

Fecha de recepción: 20 de mayo de 2013.
Fecha de aceptación: 5 de septiembre de 2013.

CONSTRUCCIONES CULTURALES DEL SABOR: COMIDA RARÁMURI

Blanca María Cárdenas Carrión

Escuela Nacional de Antropología e Historia
Universidad Nacional Autónoma de México, Posgrado en Filosofía de la Ciencia

Resumen: En el presente artículo se aborda el sabor y el acto de saborear la comida como piezas importantes en la percepción humana del mundo y en su apropiación cultural. La universalidad de los rasgos fisiológicos sensoriales en relación con los sabores, así como las generalizadas preferencias gustativas por lo dulce y el rechazo a lo amargo, actúan como un soporte sobre el cual los diversos grupos humanos han construido culturalmente clasificaciones, manifestaciones y significados relativos a la comida y a sus sabores. En este trabajo se presenta una aproximación antropológica al fenómeno del sabor y un estudio etnográfico sobre el caso de la comida de la cultura rarámuri en la Sierra Tarahumara, México.

Palabras clave: sabor; comida; sentidos; rarámuri; Sierra Tarahumara.

CULTURAL CONSTRUCTIONS OF FLAVOR: RARAMURI FOOD

Abstract: In this article we approach the flavor and taste of food as important facets of human perception of the world and of cultural appropriation. The universality of the sensory physiological traits in relation to the flavors and the widespread taste preference for sweet and aversion for bitter, act as a support on which the various human groups have culturally constructed classifications, expressions and related meanings of food and its flavors. This paper deals with an anthropological approach to the phenomenon of flavor and an ethnographic case study on food in the Raramuri culture of the Sierra Tarahumara, Mexico.

Keywords: flavor; food; senses; Raramuri; Sierra Tarahumara.

INTRODUCCIÓN

El fundamento para la construcción del conocimiento ha sido, en la ciencia moderna, la observación del mundo y de los hechos empíricos, privilegiando el sentido de la vista por encima del resto. Ante tales condiciones, y siguiendo la

sistematización de los sentidos postulada por Aristóteles en la Antigua Grecia,¹ se ha construido una jerarquía occidental que sitúa como parámetro secundario la percepción de texturas, olores y sabores.

La antropología ha sido congruente con dicho contexto, dentro del cual ha tenido un prolífico despliegue. En particular, el trabajo etnográfico y etnológico se ha concentrado en la observación y en la descripción analítica de las más diversas expresiones culturales, desatendiendo y confiriendo menor importancia a la dimensión multisensorial y la multiplicidad de clasificaciones y jerarquías que de las sensaciones hacen las culturas (Classen 1997: 403; Stoller 1989: 8). Uno de los autores que ha construido fuertes objeciones al trabajo etnográfico contemporáneo es Paul Stoller, quien promueve una “etnografía succulenta” (*tasteful ethnography*) y un creciente interés por acercarse al estudio de los sentidos y las percepciones en otras culturas:

Now I let the sights, sound, smells, and tastes of Niger [Nigeria] flow into me. This fundamental rule in epistemological humility taught me that taste, smell, and hearing are often more important for the Songhay than sight, the privileged sense of the West. In Songhay one can taste kinship, smell witches, and hear the ancestors (Stoller 1989: 5).

Así, dentro de la antropología y en disciplinas afines existen vastas aproximaciones teóricas y empíricas hacia el estudio de los sentidos (Classen 1997; Howes 2005; Korsmeyer 2002; Larrea 1997; Le Breton 2007; Stewart 2005; Stoller 1989; Sutton 2010; Vargas 1998); sin embargo, la jerarquía occidental sigue siendo predominante, sobre todo en el estudio de la alteridad, donde cierta aura de desestimación cubre aun a sentidos como el gusto y el sabor.

En el presente artículo abordaremos el sabor como parte esencial de la percepción humana y como condición necesaria para el conocimiento del mundo y para la apropiación cultural, enfatizando una relación estrecha entre sensaciones y cognición. Sobre una fisiología sensorial universal para los seres humanos, las diversas culturas han desarrollado su capacidad creativa y han construido múltiples clasificaciones, manifestaciones y significados relativos a la comida y a sus sabores.

No obstante que el estudio de la comida y de los sistemas alimentarios está ampliamente difundido y ha fecundado círculos fuera y dentro de las academias y universidades, el sabor como un fenómeno moldeado culturalmente no tiene todavía un sitio estable dentro de las predilecciones, aun cuando su estudio

¹ Aristóteles consideraba que parte del conocimiento tenía su justificación en los sentidos. En *Acerca del alma* (*De anima*), enumera cinco sentidos externos que se distinguen por su correspondencia con ciertos objetos de percepción: el color para la vista, el sonido para el oído, el sabor para el gusto, el olor para el olfato y las cualidades táctiles, como lo rugoso y lo frío, para el tacto (Korsmeyer 2002: 37).

cuenta ya con importantes referentes bibliográficos (Cárdenas 2012; Fischler 2001; Méndez 2010; Montanari 2004; Rozin 2002).

De este modo, con los resultados del trabajo etnográfico y por medio de un estudio de caso sobre el sabor en la comida rarámuri en la Sierra Tarahumara, México,² en los siguientes apartados presentaremos cómo es que los sabores de la comida pueden conducirnos por terrenos complejos y hacer explícita la base más profunda de cualquier sistema alimentario; es decir, la percepción en los individuos. El estudio del sabor contribuye así a una mejor comprensión de los sistemas alimentarios, ofrece herramientas para la permanencia, resguardo y enriquecimiento de los mismos en sus dimensiones espacio-temporales, y sobre todo, aporta un eslabón más en el conocimiento del ser humano.

FISIOLOGÍA DEL SABOR Y UNIVERSALIDAD

De acuerdo con la tradición occidental, el ser humano tiene cinco sentidos —el gusto, el oído, el olfato, el tacto y la vista— por medio de los cuales se relaciona con su entorno y aprehende la realidad. Cada uno de estos sentidos tiene mecanismos fisiológicos particulares asociados con algún órgano sensitivo que lo hace único en el cuerpo humano y lo distingue por su capacidad para detectar de manera precisa ciertos estímulos o modalidades de energía. El sentido de la vista, por ejemplo, es un sentido especializado para captar la luz a través del órgano de la visión y sus receptores (bastones y conos).

No obstante, la sensorialidad humana no es la suma de sentidos independientes ni cada sensación es la expresión única de uno o de otro sentido aislado. El cuerpo humano es un sistema cuya sensorialidad radica en la participación colectiva y en la “acción común” de todos los sentidos, es decir, en sinestesia o en un trabajo sinérgico de aprehensión global (Le Breton 2007: 45; Sutton 2010: 218).

En este sentido, el sabor es mucho más que la sola impresión o respuesta sensorial gustativa que se manifiesta en la lengua ante los estímulos químicos. Ciertamente, el sabor es la expresión asociada con el gusto, sentido considerado por la jerarquía occidental como visceral y químico, cuyo funcionamiento está basado en la detección de moléculas y enzimas de los alimentos disueltas por la saliva a través de los quimiorreceptores gustativos llamados papilas gustativas,³

² Durante tres años, de 2009 a 2011, se realizaron seis temporadas de trabajo de campo y de actividades con la población rarámuri habitante de las rancherías del ejido de *Munérachi* en la Sierra Tarahumara, Chihuahua, México.

³ Las papilas gustativas son de tipo fungiformes, ubicadas al frente de la lengua y asociadas con la detección de sabores dulces; foliares, a los lados y vinculadas con los sabores ácidos y salados; caliciformes o circunvaladas, al fondo de la lengua en forma de “V” y relacionadas con los sabores amargos; y filiformes, en el dorso de la lengua, en el paladar y en la faringe (figura 1).

la conversión de moléculas sápidas en impulsos nerviosos y el envío de mensajes a las cortezas gustativas en el cerebro; pero el sabor es irreductible a esto. Las papilas gustativas, aunque precisadas genéticamente para todos los seres humanos, presentan variaciones de una persona a otra de acuerdo con la edad y por factores hereditarios. Los individuos llamados “supersensibles” o “supergustadores” tienen un número elevado de papilas gustativas y una sensibilidad privilegiada sobre el 80 % de la población. “*Now, anatomy teaches that all tongues are not equally provided with these papillae; that one tongue may possess thrice as many as another. [...] the empire of taste has also its blind and deaf subjects*” (Brillat-Savarin 2002: 24). Por lo tanto, considerar que el número de papilas gustativas, la especialización de ellas por regiones en la lengua y la fisiología del gusto constituyen los únicos recursos para saborear la comida, representaría una importante pérdida sensorial (figura 1).



Figura 1. Aunque el sentido del gusto puede reconocer una inagotable cantidad de sensaciones gustativas, la fisiología ha establecido cuatro regiones especializadas de sabor en la lengua (Cárdenas 2012: 204).

Así, el sabor es un espectro continuo, es la conjugación sensorial que desencadena una convergencia de modalidades gustativas, táctiles, olfativas, térmicas, propioceptivas, entre otras, pues al ser la comida un “objeto sensorial total” (Le Breton 2007: 257), el sabor es una experiencia corporal sinestésica que incluye temperaturas, texturas, sonidos, aromas y colores.

Con base en lo anterior y en la fisiología de los sentidos de los seres humanos, se han identificado rasgos y apreciaciones de sabor generales o universales (algunas extensivas para todas las especies mamíferas) que son innegablemente un soporte sobre el cual las culturas despliegan sus capacidades creativas y construyen una concepción particular del sabor. Un caso ampliamente difundido es el agrado por el sabor dulce, el cual es representado simbólicamente como una entidad amable y placentera. Este rasgo se ha vinculado con factores metabólicos y genéticos. La composición química de los alimentos dulces, ricos en azúcares, carbohidratos y aminoácidos, inhibe el crecimiento de microorganismos y dota a los individuos de

energía y vitalidad para las tareas cotidianas.⁴ Desde un punto de vista evolutivo, lo dulce puede estar asociado con los frutos maduros que representaban una fuente importante de nutrición para los homínidos y primeros humanos (Korsmeyer 2002: 126).

Por otro lado, un sabor comúnmente rechazado es el amargo, calificado como desagradable y negativo. Las papilas gustativas que muestran mayor sensibilidad a las sustancias amargas son las circunvaladas, localizadas en el fondo de la lengua, por lo que la biología evolutiva ha considerado que el generalizado rechazo por lo amargo es un tipo de determinismo genético que constituye un mecanismo natural de defensa frente a sustancias tóxicas y venenosas con frecuencia asociadas con ese sabor.⁵

El agrado o desagrado por el sabor salado depende de su intensidad, aunque su preferencia es más común que su aversión. En general, los minerales en el cuerpo humano contribuyen al mantenimiento del equilibrio en el balance ácido-básico en el volumen sanguíneo y en la permeabilidad de la membrana celular. El cloruro de sodio (NaCl) mantiene la concentración de los fluidos corporales, siendo el agua el más importante, ya que ayuda en la absorción de la glucosa y permite la adecuada transmisión de los impulsos nerviosos (Katz 2003: 229), por lo que el consumo de sal es fundamental para el organismo, además de que tiene propiedades químicas que vigorizan otros sabores en los alimentos haciéndolos más apetitosos.

Los sabores ácidos o agrios frecuentemente son rechazados incluso desde las primeras horas de vida, pero en este caso por las reacciones táctiles de irritación en los tejidos bucales. Enrojecimiento en el rostro, parpadeo, punzamiento, adelantamiento de los labios y aumento en la salivación son algunos de los síntomas más comunes. Se ha reconocido una mayor proclividad por las texturas blandas y poco astringentes, como las que presentan los alimentos ricos en grasas.⁶

Por consiguiente, a la predisposición genética relacionada con la identificación de los sabores se le conoce como palatabilidad, concepto vinculado con el mantenimiento del equilibrio nutricional y energético, el funcionamiento del

⁴ Estudios de laboratorio con ratones han arrojado resultados acerca de los receptores gustativos de sustancias dulces codificados por genes de la familia TAS1R. El ser humano posee tres genes del tipo TAS1R en el cromosoma 1 (TAS1R1, TAS1R2 y TAS1R3), de los cuales TAS1R2 y TAS1R3 tienen una sensibilidad especializada para la captación de azúcares, y TAS1R1 y TAS1R3 para el glutamato (Monneuse *et al.* 2008).

⁵ Las sustancias químicas predominantes en las partículas sápidas amargas son la feniltiocarbamida (PTC) y el 6-n-propiltiouracilo (PROP). Estas sustancias son identificadas por los seres humanos, sobre todo en individuos con alta densidad de papilas fungiformes, en el gen TAS2R38 en el cromosoma 7Q (Monneuse *et al.* 2008).

⁶ Se han encontrado sobre la lengua humana dos proteínas receptoras (CD36 y GPR120) implicadas en la apreciación gustativa de ácidos grasos (Monneuse *et al.* 2008).

metabolismo y las respuestas del organismo ante ciertas sustancias químicas. La palatabilidad es un mecanismo que favorece la articulación entre la degustación y el aprovechamiento orgánico de las sustancias esenciales para el mantenimiento de los individuos. Los alimentos palatables son aquellos que son agradables o deseables en función de su sabor y de la satisfacción de los requerimientos orgánicos. La preferencia universal por lo dulce encuentra su explicación en la obtención de energía necesaria para todo ser vivo, mientras que la no palatabilidad de lo amargo se asocia y reside en un peligro latente (Cárdenas 2012: 90).

Sin embargo, esta irrefutable universalidad de preferencias y rechazos por algunos sabores y la palatabilidad como una característica genética innegable no consiguen explicar bajo ninguna circunstancia “los distintos sistemas de alimentación, los grados de preferencia y las taxonomías de sabor, como la anatomía de los llamados órganos del habla no puede “explicar” ningún lenguaje en particular” (Mintz 1996: 46). A pesar de su relevancia, reconocer la fisiología humana y las respuestas sensoriales que los seres humanos tienen ante ciertos estímulos no esclarece cómo es que cada grupo cultural da cuenta de los sabores, los categoriza, los significa y los percibe. Sobre una misma base fisiológica universal para todos los seres humanos con algunos rasgos compartidos con otras especies, las culturas han construido sistemas de sabor con preferencias, aversiones, significados y representaciones particulares.

EL SABOR COMO CONSTRUCCIÓN CULTURAL

Los sentidos reaccionan frente a estímulos externos al individuo produciendo respuestas físico-químicas y mecánicas que derivan en una proyección cerebral o sensación específica. Las sensaciones son el resultado corporal del contacto entre el estímulo externo y la reacción sensorial y funcionan como continentes de la diversidad de formas y maneras que los seres humanos han construido.

Las sensaciones y la experiencia corporal son el primer referente que tienen los seres humanos acerca del mundo que los rodea (Berger y Luckmann 1968); no obstante, ni la aprehensión de la realidad ni la relación con el entorno están dadas de manera directa. Los sentidos han sido modificados y moldeados por la cultura, entendida como la apropiación simbólica del mundo, la cual configura una organización sensorial particular para cada grupo humano. Así, a pesar de la innegable universalidad de la fisiología sensorial, la cultura reconstruye los vínculos de los individuos con su entorno.

Como miembro del reino animal, el hombre posee recursos anatómicos que le permiten exhibir distintas conductas, comunicarse con sus congéneres y relacionarse con el entorno al captar y enviar información. Los estímulos del ambiente físico recibidos por el cuerpo humano tienen como intermediario a la cultura, que hace las veces de filtro de la multiplicidad de estímulos. La cultura es una capacidad desarrollada en el proceso de evolución que ha permitido al hombre tener una particular adaptación al ambiente mediante la apropiación y modificación de su entorno de una manera radicalmente distinta a la alcanzada por otras especies animales (Vargas 1998: 19).

El ser humano, a través de su capacidad creativa, rompe el mundo de las sensaciones e introduce universos sensoriales y percepciones específicas configurados culturalmente y agrupados en un conocimiento colectivo del mundo que se acumula y se reproduce. “*The human sensorium, however, never exists in a natural state. Humans are social beings, and just as human nature itself is a product of culture, so is the human sensorium*” (Howes 2005: 3). Las percepciones son entonces el resultado de un proceso cognitivo que surge del empalme de la sensación desnuda con la interpretación cultural. Los seres humanos estaríamos biológicamente capacitados para sentirlo todo, pero no para percibirlo, pues la cultura actúa como un filtro ordenador del vendaval del estímulos que del mundo podríamos recibir. “Los códigos fundamentales de una cultura –los que rigen su lenguaje, sus esquemas perceptivos, sus cambios, sus técnicas, sus valores, la jerarquía de sus prácticas– fijan de antemano para cada hombre los órdenes empíricos con los cuales tendrá algo que ver y dentro de los que se reconocerá” (Foucault 2010: 13).

Al estar condicionados por la cultura, la percepción y sus expresiones son tan diversas como los mismos grupos humanos. El sabor, en particular, no es sólo la lengua, ni un conjunto de partículas sápidas identificadas por la corteza cerebral ni la suma de reacciones sensoriales; el sabor es de hecho una construcción cultural sujeta a transformaciones y procesos complejos en el tiempo y en el espacio. Lo dulce y lo amargo no son cualidades de los alimentos en sí mismos, como tampoco lo es el que sean o no agradables. El sabor es un fenómeno cuyas cualidades dependen enteramente de los sujetos y de su cultura.

Con este argumento, las clasificaciones, estructuras, significados y manifestaciones relativos al sabor varían de una cultura a otra y en términos diacrónicos. En específico, considerando que las percepciones sensoriales con frecuencia se traducen en conceptos, las clasificaciones del sabor hacen explícito el ordenamiento y la sistematización que cada grupo humano hace del mismo y de las percepciones vinculadas con los alimentos. A pesar de lo habitual que parece referir al sabor como un rasgo de naturaleza ácido, amargo, dulce o salado, esta clasificación es

una convención occidental que no encuentra su par en otras tradiciones culturales e históricas.

En la Grecia Antigua, Platón y Aristóteles ofrecieron singulares sistematizaciones del sabor. Platón⁷ defendió la existencia de cuatro sabores básicos (los mismos que la psicología moderna reconoce hoy en día) y añadió el sabor áspero, astringente y acre. Por su parte, Aristóteles⁸ propuso una taxonomía con dos sabores superiores—dulce y amargo—de los que se derivan el sabor untuoso y salado. El agrio, desabrido, astringente y ácido quedan como sabores intermedios. Al frente, Plinio⁹ categorizó trece géneros de sensaciones gustativas: ácido, amargo, áspero, azucarado, desabrido, dulce, el del vino, el del agua, el de la leche, graso, intenso, picante y salado; y en 1751, Linneo estableció diez: ácido, agrio, amargo, astringente, azucarado, graso, húmedo, mucoso, salado y seco (Le Breton 2007: 269). En los albores del siglo XX, el fisiólogo alemán Hans Henning representó, por medio de un tetraedro, los cuatro sabores primarios localizados en los vértices y sabores intermedios ubicados con puntos en los planos o caras que componen el volumen (figura 2).

En otras latitudes, con una especial atención a la “ausencia de sabor”, la cultura china enumera cinco sabores tradicionales: ácido, amargo, desabrido, dulce y salado. La cultura hindú distingue seis: ácido, amargo, astringente, dulce, picante y salado; mientras que los *desana*¹⁰ de la Amazonia colombiana reconocen: ácido, amargo, astringente, dulce y picante (*ibidem*). Recientemente, se ha difundido en la gastronomía occidental la incorporación del quinto sabor a las categorías clásicas; es decir, el sabor japonés *umami*. Este sabor hace referencia a “lo gustoso” o a “lo agradable” de los alimentos y a un aumento de palatabilidad por medio de la incorporación de sustancias potenciadoras del sabor, como el glutamato monosódico (GMS) que hoy en día es utilizado como condimento en la industria alimentaria y en productos comerciales.

En suma, el sabor es un fenómeno distante de ser homogéneo entre los grupos humanos como resultado de una sensibilidad biológica y genéticamente establecida. A la proyección sensorial en la corteza cerebral que se produce al saborear un alimento se le suma la cultura que, en su singularidad, construye sistemas perceptivos con características todavía por conocer.

⁷ Platón (428 aC-347 aC), *Symposio (Banquete) o de la erótica*.

⁸ Aristóteles (384 aC-322 aC), *Acerca del alma*.

⁹ Plinio “El Viejo” (23-79), *Historia natural*.

¹⁰ También llamados *wirá* o *mimí porá*.

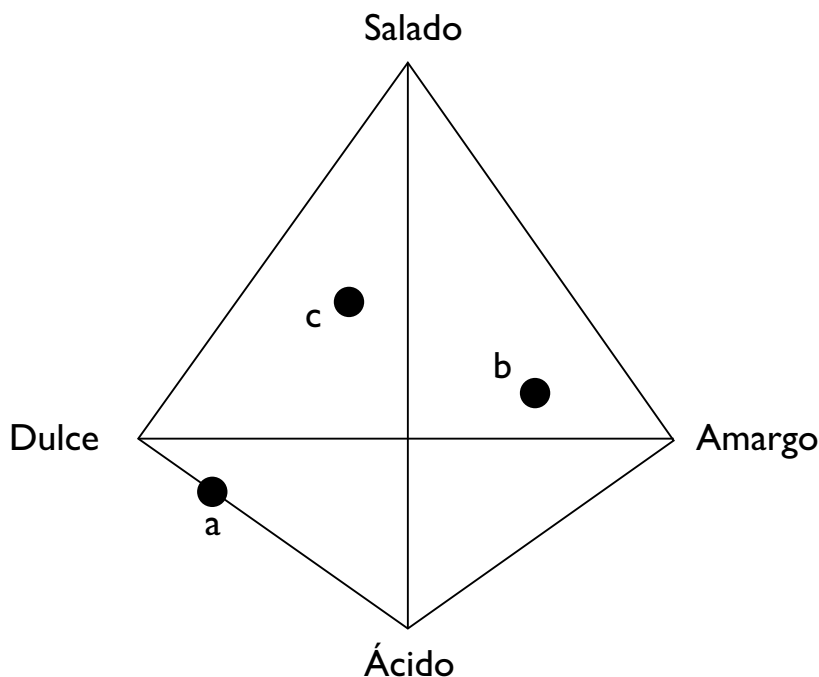


Figura 2. *Tetraedro de los sabores propuesto por Hans Henning en 1916* (Korsmeyer 2002: 113).

COMIDA Y SABOR RARÁMURI

La Sierra y los rarámuri

La Sierra Tarahumara es una formación montañosa de origen volcánico y tectónico localizada al norte de la República Mexicana como parte de la Sierra Madre Occidental, entre los 26° y 29° latitud norte y 106° y 109° longitud oeste con respecto al meridiano de Greenwich y con una extensión aproximada de 50 000 km². Estas grandes cadenas de cimas y barrancos han cobijado a grupos humanos descendientes de la tradición clovis¹¹ desde hace doce mil años. Posteriormente, tras periodos de sequía y de desestabilidad ecológica, el territorio que actualmente y en particular ocupa el pueblo rarámuri¹² registra la presencia humana hacia el

¹¹ La tradición clovis está definida por el uso de artefactos líticos como puntas para la caza de megafauna (Pacheco 2008: 130).

¹² La voz rarámuri quiere decir “el que corre veloz”, “el que tiene mucho pie”, “el de los pies ligeros”, “el andarín por excelencia” (Ocampo 1950: 25).



Figura 3. Barranca de Urique en la Sierra Tarahumara
(fotografía de Blanca Cárdenas Carrión).

año 1000 de la era cristiana, coincidiendo con el Posclásico (temprano y tardío) del centro de México. La arqueología de la Sierra ha identificado tres momentos de complejidad social: la etapa canastera o *Basket Maker* que se distingue por el desarrollo de la técnica de cestería en redondo, la habitación estacional entre simas y cumbres, la caza, la recolección y el cultivo de maíz como actividades para la obtención de alimentos; la etapa *Waterfall Cave* o *Río Fuerte Transitional Culture* como un momento intermedio de cambios y migraciones; y la etapa cavernícola o *Cave-Dwelling* caracterizada por el cultivo de maíz, frijol y calabaza, la cerámica y la habitación en abrigos rocosos (Pennington 1996: 12) (Figura 3).

En el momento del contacto, la Compañía de Jesús fue la orden con mayor presencia en la Sierra Tarahumara hasta su expulsión en el siglo XVIII. Tras haber entablado vínculos con la población *ódami*¹³ en el valle de San Pablo, el jesuita catalán Joan Fonte se entrevistó por primera vez con los rarámuri en 1608 en Balleza y los llamó “taraumaros”. La Compañía de Jesús se estableció en la sierra e introdujo entre la gente rarámuri nuevos sistemas simbólicos y de organización social basados en pueblos de misión, nuevas técnicas de cultivo, como la yunta, la ganadería y productos alimenticios externos a la sierra y a la dieta local, como el trigo, la sal y los árboles frutales (Sariego 2002).

¹³ Tephuanes del norte.

En 1890 comenzó la construcción del ferrocarril Kansas City como el gran transportador de recursos que promovió y facilitó una desmedida explotación forestal y la construcción de aserraderos en la Sierra Tarahumara (Gotés 1992). Por su parte, el plan carretero Gran Visión a nivel nacional tenía por objetivo comunicar y unificar a la población a través de caminos que permitieran llevar las políticas gubernamentales hasta los sitios que parecían más distantes, tal y como parecía encontrarse la Tarahumara.

En la actualidad, la población rarámuri, frente al orden globalizante, la modernidad y el neoliberalismo, es portadora de una cultura particular y ampliamente conocida. Programas gubernamentales de desarrollo social, empresas transnacionales, organizaciones no gubernamentales, el narcotráfico y un sinnúmero de dinámicas políticas, económicas y sociales se han incorporado de manera directa o a través de prácticas y productos a la vida serrana. Sin embargo, entre barrancas, cumbres y algunas planicies con una amplia variedad de climas, vegetación y fauna, la población rarámuri, descendiente del país apache, como ellos mismos lo refirieron al etnógrafo y explorador Carl Lumholtz en el siglo XIX (Pennington 1996: 12), todavía encuentra en la Sierra Tarahumara a la tierra de los “antiguos”.

We raíame go’ame ¹⁴

El trabajo etnográfico tiene como fundamento la experiencia del etnógrafo profesional frente a los sucesos y actividades cotidianas de un grupo humano, con la posibilidad de describir y reproducir en la medida de lo posible y en sus propios términos los detalles y las percepciones de cada acontecimiento. A manera de contextualización, se introduce a continuación el relato de una mañana en la Sierra Tarahumara en un rancho rarámuri, con la finalidad de mostrar que en un pequeño fragmento del día, las percepciones y el sabor tienen un lugar protagónico:

En el amanecer de la Sierra Tarahumara aparentemente nada irrumpe en el armonioso horizonte. En la serenidad del silencio, la próxima ranchería habitada se encuentra alejada entre pinos que la ocultan, dejando libre tal vez el grito extraviado de un niño o el olor a humo de algún calentón prendido.

*Abiérachi*¹⁵ es el lugar donde Patricio y Susana Kímare han conformado un hogar acompañados de sus cuatro hijos y de Candelaria, la madre de Susana. Todos juntos, en lo alto de la montaña, habitan en un pequeño rancho con una construcción de adobe, madera, lámina y piedra que les da refugio y donde comen, duermen, bailan, siembran y conviven.

¹⁴ La comida deliciosa.

¹⁵ La primera persona que habitó esa ranchería llevaba por nombre Javier. Este lugar (27° 09' 57.31" N 107° 45' 07.57" O elevación 1886 m, *Google Earth*) es conocido como Abiérachi (-chi, locativo): lugar de Javier.

Ha amanecido ya, *rayénari* (el sol) se perfila iluminando los rostros de los niños y calentando el ambiente. Acostados aún sobre un petate en el piso, despeinados y envueltos con sus cobijas de lana alrededor del fuego, esperan a que los sueños de la noche pasen para comenzar el día. Patricio es el primero en levantarse. Toma su hacha y camina hacia la parte trasera de la casa donde guardan la leña que alimenta al fuego.

Mientras tanto, Candelaria se levanta para preparar una bebida caliente o lo que ella llama “el café de los pobres”.¹⁶ En una pequeña y ahumada tetera, en el fuego sobre tres piedras en el piso y entre leña quemada, pone unas cuantas cucharadas de azúcar, espera a que se convierta en caramelo y lo mezcla con agua: una bebida marrón, muy parecida a un auténtico *kajé* (café).

Patricio regresa con la leña ya cortada que coloca a un lado del fuego para que las mujeres la usen durante el día. Se sienta en una pequeña silla de madera diseñada y construida por él y le pide a su esposa que le sirva una taza de café y le dé el canasto tejido que contiene las galletas de animalitos, una bolsa con *asukli* (azúcar) y una cuchara ya mojada con la que todos han preparado sus bebidas. La plática matutina es breve y sin muchos detalles excepto por un breve esbozo sobre las actividades del día. El despertar en la Sierra está acompañado de un sinnúmero de tareas pendientes.

Al cabo de un rato, tras levantar las cobijas y extenderlas bajo el sol, Susana comienza a barrer alrededor del fuego para comenzar a cocinar. Los niños aún tendidos en el piso intentan leer un libro de texto de primaria y repiten en voz alta los números en castellano —uno, dos, tres— casi enumerando los pasos que su madre seguirá para preparar el arroz: en una cacerola de peltre al fuego con dos cucharadas de manteca vegetal derretida pone el arroz a dorar. Vierte agua, sazona con dos grandes puños de sal y agrega un cuadrado de condimento de pollo Knorr Suiza. El aroma a comida inunda la casa. Con el sol de frente, todos esperan, al ritmo del singular sonido del agua hirviendo, el momento para probar el blando arroz sobre una tortilla gruesa y fría de maíz preparada durante la noche anterior (figura 4).

Patricio ata sus huaraches y se adelanta para probar el esperado platillo que llevará como *lonche* en su próximo camino rumbo a *Huisuchi*¹⁷ para comprar café soluble, Maseca, azúcar y tal vez alguna soda en la tienda de Lourdes, la enfermera encargada de la clínica del Seguro Social. Susana saca de una pequeña bolsa escondida entre los dobleces de su blusa, un billete y se lo da a Patricio, al tiempo que lo despide en la barda de piedra que limita la ranchería. Patricio se aleja caminando y comiendo lo que Manuel, el hijo mayor de nueve años, ahora estaba por probar aprovechando la distracción de su mamá.

—*We raíame go'ame!*—, exclama Manuel ante la deliciosa comida e inaugura un momento de calma para que los cuatro niños y las dos mujeres se sienten a comer y tomen fuerzas para el largo día que les espera.¹⁸

¹⁶ El café de los pobres también es conocido como una bebida preparada con *gajabé*, la semilla tostada y molida de una malvácea, *Abelmoschus esculentus*.

¹⁷ De *wisú*, dar leche, y *-chi*, locativo: lugar en donde sale un chorro (Hilton 1993).

¹⁸ Versión original del relato en Cárdenas 2012.



Figura 4. *Susana haciendo tortillas* (fotografía de Blanca Cárdenas Carrión).

Comida rarámuri

Decían los “antiguos” que el grano de maíz tiene alma, *sunú ariwára*, y que por eso hay que cuidarlo, sembrarlo y protegerlo (Merril 1992: 143). Desde los primeros tiempos de habitación en la Sierra Tarahumara, cuando los ranchos se ubicaban en las cuevas naturales de las montañas, hasta la actualidad, el maíz ha sido el cereal primordial dador de vida, y su cultivo, el eje de subsistencia para la población. De pequeñas parcelas domésticas se pasó, con la adopción de tecnología europea, a campos y milpas de explotación agrícola intensiva donde el maíz ha desempeñado siempre un papel preponderante.

Con base en esto, no es de extrañar que el sistema alimentario rarámuri ubique en un sitio privilegiado las preparaciones, procedimientos y platillos que giran en torno al maíz, frijol y calabaza, alimentos que no sólo tienen una consideración práctica, sino simbólica (figura 5). El caso de las tortillas es relevante:



Figura 5. *El mundo es redondo como una tortilla* (fotografía de Blanca Cárdenas Carrión).

Hace tiempo, la gente rarámuri no sabía cómo era el mundo y decidieron acudir con los viejos más sabios de la región. Ellos les platicaron que los antiguos rarámuri creían que el mundo es redondo como una gran tortilla o como un tambor y que en la orilla tiene altos pilares de plata que sostienen al manto de cielo azul donde vive el Padre. Sobre esa gran tortilla o tambor está la Sierra Tarahumara que da cobijo a la gente de los pies ligeros (González 1987: 403).¹⁹

¹⁹ Texto original impreso en rarámuri traducido al castellano por Blanca Ma. Cárdenas Carrión (la autora) para este artículo.

Algunos de los platillos que se preparan con *sunú* (maíz) son el *basorí* (menudo), *kobisi* (pinole), *qiorí* (pinole preparado con agua), *kusira* (granos tostados), *oliki* (tamales blandos consumidos en las fiestas), *ramari* (tamales), *remé* (tortillas), *sanariki* (bebida de maíz no fermentada), *sowiki* (cerveza), *watónari* (atole) y *yoriki* (baba de nopal con atole espeso). Con *bachí* (calabaza) encontramos la calabaza cocida con azúcar, el *kobisi* (pinole) de semillas, el pipián y las tortillas de semillas. Los *muní* (frijoles) aparecen como *kobisi* (pinole), frijoles con nopales o queso, *sipariki* (ejotes) y *sitákame muní* (frijoles rojos tradicionales de Semana Santa).

Empero, el sistema alimentario rarámuri ha incorporado en su devenir histórico productos, preparaciones, conductas y hábitos de la influencia externa. Los productos introducidos durante el tiempo virreinal tienen un lugar privilegiado al encontrarse ligados con prácticas agrícolas, ganaderas y de recolección. Con *turio* (trigo) se prepara *kobisi* (pinole), *qiorí* (pinole preparado con agua), pan y *remé* (tortillas). Por su parte, la carne es un alimento sagrado fundamental para la vida ritual a partir del sacrificio del ganado vacuno o caprino. Con esta *sapá* se preparan albóndigas en el metate, *basorí* (menudo), *lamali* (caldo de sangre y vísceras) y *tónari* (cocido de vísceras y carne). El cultivo de los árboles frutales y la recolección de los frutos son actividades que destacan en la vida cotidiana de la Sierra Tarahumara, aunque con mayor importancia en las rancherías cercanas a los ríos y en la barranca. El consumo de *masana* (manzana), *naraso* (naranja), sandía y *duraso* (durazno) es habitual.

En cuanto a la antigua práctica de recolección, hay algunos alimentos que hoy en día continúan presentes en la dieta, como *amóo* (miel de abeja), *qorí chiltepín* (chile piquín), *aurerí* (laurel), nopales, *napó* (tunas), *salabí* (raíz gruesa)²⁰ y, por supuesto, diferentes especies de quelites. El *sipeke*, *sewáchili* (quelite de invierno),²¹ *wasorí* (quelite de las aguas)²² y el *chiclite* (chichiquelite)²³ son verduras de alto valor nutrimental que los rarámuri recolectan durante el tiempo de lluvias y consumen hervidas y acompañadas de tortillas y frijoles.

Por septiembre y octubre hay varias raíces que se recogen y que son para comer. Están allá en el monte y nos las comemos a veces. Saben como saladas, pero sí nos gustan. Son de la comida natural de la gente de antes. Eran muy pobres y sabían bien dónde buscar (testimonio de Gerardo Kubésare, julio de 2010).

²⁰ Sarabiqui, *Prionosciadium townsendii*.

²¹ Quelites de invierno, *Jacobinia candicans*.

²² Quelite de las aguas, *Amaranthus hybridus*.

²³ Chichiquelite, *Dryopetalon runcinatum*.

Finalmente, alimentos de origen foráneo continúan incorporándose al sistema alimentario rarámuri como nuevas posibilidades de consumo. *Arosi* (arroz), sopa de pasta, soda, *kajé* (café soluble), azúcar, harina de maíz, papas fritas, caramelos, entre muchos otros, se han integrado a la comida y a los sabores locales.

Sabor rarámuri

La preparación de algún platillo puede ser advertida por quienes comparten un momento en común dentro del rancho a partir de la combinación de aromas que despiden la leña quemada, el nixtamal y la olla hirviente de frijoles; del rumor que produce la mano sobre la superficie del metate y de la frescura al tacto de la masa del maíz recién molido.

Los sonidos, texturas, formas, colores, caricias y aromas que intervienen en la obtención de los alimentos, en su preparación y en su consumo se sintetizan en un solo y efímero instante: cuando los individuos llevan la comida su boca y la saborean. El sabor rarámuri es una experiencia que incorpora el arduo trabajo en el campo, el valor del maíz como herencia ancestral, la recolección de quelites entre la hierba aún húmeda por la lluvia del día anterior, la disposición y conservación de los alimentos en canastos tejidos con dedicación por las mujeres del rancho, del ritual a Onorúame²⁴ para pedir lluvias y buenas cosechas, de las ollas negras por el hollín y de la reunión de los habitantes de un rancho bajo la luz de la Luna para comer y compartir historias. El fugaz momento cuando se saborea un alimento es la recapitulación de un mundo sensorial específico que los rarámuri viven y reproducen cotidianamente.

El sabor como construcción cultural implica una inmensidad de rasgos, estímulos, apreciaciones y hábitos relacionados con la experiencia corporal y con una consciencia cargada de memorias y aprecio. El sistema alimentario rarámuri privilegia sobre los utensilios y el espacio físico de una cocina, a aquello que los individuos pueden transportar con facilidad o llevar consigo de la cumbre a la barranca y viceversa, por lo que el agrado o desagrado por algunos alimentos y las pautas culturales que rigen el sabor desempeñan un papel medular. El sabor rarámuri es una guía con la que los individuos delimitan las características deseables en sus alimentos y preparaciones, pero también una con la que aprehenden simbólicamente, desde una concepción cultural y una cosmovisión particular, la realidad.

²⁴ El que es Padre.

De este modo, algunas de las características del sabor rarámuri en alimentos particulares están manifiestas en el léxico y en la semántica de su lengua,²⁵ los cuales reflejan algunas cualidades y significados difíciles de ser traducidos e incluso comprendidos por los hablantes de otras lenguas. Las clasificaciones y campos semánticos vinculados con el sabor reflejan la construcción cultural del mismo y de sus parámetros de percepción.

El verbo castellano “comer” y el sustantivo castellano “comida” presentan asimetrías con el rarámuri, pues en este caso, tanto verbo como sustantivo, se definen en virtud de características perceptuales y prácticas con los alimentos. Dos preparaciones de orden ritual –*tónari* y *chúḱari*– reemplazan, dada su importancia, al sustantivo *ḱo’wame*²⁶ (comida), al igual que el *ḱobisi* como bebida y alimento indispensable para las actividades cotidianas y como *lonche* (almuerzo o itacate) para los viajes largos. Por otro lado, las actividades que la comida acarrea también se manifiestan en el vocabulario. *Nuté* refiere a la comida que se da a los muertos como ofrenda ritual generalmente basada en *ḱobisi* (pinole), *rimeḱa* (tortillas pequeñas), café con azúcar y frijoles guisados sin sal, además de los tres pedazos de tortilla, tres granos de maíz y tres frijoles sin cocer (o cuatro si el difunto era mujer) para el viaje del difunto ahora como un conjunto de fuerzas vitales (Merril 1992: 237). *Kotúura* es la comida que se da al recibir a alguien en el rancho e invitarlo a que “bata *ḱobisi*” y tome la sombra. *O’wiké* es la comida que se regala o se da en *ḱórima* (sistema de reciprocidad generalizada) (Cuadro 1).

El verbo *ḱo’a* (comer) muestra diferencias con base en texturas y hábitos de consumo, por ejemplo *chuká* (comer usando tortilla), *chu’mí* (comer con los dedos comida aguada) y *kumí* (comer granos de maíz o fruta dura). Este verbo también refleja la cantidad de comida ingerida por un individuo. *Ko’ame* es quien come de manera ordinaria a diferencia de *ḱo’wéame* (el que come mucho) y *ḱo’nari* (comer sólo por antojo).

Asimismo, las texturas, los tamaños y las temperaturas de los alimentos son recogidos por conceptos minuciosos del rarámuri. En cuanto a los procesos de preparación de platillos, hay una marcada predilección por la cocción en medios acuosos y grasos con el objeto de conseguir texturas blandas, húmedas, marta-jadas, mórbidas, suaves y viscosas, *rasa’ame*, en oposición a los alimentos duros o *biwa’ame*, que demandan una masticación prolongada. La temperatura de los alimentos servidos regularmente oscila entre los 20 y los 30 °C (próxima a la del

²⁵ El rarámuri o tarahumara es una agrupación lingüística de cinco variantes dialectales (del oeste, del norte, de cumbres, del centro y del sur) que forma parte de la familia o tronco yuto-nahua (INALI 2008).

²⁶ En la lengua escrita, algunos términos del rarámuri pueden usar de manera indistinta a los fonemas “k” y “g” pues corresponden al mismo sonido (*go’ame* / *ḱo’wame*).

Cuadro 1. *Comida y comer* (Cárdenas 2012)

Rarámuri	Castellano
<i>ko'wame</i>	<i>comida</i>
<i>tónari</i>	cocido de carne
<i>qobisi</i>	pinole seco
<i>chúqari</i>	frijoles guisados y carne cocida
<i>nuté</i>	comida de los muertos
<i>kotáura</i>	comida que se da
<i>o'wiké</i>	comida que se regala
<i>ko'a</i>	<i>comer</i>
<i>chuká</i>	comer usando una tortilla
<i>chu'mí</i>	comer con los dedos comida aguada
<i>kumí</i>	comer granos de maíz o fruta dura
<i>ko'ame</i>	el que come
<i>ko'wéame</i>	el que come mucho
<i>ko'nari</i>	tener antojo de comer

cuerpo), privilegiando los tamales, la sopa o las tortillas *ruráme* (frías) sobre las *ratáme* (calientes), con excepción de las tortillas recién hechas. De igual manera, un rasgo preferencial en las tortillas se basa en su tamaño y grosor. Las tortillas *sapéame* (gruesas) destacan sobre las *ke sapéame*: “Las tortillas siempre son gordas para que se llene bien. Las tortillas chabochi siempre son más delgaditas y a veces tostadas. A mí me gustan bien gordas y frías porque saben mejor y llenan más” (testimonio de Patricio Kímare Kubésare, abril de 2011).

Las calidades de algunos alimentos también son tomadas en consideración por la mayoría. *Ke ga'rá go'ame ju* es la comida que ya está echada a perder y que no sabe bien; *wáqame* son los frutos maduros listos para comerse por su sabor dulce y *ba'wila* es la presentación líquida o caldosa de un platillo como sopa, frijoles y menudo (cuadro 2).

La clasificación de sabores, como ya hemos señalado, está sujeta a variaciones sincrónicas y diacrónicas. El sistema alimentario rarámuri reconoce sabores principales y grados derivados de éstos. Las frutas cítricas y las preparaciones fermentadas, como el *sowiki* (cerveza de maíz), son identificadas como *chipúame* (agrio o ácido), motivo que lleva a muchos a evitar su consumo (principalmente

Cuadro 2. *Características de la comida rarámuri* (Cárdenas 2012)

Rarámuri	Castellano
Texturas	
<i>rasa'ame</i>	blando
<i>biwa'rame</i>	duro
Temperaturas	
<i>ruráme</i>	frío
<i>ratáme</i>	caliente
Grosor (tortillas)	
<i>sapéame/ru'náame</i>	gordo/grueso
<i>ke sapéame/ke ru'náame</i>	delgado
Calidad	
<i>ke ga'rá go'ame ju</i>	echado a perder
<i>ba'wila</i>	caldo
<i>wákame</i>	maduro

mujeres, de acuerdo con los registros etnográficos realizados para este trabajo). El sabor amargo presenta tres grados dependiendo de su cercanía a lo *chipúame* (ácido). El café muy cargado sin azúcar y algunos tipos de quelites son calificados como *chokóame* (amargo); sin embargo, hay alimentos no muy frecuentes que son *korákame* y *poyaka*.

El sabor dulce, de acuerdo con la clasificación de sabores rarámuri, sigue una jerarquía que evidencia la influencia de productos externos de reciente llegada. El sabor *akáame* refiere a lo dulce de alimentos como la calabaza, la tuna y la cerveza de maíz en un momento intermedio de su fermentación. El sabor *akáame* es uno de lo predilectos en el consumo, lo cual no se reitera con el sabor *wabé akáame* (muy dulce) en alimentos de escasa ingestión, como la miel de abeja, la manzana y la sandía. Productos como las sodas, galletas, caramelos, el café con azúcar y el té de laurel también azucarado son clasificados con un sabor *asukli akáame* (dulce azucarado), el cual es deseado y buscado por muchos.

Por su parte, el salado ocupa un lugar especial en el sistema alimentario rarámuri. La sal es un producto que hasta el día de hoy encubre significados de prestigio y de vínculos con la sociedad mestiza, a pesar de que su incorporación

a la dieta local se llevó a cabo, muy probablemente, durante tiempos virreinales.²⁷ Un cuento rarámuri tradicional destaca las condiciones en las que se adquiere y consume la sal en la actualidad:

Hace mucho tiempo, vivía en este pueblo un señor muy sucio, con la ropa negra casi pegada a la piel y sobre la carne grandes costras de mugre. La gente al verlo pasar dejaba de comer y trataba de alejarse lo más que se pudiera, pues su olor era nauseabundo. Cierta día, el hombre se acercó al pueblo y les pidió a varias personas que iban pasando que lo ayudaran a quitarse la mugre de la piel, si lo ayudaban él les regalaría las costras y les servirían para sazonar sus alimentos. Ninguna de las personas le hizo caso, pues se preguntaban: ¿cómo puede toda esa mugre servirnos para cocinar?, el señor, al ver su suerte, se fue muy triste a tratar de convencer a otros de que lo ayudaran. Así fue como los rarámuri nos quedamos sin sal y desde entonces tenemos que ir a comprarla a otros pueblos con el dinero que nos dan por nuestro trabajo (González 2000).

En rarámuri se alude a la sal como *koná*, pero el sabor salado y el dulce se mencionan con el mismo término, *akáame*. Lo dulce en combinación con la sal resulta en un sabor intermedio, *koná akáame* o *akáame koná*,²⁸ como los frijoles, que sin sal tendrían un sabor dulce, pero al pasar por un procedimiento de preparación y cocción donde se les agrega sal, son clasificados como *koná akáame*; es decir, las categorías *koná akáame* o *akáame koná* son el producto de un alimento dulce que cocinado con sal modifica su sabor. La sal es un producto abundantemente utilizado en la cocina, pues los platillos que lo contienen son muy apreciados por los comensales (cuadro 3).

Por último, aunque no es una categoría clásica de sabor para Occidente, en el sistema alimentario rarámuri y en la estructura de consumo, el sabor *koyóame* (picante) es fundamental. En el ser humano existen predisposiciones genéticas de aversión por las especias picantes que causan en los individuos reacciones alérgicas, como estornudos, sudoración, ardor en la boca, lengua y estómago, mareo, llanto, entre otras (Rozin 2002: 86); no obstante, algunas culturas transmiten a los miembros del grupo un agrado por los pimientos y demás chiles, dejando claro con ello que el sabor es un fenómeno regulado, aprendido y construido culturalmente. El sabor de la comida rarámuri es una síntesis de la cultura vertida sobre la sensorialidad humana.

²⁷ “Hace mucho tiempo, las gentes que vivían aquí, cerca de donde yo vivo, decían que no comían sal porque no había sal en ese tiempo. En lugar de comer sal comían cañajote de palma” (Mares 1982: 42).

²⁸ Lingüísticamente, las categorías *koná akáame* y *akáame koná* se construyen en un orden variable y aparentemente indistinto, de acuerdo con la información etnográfica obtenida en esta investigación.

Cuadro 3. *Clasificación de sabores en la comida rarámuri* (Cárdenas 2012)

Categorías clásicas	Categorías rarámuri	Castellano	Ejemplos
agrio o ácido	<i>chipúame</i>	agrio	<i>naraso, sowiki</i>
amargo	<i>chojóame</i>	amargo	<i>kajé</i> muy cargado, <i>sipeke</i>
—	<i>korákame</i>	—	—
—	<i>poyaka</i>	—	aspirina, dulces acidulados
dulce	<i>akáame</i>	dulce	<i>bachí, sanariki, napó</i>
—	<i>asukli akáame</i>	azucarado	soda, <i>kajé, aureri kajé</i>
—	<i>wabé akáame</i>	muy dulce	<i>masana, amóo</i> , sandía
—	<i>akáame kóná</i>	dulce sal	cacahuates, <i>muní</i>
salado	<i>akáame</i>	salado	—
—	<i>kóná akáame</i>	sal dulce	cacahuates, <i>muní</i>
—	<i>koyóame</i>	picante	<i>korí</i> , chiltepín verde

REFLEXIONES FINALES

El sabor de la comida es, además de una reacción gustativa, la convergencia de estímulos externos y mecanismos fisiológicos sensoriales, los cuales han sido transformados en los individuos a partir de la cultura. El sabor es un fenómeno basado en el vínculo entre la cultura, los individuos y el mundo; la cultura regula el universo sensorial de los actores sociales que perciben el mundo y se aproximan a él. El sabor como construcción cultural expresa así una manera particular de conocer paladeando y de configurar una concepción singular de la realidad.

A manera de colofón, es importante considerar que el estudio del sabor y de los sentidos tiene aún sinuosos caminos por explorar, sobre todo en la antropología y en lo relativo a la diversidad étnica. Es prioritario profundizar en el despliegue de un aparato teórico y de herramientas etnográficas y lingüísticas útiles para fundamentar el estudio del sabor, pues ante un mundo con sociedades y culturas cambiantes, el resguardo, la preservación, la garantía de permanencia y la valoración de los sistemas alimentarios en su condición de bienes patrimoniales y de ejes de la vida de muchos grupos humanos depende en gran medida de una mayor y mejor comprensión de sus componentes más profundos y fundadores, entre los que se encuentran el sabor y la percepción motivada por la comida.

REFERENCIAS

ACUÑA, ÁNGEL

- 2006 *La construcción cultural del cuerpo en la sociedad rarámuri de la Sierra Tarahumara*, Abya Yala, Quito.

BERGER, PETER Y THOMAS LUCKMANN

- 1968 *La construcción social de la realidad*, Amorrortu, Buenos Aires.

BRILLAT-SAVARIN, JEAN ANTHELME

- 2002 *The Physiology of Taste*, Dover, Mineola.

CÁRDENAS, BLANCA

- 2012 *We raíame go'ame. La construcción cultural del sabor en la comida rarámuri*, tesis, Escuela Nacional de Antropología e Historia, México.

CLASSEN, CONSTANCE

- 1997 *Foundations for an anthropology of the senses*, UNESCO, Blackwell, Malden.

FISCHLER, CLAUDE

- 2001 *L'omnivore*, Odile Jacob, París.

FOUCAULT, MICHEL

- 2010 *Las palabras y las cosas*, Siglo Veintiuno, México.

GONZÁLEZ, BENJAMÍN

- 2000 El Señor Sal, Benjamín González y Candelaria Rubio (comps.), *Las historias de los viejos. Anayáwari Irétari*, La casa es de las mujeres, Chihuahua: 12-13.

GOTÉS, EDUARDO

- 1992 Imaginación rarámuri y presencia chabochi, *Cuicuilco*, 29-30: 19-22.

GONZÁLEZ, LUIS

- 1987 *Crónicas de la Sierra Tarahumara*, Secretaría de Educación Pública, México.

HILTON, SIMÓN

- 1993 *Diccionario tarahumara de Samachique, Chihuahua, México*, Instituto Lingüístico de Verano, México.

HOWES, DAVID (ED.)

- 2005 Introducción, *Empire of the senses. The sensual culture reader*, Berg, Oxford.

INSTITUTO NACIONAL DE LENGUAS INDÍGENAS (INALI)

- 2008 *Cuaderno informativo sobre el catálogo de las lenguas indígenas nacionales*, Instituto Nacional de Lenguas Indígenas, Secretaría de Educación Pública, México.

KATZ, SOLOMON (ED.)

- 2003 *Encyclopedia of food and culture*, volumen III, Scribner, Nueva York.

KORSMEYER, CAROLYN

- 2002 *El sentido del gusto. Comida, estética y filosofía*, Paidós, Barcelona.
2009 Delightful, delicious, disgusting, *The Journal of Aesthetics and Art Criticism*, 60 (3): 217-225.

LARREA, CRISTINA

- 1997 *La cultura de los olores. Una aproximación a la antropología de los sentidos*, Abya-Yala, Quito.

LE BRETON, DAVID

- 2007 *El sabor del mundo. Una antropología de los sentidos*, Nueva Visión, Buenos Aires.

MARES, ALBINO

- 1982 *Comida de los tarahumaras: Ralamuli nuitugala go'ame*, Consejo Nacional para la Cultura y las Artes, México.

MÉNDEZ, ÁNGEL

- 2010 Saber/sabor. El alimento como medio sensual de significación, cognición y comunicación, *Diario de Campo. Nueva época*, 1 (1): 39-48.

MERRIL, WILLIAM

- 1992 *Almas rarámuris*, Instituto Nacional Indigenista, Consejo Nacional para la Cultura y las Artes, México.

MINTZ, SIDNEY

- 1996 *Dulzura y poder. El lugar del azúcar en la historia moderna*, Siglo Veintiuno, México.

MONNEUSE, MARIE-ODILE, NATALIE RIGAL, MARIE LAURE FRELUT, CLAUDE MARCEL HLADIK, BRUNO SIMMEN Y PATRICK PASQUET

- 2008 Taste acuity of obese adolescents and changes in food neophobia and food preferences during a weight reduction session, *Appetite*, 50: 302-307.

MONTANARI, MASSIMO

- 2004 *La comida como cultura*, Trea, Gijón.

OCAMPO, MANUEL, S. J.

- 1950 *Historia de la Misión de la Tarahumara (1900-1950)*, Buena Prensa, México.

PACHECO, ANGÉLICA

- 2008 *Poblamiento. Etnografía de los grupos indígenas de México en el nuevo milenio. Atlas etnográfico de la Sierra Tarahumara*, Coordinación Nacional de Antropología, Instituto Nacional de Antropología e Historia, México.

PENNINGTON, CAMPBELL

- 1996 *The Tarahumar of Mexico. Their environment and material culture*, University of Utah Press, Salt Lake City.

ROZIN, PAUL

- 2002 Perspectivas psicobiológicas sobre las preferencias y aversiones alimentarios, J. Contreras (comp.), *Alimentación y cultura. Necesidades, gustos y costumbres*, Alfaomega, Universitat de Barcelona, México: 85-109.

SARIEGO, JUAN LUIS

- 2002 *El indigenismo en la Tarahumara*, Instituto Nacional Indigenista, Consejo Nacional para la Cultura y las Artes, Instituto Nacional de Antropología e Historia, México.

STEWART, SUSAN

- 2005 Remembering the Senses, David Howes (ed.), *Empire of the senses. The sensual culture reader*, Berg, Oxford: 59-69.

STOLLER, PAUL

- 1989 *The taste of ethnographic things. The senses in Anthropology*, University of Pennsylvania Press, Filadelfia.

SUTTON, DAVID

- 2010 Food and the senses, *The Annual Review of Anthropology*, 39: 209-223.

VARGAS, LUZ MARÍA

- 1998 *Los colores lacandones: la percepción visual de un pueblo maya*, Instituto Nacional de Antropología e Historia (Colección Científica), México.