuela, y yo me mantenía pegada a ella”. Cocinar, para ella, responde al deseo de revivir una relación significativa. De este modo, la práctica culinaria activa la memoria afectiva y mantiene vivo el vínculo con las figuras femeninas que marcaron su infancia.

El territorio también ocupa un lugar central en esta construcción de recuerdos compartidos. Cuando Martha afirma que su madre le “(...) enseñó a cocinar. Eso viene desde el Caquetá”, sitúa el saber culinario en un origen geográfico específico. La receta deja de ser simplemente una preparación para convertirse en portadora de procedencia. Es por eso que el acto de cocinar mantiene presente ese lugar y reafirma una pertenencia territorial que trasciende el tiempo.

Esa conciencia de herencia aparece nuevamente en el relato de Martha cuando insiste: “Este legado me lo dejó mi madre”. La palabra “legado” no es menor. No está hablando simplemente de una receta que aprendió, sino de algo que siente como un regalo y, al mismo tiempo, como una responsabilidad. Al decirlo así, Martha deja ver que cada vez que cocina este plato está su madre en ese gesto, en ese sabor, en esa forma particular de

hacerlo. El legado no es solo el resultado final, es también la memoria de quien enseñó, de los momentos compartidos en la cocina, de la voz que explica cómo hacerlo. Nombrarlo como legado es reconocer que ese saber tiene historia y afecto y que mantenerlo vivo depende de seguir practicándolo y compartiéndolo.

Estos relatos pueden leerse a la luz de lo planteado por Henrietta Nyamnjoh (2018), quien sostiene que “la memoria y las emociones son motores fundamentales que conectan a los migrantes con su cultura material, particularmente a través de la comida” (p. 31). En las experiencias narradas por Aida, Martha y Maura, la cocina opera precisamente como ese espacio donde la emoción y la cultura material se entrelazan. Cocinar no es sólo reproducir una receta, es activar recuerdos, sostener vínculos y reafirmar pertenencias.

Sin embargo, la continuidad de esos saberes no se percibe como un hecho seguro. Lerma advierte que “las costumbres se van perdiendo (...) la juventud quiere cosas nuevas”. Su reflexión introduce una tensión entre tradición y cambio. En este sentido, la memoria colectiva no es estable ni automática, depende de su transmisión y de la disposición de las nuevas generaciones para asumirla.

Frente a esta preocupación por la pérdida de las costumbres, Aida describe su esfuerzo por enseñar desde edades tempranas, les enseñaba “desde los 10 años”. Sin embargo, también reconoce que “uno puede enseñarle a la persona, pero hay gente que por un oído le entró y por otro le salió”. Su testimonio muestra que la transmisión intergeneracional no depende únicamente de la voluntad de quien enseña. Aunque exista la intención de preservar el saber, su apropiación requiere interés y disposición por parte de quienes lo reciben. Aida contrasta esta situación con su propia experiencia, diciendo que ella “ponía mucho cuidado” y lograba aprender observando. De esta manera, su relato evidencia que la memoria compartida se sostiene en la relación que se construye alrededor del aprendizaje y en el compromiso de ambas generaciones.

En el caso de Martha, la transmisión adquiere matices contemporáneos que evidencian cómo la memoria se adapta a nuevas formas de relación sin perder su sentido. Su hija sigue sus recetas, prepara el sancocho y luego le envía fotografías para mostrarle el resultado. Ese gesto –compartir la imagen del plato– es una forma de mantener el vínculo y de buscar reconocimiento. A través de ese intercambio, la cocina sigue siendo un espacio compartido, a pesar de que ya no siempre esté en el mismo espacio físico. La memoria

circula ahora mediante nuevas dinámicas comunicativas, pero continúa sosteniéndose en la interacción y en la mirada de la madre que valida, en el deseo de la hija por replicar lo aprendido. Así, la transmisión se transforma y demuestra que la continuidad intergeneracional puede adaptarse a los cambios.

Finalmente, Yohaysa, cofundadora de FREMA, amplía esta dimensión colectiva al afirmar que

no solamente es darles a conocer recetas, sino amar. Así es un tema que va de generación en generación, porque lo vivimos a diario. Es una forma de recordar, de reconectar nuestras raíces, de saber que aquí estamos, de esta parte venimos, así comemos, y seguirlo haciendo.

En su reflexión se articulan memoria, afecto e identidad. La cocina se convierte en una práctica que reafirma arraigo y pertenencia, vinculando pasado y presente en la experiencia cotidiana.

En conjunto, estos testimonios permiten sostener que los recuerdos y saberes compartidos configuran una memoria colectiva incorporada a la práctica culinaria. A través del aprendizaje, la repetición y la enseñanza, las mujeres actualizan vínculos familiares, territoriales y afectivos. La cocina se consolida así como un espacio donde la experiencia individual se integra en una historia común, asegurando la continuidad simbólica del grupo en el tiempo.

2.2 Rituales y prácticas de conservación de la memoria

“Para mí es importante preservar la tradición culinaria porque me recuerda a mis ancestros” expresa Aida. Esta afirmación ejemplifica la relación profunda entre cocina y memoria que atraviesa sus experiencias. La preservación de la tradición culinaria aparece como un acto consciente de conexión con un pasado que se mantiene vivo a través de la práctica cotidiana. Así, en los rituales que se construyen en la cocina, la memoria se evoca, se sostiene y se actualiza. Para esta investigación resulta entonces importante profundizar en los mecanismos mediante los cuales dicha memoria se conserva y se transmite. Es

decir, no sólo qué se recuerda, sino cómo se mantiene vivo aquello que se recuerda. En este punto, los rituales y las prácticas repetidas adquieren centralidad.

Según Paul Connerton (1989), las sociedades recuerdan no sólo a través de relatos o inscripciones, sino también mediante prácticas corporales que mantienen vivo el pasado en el presente. El autor sostiene que el cuerpo cumple un papel fundamental en la transmisión de la memoria social y afirma que “nuestros cuerpos, que en las conmemoraciones reescenifican de manera estilizada una imagen del pasado, mantienen ese pasado en una forma plenamente efectiva a través de su capacidad continua para realizar determinadas acciones especializadas” (Connerton, 1989, p. 72, traducción propia). Aunque Connerton (1989) desarrolla su reflexión a partir de rituales conmemorativos formales, su planteamiento permite ampliar la mirada hacia prácticas cotidianas donde el pasado no se representa explícitamente, pero sí se preserva en la repetición de gestos, técnicas y modos de hacer. Desde esta perspectiva, la memoria trasciende el ámbito discursivo y se materializa en habilidades corporales que, al reproducirse en el tiempo, sostienen una experiencia colectiva.

A partir de esta perspectiva, la cocina puede entonces entenderse como una práctica-ritual cotidiana en la que el pasado se mantiene vivo en la acción misma de cocinar, en la forma de sazonar, en el modo de cortar, en la elección de ciertos ingredientes y en la insistencia por recordar un antepasado. A través de estas acciones, la memoria colectiva se incorpora y se transmite, configurando un espacio donde la identidad se reafirma.

Esta dimensión corporal y sensorial de la memoria adquiere una profundidad particular cuando se vincula con el territorio. Para Yohaysa esto se representa con claridad cuando afirma que “a través de la cocina logramos nosotros reconectar diferentes latitudes, diferentes lugares del Pacífico, pero recordando siempre que tenemos una esencia, que es la raíz afro, que está siempre ahí”. En esta afirmación, la cocina aparece como un dispositivo de conexión territorial que va más allá de la ubicación geográfica inmediata. Aun en contextos de diáspora, el acto de cocinar permite recrear vínculos con distintos lugares del Pacífico, reactivando una pertenencia común.

Desde la perspectiva de Connerton (1989), esta capacidad de mantener el pasado a través de acciones corporales permite comprender que el territorio se hace presente en la práctica misma de cocinar. La preparación de determinados platos, el uso de ingredientes

asociados al Pacífico y la reproducción de técnicas aprendidas en ese contexto constituyen formas de recrear momentos del pasado en el presente. El cuerpo, al ejecutar esas acciones, reproduce una habilidad culinaria y, al mismo tiempo, mantiene viva una memoria compartida.

Asimismo, Holtzman (2006) plantea que “la sensualidad de la comida es central para comprender su poder como vehículo de memoria” (p. 365, traducción propia), subrayando que el recuerdo asociado a los alimentos se activa a través de los sentidos y compromete al cuerpo entero en el proceso de recordar. La memoria culinaria opera como una experiencia concreta que se evidencia en el acto de cocinar. En este sentido, los sabores, aromas y texturas asociados al Pacífico actúan como formas de afirmación identitaria. Cuando Yohaysa afirma que existe una “raíz afro que siempre está ahí”, esa permanencia se expresa en una práctica repetida que la hace visible y sensible. La cocina se convierte así en un espacio ritual en donde la memoria colectiva se incorpora en el cuerpo y sostiene la identidad a través de la acción de cocinar. La memoria del Pacífico, lejos de quedar fijada en el pasado, se reactualiza cada vez que se cocina, configurando un espacio donde identidad, ancestralidad y territorio se entrelazan.

En esta línea, Holtzman (2006) señala que “la experiencia de la comida evoca recuerdos que no son simplemente cognitivos, sino también emocionales y físicos” (p. 365, traducción propia). La memoria culinaria se activa como experiencia que compromete el cuerpo y los sentidos. “Yo me pongo a recordar y yo siento como esa necesidad de hacerlo. Que no sea solo lo que ya tocó copiar de los demás, sino siempre recordar lo nuestro” afirma Maura, una de las participantes de FREMA, dejando en evidencia cómo el recuerdo aparece aquí como una sensación que impulsa la acción. El pasado se siente y se recrea a través de la práctica culinaria.

De este modo, la sensualidad de la comida que resalta Holtzman (2006) como elemento central en la transmisión de memoria permite comprender que el acto de cocinar es una práctica afectiva que sostiene la permanencia y afirmación de la identidad. La necesidad de recordar lo propio se traduce en gestos, sabores y elecciones culinarias que mantienen viva una memoria colectiva afrocolombiana para las mujeres de FREMA. La cocina se consolida así como un ritual cotidiano donde el pasado se narra, se experimenta y se comparte.

3. Identidad afrocolombiana y diáspora afrocolombiana

Si en el capítulo anterior se evidenció cómo la memoria colectiva se inscribe en la práctica culinaria y en la transmisión intergeneracional, en esta sección el análisis se orienta hacia la manera en que dichas prácticas configuran formas de identidad afrocolombiana en contextos atravesados por la diáspora. Pensar la identidad en estos términos implica apartarse de la idea de una identidad fija e inmutable. Como plantea Stuart Hall (1990),

en lugar de pensar en la identidad como un hecho ya consumado, al que las nuevas prácticas culturales representan, deberíamos pensar en la identidad como una ‘producción’ que nunca está completa, sino que siempre está en proceso y se constituye dentro de la representación, y no fuera de ella (p. 222).

Esta perspectiva permite comprender la identidad afrocolombiana como una construcción que se actualiza en la experiencia cotidiana, especialmente en escenarios marcados por el desplazamiento y la reubicación territorial.

En esta misma línea, Hall (1990) advierte que las identidades culturales “vienen de algún lugar, tienen historia (...) estas identidades están sometidas a constantes transformaciones (...) se hallan sujetas al juego continuo de la historia, la cultura y el poder” (p. 225). La identidad afrocolombiana en la diáspora como un proceso dinámico que articula memoria, territorio y prácticas colectivas en nuevos contextos sociales. La experiencia diaspórica no implica únicamente ruptura, también supone una resignificación y afirmación de pertenencia en condiciones históricas cambiantes.

3.1 Diáspora afrocolombiana

El término diáspora tuvo originalmente un significado específico, asociado al exilio del pueblo judío de su territorio histórico y a su dispersión en distintos lugares, experiencia marcada por la persecución y la opresión (Safran, 1991). En términos generales, la noción alude a la dispersión de un pueblo fuera de su territorio de origen y al mantenimiento de vínculos simbólicos con ese lugar ancestral. Con el tiempo, el concepto fue ampliado en el campo de las ciencias sociales para referirse a otros procesos de dispersión colectiva

vinculados a dinámicas de colonización, esclavización, migración y desplazamiento forzado.

Para efectos de esta investigación, la diáspora afrocolombiana se aborda como un proceso histórico y cultural de producción identitaria. Retomando la propuesta de Hall (1990), la experiencia diaspórica se define por el reconocimiento de la heterogeneidad, la hibridez y la transformación constante, más que por la pureza o la idea de una esencia cultural inmutable. Hall (1990) sostiene que las identidades de la diáspora “están constantemente produciéndose y reproduciéndose de nuevo a través de la transformación y la diferencia” (p. 235). Bajo esta mirada, la experiencia diaspórica implica recrear de manera continua vínculos identitarios que se negocian y transforman en contextos de diferencia. Comprender la diáspora en estos términos permite analizar los testimonios como relatos de migración y como narrativas de transformación identitaria. La afrocolombianidad en el Caquetá aparece así como una identidad híbrida, atravesada por la historia del desplazamiento y también por procesos de agencia, adaptación y recreación cultural.

En esta perspectiva, la diáspora se remite a proceso dinámico en el que la identidad se configura en el tránsito, en la mezcla y en la reterritorialización. El trabajo *Harambeé por la memoria*, elaborado por FREMA en articulación con el Centro Nacional de Memoria Histórica, documenta que la presencia afrodescendiente en la región amazónica responde a diversas oleadas migratorias vinculadas a la búsqueda de tierras fértiles, oportunidades laborales y al desplazamiento forzado por el conflicto armado (Centro Nacional de Memoria Histórica & FREMA, s.f.). Estos procesos históricos permiten comprender la afrocolombianidad en el Caquetá como parte constitutiva de su configuración social y cultural. En esta misma línea, el estudio sobre organizaciones sociales afrodescendientes en el municipio de Florencia señala que la presencia afro en el departamento responde a distintos momentos migratorios —incluyendo procesos económicos, laborales y asociados a la violencia— que han configurado su asentamiento en el territorio (Sánchez Castillo, Gómez Cano & Moreno González, 2017).

En términos demográficos, el Censo Nacional de Población y Vivienda de 2018, realizado por el Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE), reporta que 2.982.224 personas en Colombia se autorreconocen como afrodescendientes. En el caso del departamento del Caquetá, la cifra corresponde a 5.087 personas, lo que representa

aproximadamente el 0,17% de la población departamental (DANE, 2018). Según esta información, la población afrocolombiana del Caquetá se clasifica como minoritaria en términos estadísticos.

No obstante, es necesario considerar que el censo se basa en el autorreconocimiento, condición que puede estar atravesada por múltiples factores como procesos históricos de invisibilización, mestizaje, estigmatización racial y, en algunos casos, desconocimiento de la propia genealogía afrodescendiente. En contextos donde la afrodescendencia no ha sido ampliamente reconocida en el discurso regional, es posible que exista subregistro o que parte de la población no se identifique explícitamente en las categorías del censo. En este sentido, la cifra estadística constituye, por tanto, un punto de partida para problematizar la visibilidad de esta presencia en el territorio.

La migración por búsqueda de tierras fértiles marcó las primeras oleadas significativas desde municipios como Barbacoas y Magüí Payán (Nariño) hacia zonas rurales del Caquetá en la década de 1950. Familias que enfrentaban limitaciones económicas en el Pacífico se desplazaron hacia la Amazonía en busca de mejores condiciones para la agricultura. En este tránsito se movilizaron cuerpos y mano de obra, pero también saberes, prácticas productivas y memorias culturales. (CNMH & FREMA, s.f.).

Otro factor determinante fue la migración laboral, especialmente en el ámbito educativo. El informe señala la llegada de docentes afrodescendientes provenientes del Chocó y otras regiones del Pacífico, quienes encontraron en el Caquetá oportunidades de inserción profesional y estabilidad económica (CNMH & FREMA, s.f.). Este proceso se refleja en el testimonio de Yohaysa: “Soy hija de padres que llegaron de su proceso afrodiaspórico al departamento del Caquetá (...) Mi madre es una mujer chocoana (...) llegó en busca de mejores oportunidades de vida y mejores oportunidades económicas”. En este caso, la diáspora se articula con movilidad social y asentamiento intergeneracional.

El conflicto armado colombiano también generó desplazamientos forzados que complejizan la experiencia diaspórica. Familias provenientes del Pacífico y del Valle del Cauca encontraron en el Caquetá un lugar de refugio, aunque fuera un territorio presentaba nuevas tensiones. Razón por la cual la diáspora afrocolombiana en la región se entrelaza así con dinámicas estructurales de violencia que han atravesado la historia nacional.

Más allá de las causas de migración, resulta central observar cómo la identidad se produce en el nuevo territorio. Los testimonios de las participantes revelan identidades híbridas, coherentes con la propuesta de Hall (1990). Lerma afirma que tiene “(...) un poquito del Caquetá y otro poquito de las costumbres de allá”. Martha, por su parte, explica: “Yo también ya soy caqueteña, pero tenemos las raíces que era mi abuelo”. Estas narrativas muestran formas de mantener vivo el origen mientras se transforma en el nuevo contexto. La identidad diaspórica aparece como una mezcla que se construye en el camino.

Mireya sintetiza esta condición al definirse como “nariñense con barriga caqueteña”. La metáfora corporal revela una pertenencia que se construye en el territorio de crianza sin borrar la memoria del lugar de nacimiento. Aquí se materializa lo que Hall (1990) denomina identidad producida “a través de la transformación y la diferencia”, una identidad que se actualiza en el presente sin quedar fijada en un pasado esencializado.

Un gesto simbólicamente potente documentado en *Harambeé por la memoria* es el traslado de semillas desde los territorios de origen. Llevar coco, sagú, ciruelo o plantas medicinales constituyó una práctica de continuidad cultural (CNMH & FREMA, s.f.). Sembrar en el nuevo territorio implica reterritorializar la memoria y afirmar la presencia afrodescendiente en la Amazonía.

Cuando Mireya afirma que “estamos en estas tareas de reivindicar, de valorar, de reconocer y difundir en el territorio parte de la cultura afro porque nosotras acá como diáspora (...) tenemos nuestros saberes”, enuncia una posición política frente a la invisibilización histórica. Su discurso expresa una conciencia de pertenencia diaspórica asociada a la responsabilidad de sostener la memoria y la transmisión cultural. Esta dimensión organizativa y reivindicativa también ha sido identificada en estudios sobre procesos afrodescendientes en Florencia, donde la visibilización y el reconocimiento institucional aparecen como ejes centrales de acción colectiva (Sánchez Castillo, Gómez Cano & Moreno González, 2017). Reivindicar y reconocer implica asumir que la presencia afrodescendiente en el Caquetá no ha sido plenamente legitimada en el relato regional, a pesar de su trayectoria histórica. En este sentido, la diáspora se configura como una categoría de identificación que articula memoria, transmisión intergeneracional y proyección colectiva.

En suma, aunque las cifras oficiales ubican a la población afrocolombiana del Caquetá como una minoría demográfica, la experiencia diaspórica revela una presencia histórica y cultural mucho más compleja de lo que el porcentaje sugiere. La identidad afrocolombiana se configura en la intersección entre memoria, movilidad, territorio y transformación. Desde esta perspectiva, la diáspora expresa la producción continua de pertenencia.

3.2 Lazos comunitarios y/o prácticas culturales comunitarias

Los lazos comunitarios afroamazónicos se sostienen en un ejercicio constante de articulación entre memoria, territorio y práctica cotidiana. En los testimonios aparece una identidad concebida como construcción situada, que requiere conciencia del origen para poder habitar otro espacio. Mireya explica que es necesario “reconocer de dónde vengo (...) y tener claro su raíz” para poder “insertarse en la Amazonia”. En ese sentido, la raíz opera como punto de apoyo para la inserción territorial, es por esto que el origen permanece activo en el presente y exige una relación constante con el lugar que se habita.

Esta relación se complejiza cuando la misma Mireya describe ser afroamazónica como un “concepto es de movimiento (...) de caminar los territorios. Territorio de origen y territorio que nos recibe, que nos ha acogido”. En esta afirmación, la identidad deja de entenderse únicamente como herencia y se revela como una construcción que ocurre en el desplazamiento, en la experiencia de habitar más de un territorio a la vez. La experiencia que narran las mujeres se aproxima a la propuesta de Gilroy (1993) cuando afirma que la historia de las poblaciones negras, atravesada por desplazamientos y luchas, “ofrece una vía para replantear los problemas de la nacionalidad, la ubicación, la identidad y la memoria histórica” (p. 16). En el caso afroamazónico, la pertenencia se configura en la articulación entre movilidad y enraizamiento, manteniendo la memoria del territorio de origen mientras se construyen nuevas formas de habitar el espacio amazónico.

Esa tensión entre arraigo y desplazamiento permite matizar la relación entre lo que Gilroy (1993) denomina “raíces” (roots) y “rutas” (routes). Cuando habla de “raíces” (roots), se refiere a una concepción de la identidad entendida como algo fijo, anclado exclusivamente al lugar de origen, como si la pertenencia dependiera únicamente del territorio ancestral. En cambio, al proponer pensar la identidad desde las “rutas” (routes), la entiende como resultado de trayectorias, desplazamientos y procesos de mediación

histórica. Por eso señala que la cultura política negra ha privilegiado la identidad como arraigo, antes que como “proceso de movimiento y mediación” (Gilroy, 1993, p.19).

En el caso afroamazónico, las mujeres insisten en la importancia de “tener claro de dónde se viene” y, al mismo tiempo, reconocen el territorio que las ha recibido como parte constitutiva de su experiencia. La pertenencia se construye en el cruce entre el territorio ancestral y el territorio que las ha recibido. Ser afroamazónico, expresa esa trayectoria compartida que articula ambos espacios.

En ese proceso de mediación, las prácticas culturales comunitarias adquieren centralidad. La culinaria aparece reiteradamente como espacio de afirmación y cohesión. Mireya reconoce que se encuentran en “un territorio que no es afro, en la Amazonia colombiana, porque como diáspora, pues somos minorías, no estamos en un territorio propio”, lo que las lleva a hacer un esfuerzo por mantener “algunos elementos identitarios (...) sobre todo con el tema de la culinaria”. La comida funciona como dispositivo de continuidad cultural y como forma de presencia pública en un contexto donde su identidad no es mayoritaria.

Yohaysa amplía esta perspectiva al señalar que el territorio amazónico le permite “estar ubicada en el contexto y poder interactuar con el conocimiento, con los recursos, con las personas, con todo lo que ofrece el territorio y que mi forma de ser me da la posibilidad de mostrarme como mujer amazónica”. Entonces, lo afroamazónico no es simple reproducción del lugar de origen, es resultado de una interacción con el entorno amazónico. Cuando afirma que pueden ofrecer los platos del Pacífico para “evocarlos su lugar, su entraña”, la comida se convierte en puente entre territorios y en forma concreta actualización de la memoria. La evocación ocurre en el acto mismo de cocinar y compartir.

La dimensión comunitaria de estas prácticas se hace visible en la ética de compartir. Lerma comenta que cuando “llega alguien a mi casa, uno le brinda y se come con esa alegría de que todos comimos, de que compartimos”. El acto de invitar no es solo hospitalidad individual, es forma de producción de un vínculo colectivo aprendido en el territorio de origen y resignificado en la Amazonia. La mesa compartida consolida redes y reafirma pertenencia, especialmente en un contexto donde reconocen su condición minoritaria.

No obstante, la continuidad de estos lazos enfrenta tensiones. Mireya advierte que a las generaciones posteriores “les queda más difícil acercarse a la tradición, porque se van mezclando, se va perdiendo, se va ocultando o no se le da importancia”. La transmisión cultural no está garantizada, requieren esfuerzo consciente. A esto se suma lo que Maura identifica como temor al rechazo, esa percepción de que “nos van a mirar como inferiores” ha llevado a que “se fuera quedando lo nuestro”. La posible pérdida cultural se relaciona así con dinámicas de jerarquización racial que desvalorizan lo afro.

En este escenario, sostener prácticas culturales comunitarias adquiere un carácter político, aunque no siempre se nombre como tal. Mantener la culinaria, compartir saberes y afirmar su origen se convierte en una forma de resistir procesos de invisibilización. Como señala Aida, “llevamos la cultura de nuestros ancestros”, y esa cultura se transforma en el cruce entre memoria y territorio. En ese sentido, lo afroamazónico expresa un proceso de reconfiguración constante.

Los lazos comunitarios afroamazónicos se construyen en esa mediación constante entre raíces y rutas. La experiencia no se organiza como una elección entre origen o territorio de llegada, sino como una convivencia entre ambos. En diálogo con Gilroy (1993), esta experiencia muestra que la identidad negra se produce en la interacción histórica entre desplazamiento, memoria y práctica cotidiana. En la Amazonia, esa interacción toma forma en redes comunitarias que sostienen la continuidad cultural al mismo tiempo que la transforma.

4. Cocina y Construcción de memoria

En este capítulo se aborda la cocina como un espacio cotidiano en el que se construyen y transmiten memorias colectivas. En contextos diaspóricos, donde la experiencia de la migración y de la reconfiguración territorial atraviesan la vida colectiva, las prácticas culinarias se convierten en un lugar privilegiado para la preservación y transmisión de la memoria. La comida deja de ser únicamente un acto funcional y se consolida como un dispositivo cultural que articula el pasado con el presente.

Desde esta perspectiva, la cocina puede comprenderse como un archivo vivo donde se conservan saberes ancestrales, técnicas heredadas y sentido de pertenencia. A través de ingredientes, formas de preparación y modos de compartir los alimentos, las comunidades

reproducen costumbres y también narran su historia. Como señalan Denise Amon y Renata Menasche (2020), “la relación que establecemos entre comida, memoria y comunidad se basa en la noción de que si la comida tiene una dimensión comunicativa, como el habla, entonces puede contar historias” (p. 7, traducción propia). Cocinar y comer se configuran como prácticas narrativas en las que se expresan trayectorias de resistencia, adaptación y continuidad cultural.

Amon y Menasche (2020) explican que la cultura articula de manera fundamental la relación entre cocina y memoria. Más que pensar los alimentos como objetos materiales, la memoria se inscribe en los significados que los rodean, en las historias que los acompañan y en los contextos históricos que le otorgan sentido. Por esta razón, la comida adquiere un carácter cultural que excede su dimensión nutritiva y se vincula con experiencias colectivas. Este carácter cultural se manifiesta en los procesos de selección y combinación que atraviesan toda práctica culinaria, desde los ingredientes disponibles y las técnicas aprendidas, hasta los modos de servir y las formas de compartir, responden a decisiones construidas por diferentes comunidades. Como también señalan Amon y Menasche (2020), estas elecciones “manifiestan decisiones tomadas por una comunidad (...) y, por lo tanto, expresan una cultura” (p. 7, traducción propia). Sin embargo, más que limitarse a expresar una cultura, estas prácticas la producen y la actualizan en las experiencias cotidianas. En el caso de las mujeres de FREMA, seleccionar determinados alimentos, preservar técnicas heredadas o adaptar recetas a un nuevo territorio refleja una manera concreta de sostener identidad y memoria en la vida diaria. La cocina se configura como un espacio donde la memoria se transmite y se practica en la acción.

De este modo, se entiende que las prácticas culinarias operan como un relato social en movimiento. No se reducen a discursos sobre la comida, sino de memorias que se transmiten en el propio acto de cocinar. Las prácticas alimentarias repetidas a diario constituyen una forma de narración social que aporta sustancia a la memoria colectiva. En este sentido, la memoria culinaria se materializa en gestos, sabores y preparaciones que conectan generaciones (Amon & Menasche, 2020). A través de la cocina, los saberes se transmiten, se transforman y se reafirman en la práctica cotidiana. Esta continuidad se sostiene en gestos repetidos, tiempos compartidos y aprendizajes que van de generación en generación. Cocinar y compartir alimentos se convierte en una forma de continuidad

histórica que mantiene el vínculo con los ancestros y, a la vez, dialoga con las condiciones del presente.

4.1 La culinaria como una práctica de transmisión cultural

Comprender la culinaria como una práctica de transmisión cultural implica superar su dimensión funcional y reconocerla como un espacio de producción simbólica. Cocinar transforma materias primas en alimentos, pero también activa un sistema de significados históricamente contruidos que organizan formas de pertenencia, memoria e identidad. En este sentido, como plantea Priscilla Parkhurst Ferguson (2004), “la cocina se refiere al constructo cultural propiamente dicho que sistematiza las prácticas culinarias y transmuta el gesto culinario espontáneo en un código cultural estable” (p. 3, traducción propia). Desde esta mirada, la cocina, convierte lo privado en público, lo singular en colectivo y lo material en cultural.

Esta afirmación permite comprender que el acto culinario nunca es neutro. Preparar un alimento supone inscribirse en una tradición de saberes, técnicas y valoraciones compartidas que exceden la voluntad individual. La cocina opera como un lenguaje socialmente aprendido en el que se define qué es comestible, qué sabores evocan pertenencia y cuáles marcan diferencias culturales. En consecuencia, la identidad colectiva y personal se expresa y se construye en la práctica alimentaria. Desde esta perspectiva, la culinaria puede entenderse como un dispositivo pedagógico cotidiano.

La transmisión cultural no ocurre exclusivamente en instituciones formales, sino en espacios domésticos y comunitarios donde los saberes se transmiten en la práctica. Aprender a cocinar implica observar, repetir, corregir, probar, escuchar historias y participar en dinámicas colectivas. Las propiedades mismas de los alimentos —su necesidad de preparación, conservación y distribución— exigen coordinación y organización social. Tal como sugiere Ferguson (2004), “las propiedades distintivas de los alimentos dictan (...) el deseo de una experiencia colectiva” (p. 17, traducción propia). Cocinar y comer son actos que tienden puentes entre lo individual y lo comunitario.

En los relatos de las mujeres de FREMA, la culinaria aparece constantemente vinculada al territorio, a la ancestralidad y a la identidad étnica. Cuando Aida señala que

en el afro va mucho el coco, o al menos lo que es la raza afro de Nariño. Porque ya lo que llaman el Chocó, ellos ya es con el queso. Allá para el Chocó todo va con queso. Pero para acá, para el lado de Nariño, de donde eran nuestros ancestros, pues allá todo es con el coco y sus hierbas de azotea. Las hierbitas de azotea que no pueden faltar (entrevista personal, 2025)

no está describiendo simples preferencias gastronómicas, está trazando una cartografía cultural. El coco y las hierbas de azotea funcionan como marcadores identitarios que conectan prácticas actuales con un pasado ancestral. La diferenciación entre Nariño y el Chocó delimitar pertenencias y especificidades dentro de territorios afrocolombianos diversos.

Como lo señala Juliana Duque Mahecha (2020), “la condición para que las comunidades pervivan, más allá de cualquier transformación generacional, económica o sociocultural, es precisamente la permanencia de ciertas costumbres” (p. 45). En este sentido, la cocina se presenta como uno de los espacios privilegiados donde esa permanencia se actualiza. Esta continuidad, sin embargo, no debe interpretarse como inmovilidad. Por el contrario, convive con procesos activos de selección, adaptación y resignificación que mantienen vivas las prácticas.

En el ámbito culinario, la transmisión constituye una práctica en la que los saberes se ajustan constantemente a condiciones económicas, territoriales y generacionales. Las costumbres que permanecen lo hacen porque continúan teniendo sentido para quienes las practican, lo que convierte a la tradición culinaria en un campo dinámico más que en una herencia estática. Desde esta perspectiva, la cocina se configura como un espacio donde la memoria se actualiza en el hacer. La permanencia de ciertas prácticas responde a la fuerza de la costumbre y también a la voluntad de mantener vínculos con un pasado significativo. En ese equilibrio entre repetición y reflexión se juega la transmisión cultural, entendida como recreación continua que permite que la comunidad se reconozca a sí misma en el presente.

En la experiencia de FREMA, la transmisión culinaria ocurre en la práctica diaria y también en el acto de narrarla. Las prácticas se repiten cotidianamente, acompañadas de una conciencia sobre su valor heredado. Cuando Amparo afirma que "a uno le da orgullo

saber algo del tema de lo antiguo y podérselo comentar a jóvenes como ustedes (...) A mí me gusta mucho contar cómo uno hacía alguna actividad y me parece bueno por la parte culinaria", el orgullo se vincula tanto con el hacer como con el saber y el contar. Así, la transmisión se amplía hacia el relato que la contextualiza y resignifica la técnica. Al compartir este conocimiento con las generaciones más jóvenes, la cocina se convierte en un espacio de mediación generacional donde la memoria se activa en el discurso y se proyecta hacia el futuro. La experiencia culinaria funciona así como un archivo vivo que cobra sentido en la conversación, en el orgullo compartido y en la voluntad de que ese saber continúe circulando.

Como lo afirma el Ministerio de Cultura en *Política para el conocimiento, la salvaguarda y el fomento de la alimentación y las cocinas tradicionales de Colombia*, "la cocina tradicional es un hecho cultural, una tradición viva que se transmite entre generaciones. Son conocimientos, prácticas y tradiciones cotidianas que se recrean constantemente, de manera presencial, por la experiencia y mediante la comunicación oral" (Ministerio de Cultura, 2014, p. 21). Esta definición refuerza la articulación entre cultura culinaria y memoria, entendidas como legado en permanente resignificación. La adopción de nuevos ingredientes y técnicas no rompe la tradición, la actualiza. En el caso de las mujeres de FREMA, este proceso fortalece la identidad cultural y permite adaptar las prácticas a distintos contextos territoriales.

En este sentido, cocinar y comer constituyen también un acto de comunicación (Duque Mahecha, 2020), a través del cual los alimentos se transforman en símbolos de identidad individual y colectiva. En FREMA, cocinar responde a la necesidad de alimentarse y también al deseo de afirmar un "nosotros" compartido, anclado en el territorio, la memoria y la experiencia comunitaria. La culinaria se comprende entonces como una práctica de transmisión cultural porque articula memoria, identidad y comunidad en la experiencia concreta de cocinar. Produce sentidos de pertenencia y permite que las generaciones más jóvenes se reconozcan en una historia compartida. Para las mujeres de FREMA, cocinar es recordar, diferenciar, afirmar y enseñar. Es un acto que enlaza pasado y presente y que mantiene la cultura activa en la vida diaria.

4.2 El papel de la mujer en la cocina

El papel de la mujer en la cocina, en el contexto estudiado, no puede comprenderse únicamente como una prolongación de la división sexual del trabajo. Si bien

históricamente la cocina ha sido asociada a lo femenino, los testimonios recogidos muestran que este espacio ha sido resignificado por las mujeres como un lugar de creación cultural y de ejercicio de liderazgo comunitario. Más que un ámbito doméstico, se configura como un escenario donde se producen sentidos, se transmiten memorias y se ejerce autoridad.

Desde el plano teórico, resulta fundamental recordar que la relación entre mujer y cocina no es natural ni esencial. Como plantea Joan Scott (1996), el género constituye “un elemento constitutivo de las relaciones sociales basadas en las diferencias percibidas entre los sexos” y, al mismo tiempo, “una forma primaria de significar las relaciones de poder” (p. 289). Esta definición permite comprender que la asignación histórica de la cocina a las mujeres forma parte de una organización social que distribuye funciones, prestigios y jerarquías.

Sin embargo, como la misma Scott (1996) advierte, estas diferencias deben analizarse como construcciones “contextualmente definidas y repetidamente constituidas” (p. 301). En este sentido, el hecho de que la cocina haya sido feminizada no implica que las mujeres la experimenten exclusivamente como espacio de subordinación, por el contrario, los testimonios muestran que dentro de ese marco histórico, las mujeres producen transformaciones significativas.

Lerma lo expresa cuando afirma que “es importante seguir practicando y enseñándole a más personas para que todo siga y no se acaben las costumbres que los antiguos hacíamos”. Aquí la cocina se configura como un espacio de transmisión cultural. El papel de la mujer no se agota en preparar alimentos, este implica garantizar la continuidad de prácticas ancestrales. La mujer se posiciona como agente activa en la preservación de la memoria colectiva.

Esta dimensión cultural se amplía en las palabras de Yohaysa, quien señala: “La cocina, para nosotras, es la posibilidad de poder contarle, a través de los sabores del Pacífico mezclados con los sabores del territorio amazónico (...) todo lo que es la cultura afrodescendiente”. La cocina se convierte en un lenguaje. A través de la mezcla de sabores se articulan territorios y trayectorias históricas. Cuando agrega que “la cultura afrodescendiente no es solamente música (...) sino que también es la gastronomía”,

amplía el horizonte de reconocimiento de lo afro y ubica la culinaria en el centro de esa representación cultural.

En esta línea, la reflexión de bell hooks (1989) permite profundizar el análisis. La autora señala que, en contextos marcados por racismo y sexismo

las casas pertenecían a las mujeres, eran su dominio especial, no como propiedad, sino como lugares donde ocurría todo aquello que realmente importaba en la vida: el calor y el abrigo, la alimentación de nuestros cuerpos, el cuidado de nuestras almas (hooks, 1989, p. 41, traducción propia)

Esta afirmación otorga densidad política al espacio doméstico. No es un lugar menor, es el escenario donde se sostiene la vida material y espiritual.

Asimismo, hooks (1989) afirma que, dado que el sexismo delegó en las mujeres la tarea de crear y sostener el hogar, fueron principalmente las mujeres negras quienes construyeron esos espacios “como lugares de cuidado y nutrición frente a la brutal realidad de la opresión racista y la dominación sexista” (p. 42, traducción propia). Esta perspectiva permite comprender la cocina como un espacio activamente producido en condiciones adversas, donde el cuidado y la nutrición se convierten en prácticas de afirmación y dignidad.

En el contexto analizado, esta construcción activa se observa con claridad cuando se contrasta la cocina con otros escenarios organizativos. Amparo y Yohaysa relatan que en diversas organizaciones del Caquetá “la voz de las mujeres no era muy reconocida (...) Siempre los procesos eran liderados por hombres (...) El tema de género no estaba identificado”. Estos testimonios evidencian la persistencia de jerarquías de género en los espacios formales de participación.

En la cocina, en cambio, la situación se transforma y la cocina adquiere otro significado. Martha afirma con orgullo: “Yo soy una chef de cocina en mi casa y soy una chef de cocina aquí. Yo dirijo aquí a Amparo (su prima, con quien trabaja en el restaurante de la fundación)”. Esta afirmación no es menor. Autodenominarse “chef” implica

profesionalización, conocimiento experto y autoridad. Decir “yo dirijo” implica liderazgo. La cocina se convierte en un espacio donde la mujer organiza, orienta y enseña.

Aida, por su parte, narra su participación en concursos gastronómicos y la obtención del primer puesto. Al representar el plato típico del territorio y obtener reconocimiento público, desplaza la cocina del ámbito privado al escenario comunitario. La mujer aparece como representante cultural del territorio. No está confinada al interior del hogar; proyecta su saber culinario hacia espacios de legitimación social.

En consecuencia, el papel de la mujer en la cocina puede entenderse en una doble dimensión articulada, en la que se entrelazan la creación cultural y el ejercicio de liderazgo. Allí preserva tradiciones, mezcla territorios, amplía las narrativas sobre la identidad afrodescendiente y transmite memoria, al mismo tiempo que ejerce autoridad, obtiene reconocimiento público y organiza prácticas colectivas dentro de un espacio históricamente feminizado.

Esta doble dimensión desafía una lectura simplista de la cocina como espacio de victimización. Sin desconocer que la división sexual del trabajo ha asignado históricamente este ámbito a las mujeres, los testimonios muestran que ellas no lo ocupan de manera pasiva. Lo transforman en plataforma de acción cultural y comunitaria. Allí producen poder —no necesariamente institucional, pero sí simbólico— que impacta la configuración de la identidad colectiva.

Así, la cocina emerge como un espacio de creación cultural liderado por mujeres afrodescendientes en el que se articulan memoria, territorio, identidad y autoridad. En ese escenario, el lugar que ellas ocupan adquiere centralidad, pues desde allí preservan saberes heredados, organizan prácticas colectivas y sostienen dinámicas comunitarias. A través de su trabajo cotidiano, configuran formas propias de liderazgo vinculadas al cuidado, la transmisión de la memoria y la gestión cultural del territorio.

4.3 La cocina como un espacio de resistencia

Entender la cocina como un espacio de resistencia significa reconocer que no es solo un lugar doméstico neutral, se trata también de un ámbito donde se sostienen memorias, identidades y vínculos. Más que un lugar físico destinado a la preparación de alimentos, se configura como un territorio simbólico donde se producen formas de permanencia

cultural frente a contextos de transformación y desplazamiento. Desde esta perspectiva, la cocina se convierte en un lugar donde lo cotidiano adquiere una dimensión política.

Del Campo y Navarro (2012) señalan que la cocina es un espacio político, simbólico, cultural, de encuentro y cuidado. Los alimentos y las preparaciones encarnan memorias intergeneracionales de la tierra y de quienes la habitan, configurando un ámbito que simboliza costumbres culturales, representaciones sociales y estructuras que permiten a las mujeres ejercer un rol significativo (Del Campo & Navarro, 2012). Esta lectura permite comprender que cocinar sostiene formas de organización, transmisión y reconocimiento colectivo.

Carmona, Buelvas y Castaño (2023) profundizan esta idea al afirmar que la cocina se ha posicionado como un espacio político que

remite a la idea de que este es un lugar tanto físico como simbólico en que se gestan espacios para el encuentro, la circulación de la palabra y la custodia de la memoria. Por medio de la cocina y las preparaciones se pone en conversación un legado cultural que pasa por reflexiones de orden geopolítico y cultural, ya que los alimentos, las semillas y las dinámicas de interacción alrededor de la cocina configuran un lugar de ubicación político para las mujeres, pues se empieza a reconocer la importancia de este espacio y con ella la importancia de las mujeres en los procesos de lucha y resistencia en sus territorios (p. 277).

Esta noción resulta clave para el caso de las mujeres de FREMA, ya que permite comprender la cocina como producción activa de futuro, además de espacio de conservación.

En el marco de las experiencias afrodescendientes en América, la comida ha sido un espacio de reelaboración identitaria y resistencia histórica. Sin embargo, esta dimensión no se comprende únicamente a partir de procesos del pasado, más bien se actualiza en prácticas concretas del presente (Negrete-Andrade, 2014). En FREMA, la resistencia se manifiesta en la capacidad de adaptación y reinvención frente a las condiciones del territorio. “El reto más grande es que a veces no conseguimos todos los implementos que

necesitamos (...) Entonces ¿qué nos toca hacer? Reinventarnos con lo que hay en el territorio (...) Y vienen nuevos sabores” afirma Yohaysa. La cocina se sostiene en esa capacidad de recreación que mantiene el sentido de pertenencia aun cuando cambian los recursos disponibles.

Germán Negrete-Andrade (2014) señala que los sabores y las preparaciones se configuraron históricamente como estrategias de oposición frente a los sistemas esclavistas coloniales y, más recientemente, como formas de construcción identitaria en las poblaciones afroamericanas. Desde esta perspectiva, la reinvención de ingredientes y técnicas da continuidad a prácticas históricas de resistencia que han permitido sostener la identidad afrodescendiente. Transformar las condiciones impuestas —en este caso, las de un nuevo territorio amazónico— forma parte de esa tradición de agencia cultural. La cocina se consolida como un espacio de socialización y fortalecimiento comunitario, donde los rituales asociados a la preparación de alimentos preservan la memoria cultural y a la vez fomentan un sentido de pertenencia.

Reemplazar la chilangua por cilantro cimarrón, como explica Yohaysa, expresa esa adaptación creativa. La cocina del Pacífico se mantiene viva desde las condiciones territoriales de la Amazonia. La identidad culinaria se desplaza, se ajusta y se transforma sin perder el vínculo con la memoria que la sostiene. Se trata de una continuidad flexible que permite preservar identidad en un nuevo entorno, adaptando saberes heredados con los recursos disponibles.

La dimensión política de esta práctica se explica cuando Yohaysa expresa que, para las mujeres de FREMA, la cocina

nos permite resistir, persistir, insistir y ser resilientes. Porque muchas personas llegaron aquí por diferentes razones (...) Entonces, el hecho de que se prepare un plato recuerda ese lugar del que se viene. Y se es resiliente, se recuerda de una mejor manera y se adapta uno, se acostumbra y se cambia. Y se resiste, sí, también la resistencia vista como esa forma de negarnos a dejar de ser lo que somos (entrevista personal, 2025).

Aquí la resistencia se entiende como persistencia cotidiana. Resistir es cocinar aquello que recuerda el lugar de origen, es insistir en el sabor que conecta con los ancestros, es negarse a que la experiencia del desplazamiento borre la memoria colectiva.

En este sentido, la cocina opera como un dispositivo simbólico de anclaje territorial. Cuando las mujeres preparan un plato que recuerda el territorio del que provienen, reproducen una técnica culinaria y reactivan una geografía afectiva. La cocina permite que el territorio viaje con ellas, que la memoria se materialice en el sabor y que el pasado se haga presente en el acto de compartir. La resistencia se encarna, entonces, en una práctica que enlaza cuerpo, recuerdo y comunidad.

A su vez, la propuesta de una *cocina afropacífica*, descrita por Mireya al resaltar que las mujeres de FREMA tratan de crear "una fusión entre productos de la Amazonia con el Pacífico", revelando otra dimensión de esta resistencia, que es la articulación entre territorios. "De ahí nace una cocina afropacífica, una sazón afropacífica. Porque acá pues tenemos otros productos que quizás allá no son tanto", explica. Esta fusión no desdibuja la identidad afrodescendiente, por el contrario, la expande. Integrar productos amazónicos a saberes del Pacífico implica reconocer el nuevo contexto en el que se encuentran sin tener que renunciar a su legado cultural. La cocina se convierte así en un espacio de negociación entre origen y presente, donde se construye una identidad territorial que dialoga con múltiples geografías.

Desde esta perspectiva, la resistencia culinaria por parte de las mujeres de FREMA no consiste únicamente en conservar recetas tradicionales, también es en sostener una forma de ser en el mundo. Es una resistencia que se manifiesta en la persistencia del encuentro, en la circulación de la palabra alrededor de la comida y en el deseo de transmitir un saber que conecte a diferentes generaciones. Tal como plantean Carmona, Buelvas y Castaño (2023), la cocina trasciende la mera actividad de cocinar y se convierte en una experiencia sensorial que promueve el encuentro y la preservación de legados y memorias. Es un lugar donde se gestan procesos de organización y de reconocimiento del papel de las mujeres en las luchas territoriales (Carmona et al., 2023). Con las participantes de FREMA, esta afirmación se evidencia en la manera en que ellas ocupan la cocina como espacio de liderazgo, acción colectiva y transmisión de saberes.

Así, la cocina se configura como un territorio simbólico desde el cual se resiste al olvido y a las dinámicas que intentan desvincular a las comunidades de su historia y de sus formas propias de habitar el mundo. Esta resistencia no siempre adopta formas visibles en escenarios institucionales o políticos formales. Se despliega en la repetición del acto culinario, en la adaptación de ingredientes y en el relato compartido alrededor de la mesa. Cada preparación constituye un acto de afirmación identitaria.

En la experiencia de FREMA, la cocina es el espacio donde se entrelazan memoria, territorio, género y política. Allí las mujeres no solo alimentan cuerpos, también sostienen vínculos y recrean identidades. La resistencia, en este contexto, no se evidencia únicamente como discurso, se practica en la repetición del gesto culinario, en la decisión de seguir cocinando aquello que las conecta con sus ancestros y en la capacidad de transformar el presente sin renunciar a lo que son.

5. Conclusión

Esta investigación partió de la pregunta: ¿de qué manera las prácticas culinarias afrocolombianas realizadas por las mujeres de la Fundación Red de Mujeres Afroamazónicas en el Caquetá contribuyen, desde una perspectiva de género, a la construcción de la memoria colectiva y de las identidades comunitarias ligadas a la diáspora afrocolombiana? A lo largo del trabajo etnográfico y del análisis teórico fue posible comprender que la respuesta a esta pregunta no se encuentra únicamente en las recetas, en los ingredientes o en las técnicas culinarias. Se encuentra en las relaciones que se tejen alrededor de la cocina, en las memorias que se activan al cocinar y en la manera en que las mujeres de FREMA habitan este espacio como escenario de transmisión, liderazgo y resistencia.

En primer lugar, las prácticas culinarias se constituyen en espacios de construcción de memoria colectiva porque integran afecto, territorio y experiencia compartida en una práctica cotidiana. La memoria aparece como un recuerdo del pasado y como un proceso vivo que se activa en el hacer. Cuando Aida habla de su madre y su abuela, cuando Martha nombra el legado que recibió, cuando Maura cocina para recordar, la memoria se materializa en el gesto, en el sabor y en la repetición. Cocinar se convierte en una forma de sostener presencias, de mantener vínculos y de actualizar una historia familiar y

colectiva. La cocina funciona como un archivo donde el pasado no se conserva intacto, sino que se recrea en el presente.

En segundo lugar, estas prácticas contribuyen a la configuración de identidades comunitarias ligadas a la diáspora afrocolombiana. La identidad, como lo plantea Stuart Hall (1990), no es una esencia fija ni un punto de llegada definitivo, es una producción constante que se construye en el tránsito. En el caso de las mujeres de FREMA, la identidad afrocolombiana en el Caquetá se configura en la articulación entre el territorio de origen y el territorio que las ha recibido. La cocina afropacífica, la adaptación de ingredientes amazónicos, la fusión de sabores demuestra que la identidad diaspórica no se sostiene en una preservación inmutable ni en una fractura total con el pasado. Es reconfiguración, movimiento y la posibilidad de afirmar una raíz mientras se habita otro suelo.

Desde una perspectiva de género, el análisis permitió reconocer que la cocina no es simplemente un espacio feminizado heredado de la división sexual del trabajo. Es un ámbito que las mujeres han resignificado como lugar de autoridad, creación cultural y acción política cotidiana. Si bien históricamente el sistema patriarcal asignó a las mujeres la responsabilidad del cuidado y la alimentación, en el contexto de FREMA ese espacio se transforma en plataforma de liderazgo comunitario. Allí dirigen, organizan, enseñan, representan públicamente su cultura y ejercen un poder simbólico que impacta la configuración de la identidad colectiva. La cocina, entonces, no aparece como confinamiento, sino como un escenario de agencia.

Asimismo, la investigación mostró que estas prácticas culinarias operan como formas de resistencia frente a la invisibilización histórica y la condición minoritaria en el territorio amazónico. En este contexto, resistir no adopta necesariamente formas confrontativas o institucionalizadas. Se expresa en la persistencia del sabor, en la decisión de seguir cocinando aquello que recuerda el lugar de origen, en la adaptación creativa cuando faltan ingredientes y en la voluntad de transmitir saberes a las nuevas generaciones. Cada plato preparado es una expresión de presencia y cada encuentro alrededor de la mesa fortalece el sentido de comunidad.

De este modo, las prácticas culinarias afrocolombianas realizadas por las mujeres de FREMA contribuyen a la construcción de memoria colectiva e identidades comunitarias

ligadas a la diáspora. Lo hacen al articular pasado y presente, territorio y desplazamiento, género y poder, en una experiencia cotidiana que sostiene la continuidad cultural. La cocina se configura como un espacio donde la memoria se activa en el hacer, la identidad se construye y la resistencia se afirma en la vida cotidiana.

Más allá de responder a la pregunta de investigación, este trabajo permite afirmar que la memoria no se limita a los archivos oficiales ni a los actos conmemorativos formales. Habita en los espacios cotidianos donde los saberes se practican y se narran. La cocina demuestra que la construcción de identidad y de comunidad también ocurre en lo aparentemente simple, en el olor del coco, en la textura de la masa, en la conversación compartida mientras se prepara un plato. Allí se tejen lazos, se reconocen trayectorias y se proyecta un futuro colectivo.

En el caso de FREMA, la cocina es el lugar donde la diáspora encuentra arraigo sin dejar de ser movimiento. Es el espacio donde las mujeres transforman una práctica históricamente feminizada en un escenario de liderazgo y dignidad. Es el ámbito donde la memoria no solo se recuerda, sino que se vive. Comprender esto implica reconocer que los procesos de construcción de paz, de reconstrucción territorial y de fortalecimiento identitario también se gestan en la cotidianidad. La cocina no es un detalle cultural secundario, es un escenario donde se produce pertenencia, se disputan sentidos y se afirma la existencia colectiva en contextos marcados por desplazamientos.

En última instancia, esta investigación deja ver que cocinar, para las mujeres de FREMA, es mucho más que preparar alimentos. Es recordar sin quedarse ancladas en el pasado; es habitar el presente con conciencia de la raíz; es enseñar para que la memoria no se olvide; es resistir sin dejar de transformar. En cada preparación se juega la continuidad de una historia y la posibilidad de un futuro donde la identidad afroamazónica no sea invisible, sino reconocida, valorada y compartida.

La cocina, así entendida, no es únicamente un espacio físico ni un escenario doméstico delimitado por paredes y utensilios. Es un territorio simbólico donde convergen historia, afecto, desplazamiento y agencia femenina. En ella se entrelazan las trayectorias de migración, las huellas del conflicto, los procesos de adaptación territorial y las luchas por el reconocimiento. Cada preparación condensa una memoria que ha sobrevivido a la movilidad, al racismo estructural y a la condición minoritaria en el nuevo territorio. Cada

receta recreada, cada ingrediente adaptado y cada relato compartido constituye una forma de afirmar la continuidad de una historia colectiva que se niega a desaparecer.

En este sentido, la cocina no solo preserva el pasado, lo transforma en posibilidad de futuro. Allí, las mujeres de FREMA construyen una identidad dinámica, configurada en el diálogo entre el territorio de origen y el territorio que habitan, manteniendo vínculos con su memoria mientras se adaptan al presente. La memoria se hace práctica; la identidad, movimiento; la resistencia, cotidianidad. Y es precisamente en esa persistencia, en ese acto reiterado de cocinar, enseñar y compartir, donde se consolida una forma de liderazgo femenino que ancla la diáspora en el territorio amazónico sin renunciar a sus raíces. La historia, lejos de quedar archivada en documentos o encapsulada en discursos oficiales, se cocina todos los días, se pronuncia en los sabores y se transmite en las manos que siguen preparando lo propio para que la identidad y la cultura permanezcan vivas.

6. Bibliografía

- Amon, D., & Menasche, R. (2020). *Food and foodways narratives: Recipes of social memory*. ARIES, Anuario de Antropología Iberoamericana. DOI: <https://doi.org/10.11156/aries/2020.AR0002441>
- Castillo, V. S., Cano, C. A. G., & González, Y. M. M. (2017). Organizaciones sociales afrodescendientes en el municipio de Florencia: logros, dificultades y retos. *Cooperativismo & Desarrollo*, 25(111)
- Carmona González, D. E., Buelvas Soto, J. L., & Castaño Feria, N. (2023). *La cocina como espacio político. Experiencias de mediación con mujeres sobrevivientes al conflicto armado en los Montes de María, Colombia*. *Estudios Políticos*, (66), 256–281. <https://doi.org/10.17533/udea.espo.n66a11>
- CNMH. (2022). *Mujeres, saberes y sabores: iniciativa de memoria histórica desde San Carlos, Antioquia. Primera edición* [Colombia]. <https://centrodememoriahistorica.gov.co/mujeres-saberes-y-sabores/>
- Cobo, P. (2023, 25 de mayo). *Fundación Red de Mujeres Afroamazonias UBUNTU: Las Mujeres que Cuidan la Tradición Negra en el Caquetá*. *El Espectador*. https://www.elespectador.com/colombia/fundacion-red-de-mujeres-afroamazonicas-ubuntu-las-mujeres-que-cuidan-la-tradicion-negra-en-el-caqueta//?utm_source=interno&utm_medium=boton&utm_campaign=share_content&utm_content=boton_copiar_articulos
- Connerton, P. (1989) *How societies remember*. Cambridge University Press
- Counihan, C. (1999). *The anthropology of food, and body: Gender, meaning and power*. Routledge.
- Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE). (2018). *Censo Nacional de Población y Vivienda 2018*. Recuperado de presentacion-grupos-etnicos-poblacion-NARP-2019.pdf

- Del Campo, M. L., & Navarro, A. (2012). El significado de la cocina en mujeres de clase media de Córdoba, Argentina. Una aproximación desde la teoría de las representaciones sociales. *Perspectivas en Nutrición Humana*, 14(2).
- Duque Mahecha, J. (2020). Tradición e innovación culinaria en Colombia: una tensión productiva. *Boletín Cultural Y Bibliográfico*, 54(98), 44–57. Recuperado a partir de https://publicaciones.banrepcultural.org/index.php/boletin_cultural/article/view/20977
- Ferguson, P. (2004). *Accounting for Taste: The Triumph of French Cuisine*. University of Chicago Press.
- Fundación FREMA. (s. f.). *Harambeé por la memoria*. <https://www.fundacionfrema.com.co/harambee-por-la-memoria/>
- Gilroy, P. (1993) *The Black Atlantic: Modernity and Double Consciousness*. Verso.
- Halbwachs, M. (2004). Los marcos sociales de la memoria. Madrid: Editorial Anthropos. <https://norteatro.com/wp/wp-content/uploads/2017/10/11.1-Halbwachs-Sueno-imagenes.pdf>
- Halbwachs, M. (2004) *La memoria colectiva*. Zaragoza: Prensas Universitarias de Zaragoza.
- Hall, S. (1990). *Cultural identity and diaspora*. En J. Rutherford (Ed.), *Identity: Community, Culture, Difference* (pp. 222 - 237). Lawrence & Wishart.
- Henrietta, M. N. (2018). Food, memory and transnational gastronomic culture amongst Cameroonian migrants in Cape Town, South Africa. *Anthropology Southern Africa*, 41(1), 25-40. DOI: 10.1080/23323256.2018.1442728
- hooks, b. (1989). *Homeplace: A site of resistance*. En *Yearning: Race, gender, and cultural politics* (pp. 41–49). South End Press.
- Holtzman, J. (2006) *Food and memory*. Annual Reviews, DOI: 10.1146/annurev.anthro.35.081705.123220

- Jelin, E. (2002). *Los trabajos de la memoria*. Madrid: Siglo XXI de España Editores.
- Ministerio de Cultura. (2014). *Política para el conocimiento, la salvaguarda y el fomento de la alimentación y las cocinas tradicionales de Colombia*. Bogotá: Ministerio de Cultura.
- Negrete-Andrade, G. (2014). Sabores de la identidad afrocolombiana: lucha y resistencia de un pueblo. *Agenda Cultural Alma Máter*, (209), 4. Recuperado a partir de <https://revistas.udea.edu.co/index.php/almamater/article/view/19187>
- Pollak, M. (2006). *Memoria, olvido, silencio. La producción social de identidades frente a situaciones límite*. La Plata: Ediciones Al Margen.
- Ricoeur, P. (1999). *La lectura del tiempo pasado: memoria y olvido*, Madrid: Arrecife-Universidad Autónoma de Madrid.
- Safran, W. (1991). *Diasporas in modern societies: Myths of homeland and return*. *Díaspóra: A Journal of Transnational Studies*, 1(1), 83–99.
- Scott, J. W. (1996). *El género: una categoría útil para el análisis histórico*. En M. Lamas (Comp.), *El género: la construcción de la diferencia sexual* (pp. 265–302). Programa Universitario de Estudios de Género (PUEG).