



## Introducción

Esta situación surgió cuando realizaba la intervención llamada “¿Conoces el proceso que estas comiendo?” para obtener el grado de Maestra en Educación Ambiental con el título de la tesis: Educación ambiental en torno al consumo de alimentos ultraprocesados en secundaria.

Se había organizado previamente a los estudiantes en equipos y uno de ellos tenía encomendado trabajar un restaurante sustentable, tomando en cuenta las nociones tradicionales, conocimientos ancestrales de su familia, prácticas que no dañen el planeta y alimentos de fácil acceso para todos. Los estudiantes presentaron algunas opciones que fueron revisadas y se les dieron retroalimentación enfocadas en cumplir con las anteriores características. Todo parecía perfectamente organizado, pensando que la presentación sería un gran éxito.

### El restaurante sustentable

El día de la feria había llegado. El patio de la escuela hervía de voces, colores y expectativas. Entre los puestos decorados con cartulinas verdes y dibujos de hojas, uno destacaba con un nombre prometedor: *El restaurante sustentable*. Hasta ahí fueron guiados los asistentes, curiosos por descubrir lo que las y los estudiantes habían preparado con tanto entusiasmo... o al menos eso creíamos.

Semanas antes, en el aula, se había hablado de recetas heredadas por las abuelas, de ingredientes que nacen de la tierra, de saberes antiguos que sobreviven en las cocinas humildes pero llenas de historia. Se les enseñó que lo sustentable no sólo nutre el cuerpo, sino también la tierra; que alimentarse es un acto político, cultural y profundamente humano. Todo parecía claro. O eso pensábamos.

Cuando los manteles fueron extendidos y los platillos colocados sobre la mesa, la sorpresa fue inmediata... y silenciosa. Ensaladas bien acomodadas, platos de fruta con esmero estético, algunas piezas de pollo y latas de atún abiertas con cautela. Todo lucía ordenado, limpio... pero algo faltaba. No había tortillas calientes, ni arroz humeante, ni el olor a frijoles recién cocidos, ni rastro de maíz, trigo o leguminosas. La mesa estaba completa, pero vacía de raíces.

Una inquietud comenzó a recorrer el ambiente. ¿Dónde estaban los sabores de casa?, ¿los guisos de la infancia?, ¿el alimento que sostiene a los pueblos desde hace siglos? En su lugar, aparecieron tostadas empaquetadas y galletas industriales, perfectamente alineadas como si también quisieran ser parte del discurso sustentable. Al observar esas decisiones, surgía una pregunta incómoda: ¿en qué momento dejamos de creer que nuestra comida tradicional era suficiente?

Entonces llegó el dilema. Algunos estudiantes defendían sus elecciones con argumentos nutricionales: los antioxidantes, las proteínas, los ácidos grasos. Y tenían razón. Pero detrás de esas palabras se escondía otro problema: muchos de esos alimentos no nacen aquí, no son cercanos, no son accesibles. Llegan desde lejos, cargados en tráileres que dejan huella en el ambiente y en los bolsillos. ¿Cómo llamar

sustentable a lo que no todos pueden comprar? ¿Cómo llamar correcto a lo que no cuida la tierra?

Los blueberries brillaban como pequeñas joyas sobre los platos, pero su precio los alejaba de las mesas de las familias que viven al día. Lo mismo el atún, noble en nutrientes, pero cruel en su producción. Frente a esos platos, la palabra *sustentable* temblaba.

Y entonces surgió otra ausencia, más profunda aún: ninguna tortilla acompañaba los alimentos, ningún tlacoyo, ningún frijol. El maíz –ese que nos nombra pueblos– brillaba por su ausencia. Y la pregunta ahora dolía más: ¿nos avergüenza nuestra comida?, ¿dejaron de ser valiosos nuestros sabores porque no están de moda?, ¿se volvió más digno lo importado que lo heredado?

Algo resuena con gran ímpetu programando una gran amenaza ¿los estudiantes creen que lo saludable es igual a sustentable?, ¿Qué pasó con los temas y características trabajados en clase?, ¿acaso me ignoraron?, ¿puede más las tendencias y la rapidez a los saberes ancestrales heredados?

Recordemos que el maíz no es sólo alimento; es historia, es cosmovisión, es raíz. La nixtamalización no es una técnica: es ciencia ancestral viva. Entonces ¿por qué esconderla?, ¿por qué no celebrarla?

A pesar de todo, y después de casi una vil derrota, hubo un momento que lo transformó por completo.

Cuando terminó la presentación, una invitación rompió la tensión: *“Pueden pasar a probar los platillos”*. Y entonces ocurrió lo más humano de la jornada. Personas acercándose entre sonrisas tímidas, platos compartidos, comentarios espontáneos y el inevitable *“provecho”* que parecía bendecir no la comida, sino el encuentro. La mesa ya no importaba tanto por lo que tenía, sino por lo que provocaba.

Porque al final, más allá de los errores y ausencias, ahí estaba el corazón del proyecto: el acto de compartir. En cada bocado, se reconocía el esfuerzo de otros; en cada gesto, el valor de convivir. La comida volvía a ser lo que siempre ha sido: un puente, un abrazo, una forma silenciosa de decir *aquí estamos juntos*.

Y tal vez, aunque ese restaurante no fue completamente sustentable, sembró algo más importante: reflexiones y dos semillas, la semilla de la comunidad y la de la duda... que –con suerte– algún día dará frutos más justos, más cercanos y más nuestros.

### Referencias:

Baudrillard, J. (2020). *La sociedad del consumo. Sus mitos, sus estructuras*. México: Siglo XXI.

Benítez, N. (2009). Nuevos contenidos para la educación ambiental. *En Educación ambiental y formación docente. Resistencia y esperanza*. México. UPN.

Elizalde, A. (2009). *Ética, sustentabilidad y consumo ¿Cómo ser más, teniendo menos, haciendo mucho por uno mismo y por los otros y sintiéndose además feliz?*. En Reyes Ruiz, Javier y Castro Rosales, Elba (comp.) (2009). *Urgencia y utopía frente a la crisis de civilización*. México, Universidad de Guadalajara (pp.102-157).

Sanchez, R. (2025). *Educación ambiental en torno al consumo de alimentos ultraprocesados en secundaria* (Tesis de maestría, Universidad Pedagógica Nacional).

RIUPN. <https://rixplora.upn.mx/jspui/handle/RIUPN/187011>