

3. El activismo alimentario transdisciplinario como alternativa hacia el buen vivir: en defensa del cuerpo-territorio frente al capitalismo

MARÍA DEL ROSARIO GUZMÁN ALVIRDE*



DOI: <https://doi.org/10.52501/cc.434.03>

Resumen

En este capítulo se exponen las problemáticas derivadas del sistema capitalista a causa de su praxis extractivista que explota y destruye la comunidad de vida en todas sus dimensiones. Se presentan, a través de diferentes vertientes, los estragos paradigmáticos que han llevado al detrimento de la Tierra y de la sociedad actual, violentando y enfermando los cuerpos-territorios como espacios de vida. Ante estos conflictos sociales, se reconoce la emergencia de los movimientos sociales como el activismo alimentario y su trascendencia en la construcción de tejidos sociales que se autoorganizan para cambiar realidades en las que se salvaguarde la existencia.

Así, la soberanía alimentaria, el buen vivir, el feminismo decolonial que encamina a la defensa del cuerpo-territorio representan movimientos transdisciplinarios de lucha que se construyen desde la confluencia de otros *sentisaberes* críticos y proactivos para enfrentar dicho panorama. Desde esta visión, se realiza un análisis cualitativo teórico que refiere sobre estos movimientos sociales, conduciendo, de igual manera, hacia una reflexión crítica sobre la defensa del cuerpo-territorio como espacio donde se sostiene la vida. Así, defender el territorio de la vida representa un acto de rebeldía

* Doctora en Humanidades en Ética Social por la Universidad Autónoma del Estado de México. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7803-5463> ; correo electrónico: mguzmana600@profesor.uaemex.mx

que exige el derecho natural a vivir dignamente, porque la existencia va más allá de vender y explotar el cuerpo humano, así como los bienes naturales ante el capital. El cuidado del cuerpo-territorio representa, por lo tanto, un ejercicio de soberanía que otorga el poder de autogobernanza para defender y decidir de qué se alimenta nuestro cuerpo y territorialidades.

Palabras clave: *capitalismo, activismo alimentario, soberanía alimentaria, buen vivir, cuerpo-territorio.*

Presentación

La crisis civilizatoria por la que atraviesa la humanidad ha sido ocasionada por los paradigmas del modelo capital que han explotado la comunidad de vida en todas sus dimensiones. Bajo esta perspectiva, el presente capítulo profundiza, en primera instancia, sobre las problemáticas derivadas del capitalismo y su impacto degenerativo en el cuerpo de la sociedad contemporánea. De este modo, se exponen los múltiples factores que han llevado a enfermar a los cuerpos-territorios, entre ellos: desigualdades, pobreza, sobreexplotación laboral, contaminación de la tierra, alimentos infestados de agroquímicos, consumo excesivo de azúcares, provocando obesidad y enfermedades cardiovasculares, etc. La lectura expone una problemática alimentaria capitalista que además ha trastocado los sentires de las personas al provocar también enfermedades mentales como la depresión o la ansiedad, comprendiendo que el conflicto no se trata sólo de dar soluciones físicas sino también espirituales.

En este sentido, en una segunda parte se expone la emergencia del activismo alimentario, la soberanía alimentaria, “el buen vivir” y el feminismo decolonial en defensa del cuerpo-territorio como movimientos sociales transdisciplinarios de lucha que se construyen desde la confluencia de senti- saberes culturales críticos y proactivos para enfrentar los problemas enunciados. En una tercera parte se habla del aporte paradigmático del buen vivir en relación con el cuidado de la vida, lo que constituye el equilibrio y la armonía. Esto conduce, finalmente, a una reflexión en torno al cuidado y defensa de nuestro cuerpo-territorio como un ejercicio de soberanía que

otorga el poder de autogobernanza para defender y decidir de qué se alimentan nuestro cuerpo y territorialidades.

El capitalismo y su impacto degenerativo en el cuerpo de la sociedad contemporánea

Actualmente, la sociedad occidental ve transcurrir la vida bajo un régimen civilizatorio, llamado capitalismo. Éste ha permeado la forma de ver, pensar y sentir el mundo a través de dinámicas culturales que difunden la idea de abundancia, prosperidad, desarrollo tecnológico, avances médicos, longevidad humana, trabajo y libertad financiera. Sin embargo, detrás de toda esta estructura capitalista subyace un modelo económico y político materialista en el que las personas se han convertido en seres depredadores de la naturaleza, aumentando las necesidades individuales de consumo y productividad constante. De igual manera, este modelo de vida ha fomentado la explotación humana a través de la fuerza laboral. Por ello, muchos individuos ven consumir su existencia ante el exceso de trabajo, obteniendo salarios mínimos, transformándose en víctimas y victimarios del propio sistema:

El capitalismo puede entenderse como un “organismo” histórico en continua mutación, un sistema económico y de poder, dinámico y expansivo, basado en la constante desposesión de las masas populares, la colonización destructiva del planeta, y la aparición de crisis periódicas que solo es capaz de trasladar geográficamente y resolver momentáneamente mediante la dominación, la violencia, la concentración de los medios de producción y la proletarianización de la humanidad [Benach et al., 2017, p. 39].

En este sentido, la forma mercantilista y reduccionista de interpretar la vida desde el capitalismo ha generado paradójicamente pobreza, ya que el sistema económico ha favorecido principalmente a los grandes empresarios. Esto ha propiciado el incremento de desigualdades, pues no todos tienen el poder financiero para acceder a mejores condiciones de vida. Una situación que provoca marginalidad de acceso a los privilegios del desarrollo pro-

clamado por el sistema imperante. Como consecuencia de esta exclusión, desde el poder se promueven ideales de rendimiento laboral y de aspiración positiva, como un modo de virtud para alcanzar beneficios económicos y acceder a una aparente *vida buena*.

Camelo (2020) señala que el mayor éxito del capitalismo radica justamente en la manipulación de la conciencia de los trabajadores (obreros e intelectuales), generando formas de competitividad constante que llevan tanto al hiperproductivismo como a la autoexplotación. Ante estas formas de vida promovidas por el sistema capital, es importante señalar otra consecuencia significativa que la sociedad actual enfrenta: el cansancio. Un problema importante que se pone en relieve debido al surgimiento de nuevas enfermedades causadas por el deterioro físico, mental y emocional de sociedades agotadas que se autoexigen cada día más, en afán de aspirar a una vida material deseable.

Respecto de este problema, el filósofo surcoreano Byung-Chun Han (2012) precisa, en su obra *La sociedad del cansancio*, que el modelo de vida actual ha generado una sociedad del rendimiento sin límites, haciéndola adoptar ideas de positividad para propiciar un trabajo exhausto en afán de cumplir con sus autoexigencias personales, las cuales se ven reflejadas en una recompensa financiera para adquirir bienes materiales. Este régimen de explotación, que utiliza un lenguaje excesivo de positividad para obtener sus fines, ha generado nuevas enfermedades patológicas en la sociedad contemporánea como el *burnout*, la depresión, la ansiedad, el trastorno por déficit de atención, entre otras. De acuerdo con el autor, estos síntomas manifiestan el panorama social de las enfermedades mentales del siglo XXI:

Toda época tiene sus enfermedades emblemáticas [...]. El comienzo del siglo XXI, desde el punto de vista patológico, no sería ni bacterial ni viral, sino neuronal. Las enfermedades neuronales como la depresión, el trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH), el trastorno límite de la personalidad (TLP) o el síndrome de desgaste ocupacional (SDO) definen el panorama patológico de los comienzos de este siglo. Estas enfermedades no son infecciones, son infartos ocasionados no por la *negatividad* de lo otro inmunológico, sino por un exceso de *positividad* [Han, 2012, p. 11].

De acuerdo con esta cita, el exceso de positividad se convierte en un acto de autoexigencia psicológica que el mismo sistema capitalista ha usado a su favor, para explotar la vida. En esta vertiente, se destaca, por lo tanto, el fuerte impacto que ha tenido este régimen en la sociedad actual, ya que ha llevado a la desvalorización y cosificación del cuerpo humano, así como del planeta, ya que su enfoque está dirigido hacia el valor monetario, convirtiéndolos en recursos para la producción y el consumo; alejándose del bienestar y cuidado de la sociedad, así como el resto de la comunidad viviente.

En cuanto a esta última, es preciso enfatizar que las lógicas de explotación de los recursos naturales, presentes en este tipo de paradigma, han propiciado el deterioro de la Tierra y de todas las especies vivientes y sintientes que habitan en ella. De igual manera, es preciso señalar que, en relación con la producción agrícola, grandes hectáreas se han destinado a la siembra y cosecha de diversos alimentos —los cuales han sostenido el consumo humano desde hace mucho tiempo— por medio del uso de agroquímicos, fertilizantes y pesticidas. Lo anterior ha provocado la muerte de diversos ecosistemas por medio de la contaminación del suelo, agua y aire. Además, se han generado enfermedades derivadas de la práctica indebida de agrotóxicos que finalmente son asimilados, en primer lugar, por el organismo de las personas que trabajan la tierra; trascendiendo; en segundo lugar, a la familia y sociedad, provocando enfermedades cada vez más comunes como “cáncer, leucemia, Parkinson, asma, neuropsicológicos y cognitivos, etc.” (González, 2019, p. 3).

Por otro lado, en relación con el consumo de carne, se señala otro problema derivado del sistema capital: la crianza de animales en granjas industriales y la reproducción masiva de carne en el cual se utilizan hormonas para hacerlos crecer rápidamente, violentando su desarrollo natural. De igual manera, se pone en relieve la aplicación de antibióticos para combatir enfermedades que son el resultado de un mal cuidado, debido a los espacios reducidos y las pésimas condiciones en las que son criados; una forma de ejercer crueldad animal a fin de incrementar la productividad del mercado:

La FAO y la Organización Mundial para la Salud (OMS) han advertido desde hace tiempo el enorme riesgo para la salud que implican estas explotaciones intensivas. La carne que se produce es de pésima calidad debido a la brutal

reclusión sedentaria de los animales, además de estar contaminada por los antibióticos que se usan en la cría de ganado y que producen en el hombre resistencia bacteriológica y aumenta el riesgo de contraer enfermedades asociadas al ganado [Barreda, 2007, p. 85].

Cabe señalar que este enfoque predominante de maximizar la producción y las ganancias sobre el capital ha propiciado prácticas poco éticas que han transgredido el bienestar de los seres vivos. En cuanto a la fuerza laboral, el capital ha encontrado en estas formas de agroalimentación una manera productiva rentable para alimentar a los trabajadores y obtener de ellos su mano de obra, de tal manera que las harinas, la carne y el azúcar se han convertido en elementos centrales que constituyen la dieta de los asalariados.

En este sentido, de acuerdo con Flores (2007), se desarrolla la cultura del *fast-food* como resultado de “la aplicación de nuevas formas de producción y comercialización para reproducir al cuerpo humano y prepararlo para una jornada de trabajo cada vez más intensa” (p. 119). En esta lógica, la promoción de azúcares, carbohidratos y grasas se convierten en estrategias publicitarias para promocionar el consumo de productos que, en la perspectiva del mismo autor, han sido sometidos a degradación material y desmineralización, por lo tanto, no contienen todos los nutrientes, ni la fibra necesaria para el buen funcionamiento del organismo. Esto, según el autor, ha desencadenado enfermedades físicas, entre las cuales están la obesidad, la diabetes, la hipertensión arterial, cáncer y enfermedades mentales como la depresión, debido a la carencia de nutrientes que impiden el óptimo funcionamiento del cerebro humano.

A esto se le suman los problemas de sedentarismo que sufre el cuerpo humano por causa del trabajo excesivo, como el estar sentados frente a máquinas (trabajo pasivo mental) o, en caso contrario, tener un desgaste físico activo como el estar muchas horas parados, que provocan un agotamiento que marginaliza la elección de alguna actividad para fortalecer la mente o el cuerpo. Además, cabe precisar que, en las grandes zonas urbanizadas existen espacios poco óptimos (zonas verdes) para hacer actividades físicas; por ello se crean espacios como gimnasios o centros deportivos donde se promueve el ejercicio a través de cuotas económicas; ampliando, de esta manera, el mercado empresarial en el deporte. Esto conlleva a lucrar con

estas actividades, convirtiéndolas en un privilegio al cual no todos pueden acceder. De este modo, como lo precisa Latorre (s.f.), el bienestar y calidad de vida, desde este paradigma, se convierte en un bien de consumo en donde la promoción para obtener una vida saludable se convierte en un valor mercantil.

A esta idea se añade el sentido que cobra el cuerpo humano en el deporte capital, al promover la competitividad, el alto rendimiento, el consumo de productos para obtener una aparente *buena salud*, por medio de complementos alimenticios, vitaminas, proteínas, minerales, etc., propiciando también el culto a la imagen. Esto último violenta, en otro sentido, el cuerpo y la psique de los individuos en aras de alcanzar los parámetros de estandarización de belleza impuesta por el sistema económico, de tal manera que “Lo bello es tangible, es mercancía y objeto, mientras que la Belleza, [...] [se transforma en] una narrativa de lo deseable” (Murolo, 2009, s.p).

Este panorama orienta a cuestionar desde múltiples vertientes cómo el sistema capital ha trastocado todos los ámbitos de la vida al cosificar y alienar las formas de pensamiento que, finalmente, agreden y destruyen la diversidad de vida en la Tierra. La posible respuesta se puede encontrar, quizá, desde el análisis crítico de diferentes aristas como político, económico, sociológico, psicológico, filosófico, ecológico, cultural, espiritual, etc. Sin embargo, no basta un análisis de los problemas desde una visión puramente disciplinaria y fragmentaria; los problemas humanos que acontecen en la actualidad necesitan ser reflexionados desde la integralidad de saberes y sentires culturales como una forma expresa de dar soluciones éticas a los problemas que nos aquejan.

Desde esta perspectiva, los movimientos sociales emergen como un símbolo de resistencia ante estas formas de vida impuesta por el valor del capital, desafiando las estructuras del poder y cuestionando las formas del conocimiento tradicional. Estos movimientos nacen desde la necesidad de construir nuevas realidades para explorar, conocer y articular los sentires y necesidades de los pueblos, con el deseo de compartir también saberes que ayuden a dar soluciones a los problemas señalados a lo largo del presente capítulo. En este tenor, el activismo alimentario representa un movimiento social que articula múltiples dimensiones de conocimiento tanto científico

como ancestral para construir propuestas alternas más justas y sostenibles que orienten hacia el buen vivir y la defensa del cuerpo-territorio, convirtiéndolo en un movimiento activista transdisciplinario.

Activismos alimentarios transdisciplinarios como forma de resistencia

En el presente trabajo, el activismo alimentario se analiza como una alternativa de resolución de problemas humanos, ya que posee una visión integradora que se contrapone a las formas fragmentarias de enfrentar conflictos desde una visión reduccionista. En este sentido, este tipo de activismo es trascendental, ya que entrelazan múltiples saberes como los ancestrales, los disciplinarios y comunitarios, cuestionando las prácticas de consumo hegemónicas impuestas por el sistema predominante.

Fundamentado en el cuidado de la vida, el valor comunal y solidario, el activismo alimentario transdisciplinario busca transformar paradigmas de producción, distribución y consumo del sistema agroalimentario industrial, para promover experiencias alimentarias éticas, en apoyo de economías regionales, así como prácticas laborales justas, una nutrición más natural y saludable, sostenibilidad ambiental y bienestar animal:

El activismo alimentario apunta directamente a los procesos de producción, abasto y consumo de alimentos que caracteriza el sistema actual. Los sujetos involucrados en esta actividad política reivindican a través de sus acciones a un sistema alimentario más democrático, sustentable, sano, ético, de mejor calidad y culturalmente apropiado [Gravante, 2019, s. p.].

De igual forma, evidencia la necesidad de promover nuevos derechos sociales de alimentación justa, sostenible e igualitaria que reduzcan las desigualdades generadas por el capitalismo, orientando al quehacer ético del cuidado de la vida en todas sus dimensiones. En este sentido, el activismo alimentario se considera un movimiento que emerge desde el pueblo; es decir, desde las comunidades locales como medio de expresión en contra del sistema actual que daña y violenta la vida.

En relación con esto, son los indígenas y campesinos quienes, a través de su lucha por la defensa de la tierra y el derecho a ejercer otro tipo de política y economía han generado revoluciones que trastocan nuevos sentires y propician el nacimiento de colectivos sociales nacionales e internacionales en lucha de una vida más digna. Un referente importante es la Vía Campesina Internacional que, según Soledad (2016), posee un sistema descentralizado con una perspectiva feminista clara, el cual “representa a más de 200 millones de campesinas y campesinos de África, Asia, Europa y América. Impulsora del concepto de soberanía alimentaria [...], apuesta por la agricultura de pequeña escala y de proximidad como promotora de justicia y dignidad” (s.p.), luchando de igual forma, por la recuperación de las tierras para rehabilitarlas, cuidarlas y convertirlas en lugares saludables para crear comunidades autosustentables:

En la Cumbre Mundial sobre la Alimentación de 1996, durante un debate sobre cómo organizamos nuestros sistemas alimentarios globales, La Vía Campesina acuñó el término de soberanía alimentaria, insistiendo en la centralidad de los pequeños productores de alimentos, la sabiduría acumulada de generaciones, la autonomía y diversidad de las comunidades rurales y urbanas, y la solidaridad entre pueblos, como componentes esenciales para la elaboración de políticas en torno a la alimentación y la agricultura [La Vía Campesina, 2024, párr. 5].

Entre los objetivos de La Vía Campesina ha estado defender los derechos de quienes trabajan la tierra. De igual forma, la promoción de un modelo de agricultura que sea sostenible y amigable con las prácticas de cultivo y sus conocimientos locales. Dentro de sus aportes principales se encuentra el desarrollo político y social de la soberanía alimentaria para la determinación de sus propias políticas agrícolas y alimentarias, a fin de garantizar alimentos saludables, sostenibles y culturalmente relevantes para su familia y comunidad (Garduño et al., 2023).

De este modo, dentro de La Vía Campesina, la soberanía alimentaria se convierte en un movimiento que busca la cooperación comunitaria y solidaria de los pueblos para reflexionar y transformar las maneras de producción, distribución y consumo de los alimentos. Promueve, de igual forma,

el derecho de toda persona para acceder a insumos nutritivos, producidos de forma local, sostenible y culturalmente apropiados; empleando métodos agroecológicos que respeten el contexto cultural, el clima y la geografía de cada región. A diferencia del paradigma capitalista, la soberanía alimentaria ubica a las personas en el corazón de los sistemas alimentarios, basándose en los principios de solidaridad, colectividad y justicia social. De igual modo, da prioridad al comercio y a los mercados locales, fortaleciendo la agricultura campesina, la producción alimentaria, su distribución y su consumo basados en la sostenibilidad medioambiental, social y económica (La Vía Campesina, 2024).

La soberanía alimentaria se construye como un paradigma alternativo activista que otorga un poder político y económico ciudadano diferente sobre la producción alimentaria. Orienta hacia la gestión de los *buenos vivires* y se sustenta en el valor ético de poder preservar formas diversas de vida para lograr un equilibrio social y ambiental. De igual forma, valora y respeta las capacidades de producción y alimentación sostenible. Dignifica los conocimientos tradicionales/ancestrales como símbolos culturales del saber humano que se suman para dar soluciones a la crisis alimentaria. Promueve la agroecología, el acceso equitativo a la tierra, reorganiza la economía local a través de mercados justos, crea empleos, valora el trabajo comunitario, se ocupa del trato digno a los animales y de otros seres sintientes, integra la ciencia a los conocimientos locales, involucra a la sociedad, lo que hace de este activismo, un movimiento social transdisciplinario.

Para Luengo (2012) la transdisciplinariedad se comprende como un proceso discursivo en la construcción de un saber (alternativo) que se teje entre conceptos, trabajos teóricos y empíricos que surgen de la apertura y heterogeneidad de múltiples realidades observables (y sentibles). De esta forma, la transdisciplinariedad significa “ir más allá de la disciplina, más allá del pensamiento disciplinario, indagar en los límites epistemológicos, articular campos de conocimiento y construir nuevos espacios discursivos más allá de las disciplinas singulares” (Correa y Carlanichiani, 2021, p. 180). Mientras que Guzmán (2022) sugiere:

Esto significa que va más allá de la especialización disciplinar y científica pues no se reduce a una forma de conocer el mundo, por el contrario, tiene

una visión complementaria que la hace incluyente de otros saberes como formas diversas de pensar, actuar y ser; generando un conocimiento más integral que permite comprender la vida a través de diferentes perspectivas. Esto sobrepasa las propias fronteras disciplinares (cosmovisiones científicas occidentales) pues permite mirar al objeto de estudio desde una nueva perspectiva, creando metodologías para pensar —lo que no se ha pensado— desde la integración de otras experiencias vivenciales [p. 16].

En este sentido, el activismo alimentario posee un enfoque transdisciplinario de reflexión crítica, ya que articula tanto el trabajo de múltiples disciplinas —ecología, agronomía, geografía, sociología, nutrición, gastronomía, filosofía, economía, derecho, etc.—, así como los saberes culturales ancestrales y regionales. Esto va más allá de una simple protesta, organizándose para construir redes de apoyo social para el verdadero cuidado y sostenibilidad de la vida. Por ello, el activismo alimentario representa una forma de resistencia relevante ante las formas paradigmáticas de alimentación y organización social del modelo capitalista. Su ideología está orientada hacia la preservación de la vida a través de prácticas de valor comunal, solidaridad y respeto hacia la Tierra.

Por lo tanto, desde nuevas comunidades conscientes, emerge una forma de pensamiento alterno que promueve el derecho a una alimentación digna, basada en el cuidado y compromiso social. Además de la soberanía alimentaria, como parte del activismo alimentario, se encuentran múltiples colectivos sociales que se han convertido en los principales actores de la antiglobalización, entre ellos, Gravante (2019) señala el consumo ético y crítico, el comercio justo, las cadenas o redes alternativas de alimentos, el consumo local, las comunidades de apoyo a la agricultura. A éstos se les adhieren otros movimientos como los antitransgénicos, el antiespecismo, el animalismo, el veganismo, el movimiento *slow food*, los huertos urbanos colectivos, el trueque, redes solidarias, etcétera.

Todos estos activismos representan, de cierta forma, una defensa desde cada trincheras para defender el derecho a un buen comer, a un buen estar, a un bien mirar y reconocer la existencia y el derecho de todos a vivir dignamente. En la defensa de la alimentación sostenible se encuentran, por lo tanto, los beneficios de una buena salud orgánica que impacta en lo social,

cultural e intelectual. Es un hecho que el ser humano necesita de una gran cantidad y diversidad de nutrientes para que el cuerpo funcione adecuadamente, y esto se obtiene si se cuida el consumo de alimentos desde su origen hasta su preparación e ingesta. Sin embargo, en este contexto, es importante señalar la siguiente cuestión metafórica: ¿sólo del pan vive el ser humano? Se considera que del mismo modo en el que el cuerpo físico necesita comida saludable y equilibrada, el intelecto y espíritu humano necesitan también de una alimentación sana y variada que garantice su óptimo funcionamiento, pues no se trata sólo de ocuparse de lo físico (tangible), sino también de todo aquel alimento que nutre la mente y el alma (intangibles). Alimentarse no es un acto puramente fisiológico cuyo objetivo es cubrir los requerimientos nutricionales para asegurar la supervivencia, sino también apela al bienestar interior para aprender a vivir en equilibrio.

Y ¿cómo se aprende a vivir en equilibrio? Reconociendo que somos seres habitantes. ¿Y qué habitamos? Habitamos un cosmos, una Tierra, y más allá de ésta, también habitamos un cuerpo, el cual está compuesto por múltiples dimensiones (física, mental, social y espiritual). Esto orienta a reconocer y valorar nuestro territorio como un espacio sagrado que se alimenta de las múltiples interrelaciones existenciales. De tal modo que el activismo alimentario debería considerarse también como un movimiento trascendental que pueda ir más allá del deseo de crear un sistema alimentario agroecológico, sostenible y saludable.

Desde la transdisciplinariedad se puede fundamentar que su quehacer debe estar también encaminado a construir un equilibrio que vaya más allá de lo biológico o físico al considerar también el lado espiritual como parte de su integridad. En este sentido, los plurisaberes culturales, como las filosofías ancestrales, pueden convertirse en herramientas de apoyo para poder cultivar la parte espiritual del ser humano, encontrando la armonía necesaria para transformar los sentires de una sociedad carente de bienestar espiritual.

Hacia el buen vivir y el cuidado del cuerpo como territorio

Actualmente, el ser humano vive las consecuencias del paradigma capitalista, afectando todos los ámbitos y dimensiones de su existencia. Hoy

las personas atraviesan por múltiples enfermedades que aquejan tanto el cuerpo físico, como el mental, emocional y espiritual. Estos males impactan a gran escala, trastocando y dañando también el tejido social. Por esta razón, se percibe un deterioro en las relaciones interhumanas derivadas del trato violento que sufre el cuerpo como máquina extractivista de la fuerza de trabajo.

La actual crisis humanitaria provocada por la adopción de estos modelos de vida materialista devela la débil relación e ignorancia que se tiene con el entorno y su reconocimiento como territorio de vida. En este sentido, las culturas originarias de América Latina son poseedoras de una sabiduría ancestral que orientan hacia un activismo de lucha para cuidar y preservar la vida en todas sus dimensiones. En este escenario, desde estos pueblos indígenas del Abya Ayala, *el buen vivir* emerge como una propuesta ética, política, social y filosófica, proponiendo una forma de vida alterna, construida desde el equilibrio para alcanzar la armonía deseada:

Los pueblos originarios planteamos una forma de convivencia con el propósito de cuidar el equilibrio y la armonía que constituye la vida. Este planteamiento es el Vivir Bien/Buen Vivir, basado en principios y valores ancestrales. Los estados cuya orientación sea Vivir Bien, deben generar espacios para la expresión tanto de lo material como de lo mental, lo emocional y lo espiritual, a partir de la identidad; en un contexto no solamente individual antropocéntrico, sino comunitario, que integra a todas las formas de existencia como parte de la comunidad [Huanacuni, 2025, p. 301].

El buen vivir, conocido como Sumak Kawsay en quechua (Ecuador) o Suma Qamaña (Bolivia) en aymara, es una filosofía de vida que se religa a un número ilimitado de principios; permite comprender la totalidad y la singularidad de la vida, expresada a través del cosmos, el mundo, la naturaleza, el ser humano, así como de sus múltiples interconexiones:

Desde la cosmovisión aymara, *del jaya mara aru o jaqi aru, suma qamaña* se traduce de la siguiente forma: Suma, plenitud, sublime, excelente, magnífico, hermoso. Qamaña: vivir, convivir, estar siendo, ser estando. Entonces, la traducción que más se aproxima de *suma qamaña* es *vida en plenitud*. Actual-

mente se traduce como *vivir bien*. Por otro lado, la traducción del kichwa o quechua (runa simi) es la siguiente: Sumak: plenitud, sublime, excelente, magnífico, hermoso(a), superior. Kawsay: vida, ser estando, estar siendo [Huanacuni, 2010, p. 13].

Desde esta cosmovisión andina, estos pueblos plantean una forma de convivencia comunitaria a través del cuidado de la vida, lo que constituye el equilibrio y la armonía. Huanacuni (2010) señala que el cuidado está ligado fuertemente a la sensibilidad; es decir, a la capacidad de sentir todo aquello que nos rodea, sentir al otro presente en las múltiples formas de vida (tierra, aire, agua, montañas, otras especies vivas). Para el autor, el *sentir* conduce al cuidado y éste se transforma en sabiduría, ya que se conjuga el corazón y la razón, por ello, “los sentimientos deben ser alumbrados por la inteligencia para convertirse en verdadero amor, así como la inteligencia debe ser alumbrada por los sentimientos para vestirse en sabiduría” (pp. 301-302).

Así, el buen vivir tiene que ver con el sentir al otro y saber convivir con él. Por lo tanto, para poder vivir en armonía, es fundamental reconectarse con la existencia misma a través de todo lo que nos rodea. Ejercer un valor del cuidado, reconociendo la importancia de nuestra propia existencia, pero también la de los otros seres vivos (familia, comunidad, sociedad, mundo, naturaleza y cosmos). Es importante comprender que todos somos uno mismo; asumiendo que el deterioro y exterminio del otro es el perjuicio y muerte para uno mismo, así como el de la comunidad de vida.

Esta filosofía es trascendental y permite reflexionar profundamente en torno al cuidado de la vida y la otredad, ya que tiene una relevancia importante en la forma de percibir la salud y el cuerpo. Si la Tierra, como otredad, es un territorio que debe cuidarse y respetarse, entonces el cuerpo cobra un valor importante, ya que se percibe como una extensión del mismo cosmos que debería ser salvaguardado de toda violencia física, mental, simbólica y paradigmática que lo amenace. Para García et al. (2019) el buen vivir refiere a “un concepto que ha permitido agrupar posturas comunitarias, socialistas, ambientalistas, indigenistas y feministas que coinciden en cuestionar el desarrollo hegemónico actual, compartiendo la búsqueda de cambios que permitan otras relaciones entre personas y naturaleza” (p. 223). Por tanto, la idea se encamina a la revaloración del cuidado del cuerpo en todas sus

dimensiones y su conexión profunda con la naturaleza, convirtiéndose en un movimiento de lucha, identidad y resistencia social.

Concerniente al significado del cuerpo, éste cobra una relevancia importante dentro de estas culturas ancestrales, ya que es considerado como el primer espacio que habita el ser humano como primer territorio de vida. Actualmente, este concepto es clave dentro de los movimientos indigenistas feministas latinoamericanos, debido a que el cuerpo, además de ser una entidad biológica, se considera también un espacio físico, geográfico, político, cultural y simbólico. De ahí que el concepto de *cuerpo-territorio* se convierte en una noción inseparable como un espacio de resistencia, identidad, memoria y poder político para la toma de decisiones autónomas en torno a la defensa del territorio de la vida (García, 2019).

¿Pero qué es el territorio de vida para estas culturas? Para ellos, la comprensión del territorio de vida va más allá de un espacio geográfico. Es el espacio existencial donde confluyen las diversas formas de vidas que se encuentran en íntima interrelación, emergiendo así espacios naturales “como una unidad ecológica fundamental donde se desarrolla la vida en sus múltiples expresiones y formas” (Viteri, 2004, s. p.). Desde esta concepción, son estos pueblos originarios que, al resistirse a las imposiciones dogmáticas imperialistas desde la conquista, se convierten en referentes históricos sociales de resistencia. Estas culturas ancestrales muestran la importancia vital que tiene la Tierra con el ser humano, de esa manera, aportan un sentido diferente al territorio y al cuerpo que dista de la noción capitalista y extractivista que tiene Occidente:

El territorio según la concepción indígena integra los elementos de la vida en toda su diversidad natural y espiritual: la tierra con su diversidad de suelos, ecosistemas y bosques, la diversidad de los animales y las plantas, los ríos, lagunas y esteros. Los ecosistemas naturales son considerados como hábitat de los dioses protectores de la diversidad de la vida [...] el territorio es un concepto que integra lo histórico, lo mítico y el conocimiento de la naturaleza en una visión de vida comunitaria [...] integra nuestra cultura con sus memorias, sus valores, sus instituciones y su religiosidad. Nuestra tradición ancestral nos enseña que el territorio no es un recurso para explotar, es un espacio de vida [Viteri, 2004, s. p.].

Para Haesbaert (2020), el concepto de territorio desde esta perspectiva indigenista permite otras comprensiones [y sentires] que encaminan a la revalorización del territorio, comenzando por el cuerpo íntimo, el cual permite habitar un territorio-mundo (es decir, un espacio físico, geográfico, pero también social y cultural), habitando de esta forma un universo que se interconecta con otras territorialidades: “Todo esto se desdobra hoy dentro de aquello que se designa como pensamiento decolonial, una búsqueda por pensar nuestro espacio y, de alguna forma, el propio mundo, considerando las bases espacio-temporales —la geo-historia— en la que estamos situados” (p. 269).

Desde esta cosmovisión, Ulloa (2021) argumenta que el concepto de *territorio* responde a formas ontológicas y epistemológicas en torno al ser, estar y habitar el mundo. Por ello, se puede comprender la manera de interpretar la vida para estas culturas. La Tierra es así la Pachamama, poseedora de un cuerpo sagrado de donde emerge la vida y, por lo tanto, es el lugar que habitan los seres vivos. En este sentido, el territorio comprende este espacio vital sagrado en donde se desarrolla la existencia individual de las múltiples especies, así como la vida comunitaria. En esta misma vertiente, el cuerpo íntimo representa el espacio físico que habita los seres a través de un cuerpo con cualidades propias. Este organismo está, a su vez, inmerso en un espacio geográfico que se convierte en su hábitat. Este entorno se constituye de múltiples interacciones internas entre la Madre Tierra y el ser humano, haciendo emerger una forma propia de existir con características peculiares a través de la conformación de una cultura, lengua, tradiciones, formas de pensar, estructuras políticas, sociales, etc. Así, la noción de cuerpo-territorio y territorio-cuerpo está íntimamente ligada, cobrando un sentido de identidad y pertenencia para el cuidado de la vida:

El primer territorio de toda criatura es el vientre materno: un mar salino de donde la criatura obtiene su alimento y satisface sus deseos. Con la ruptura del nacimiento, el territorio del bebé se torna en el cuerpo de su madre y, sobre todo, en su seno de amamantar. De allí, este territorio, que fue único y autocontenido, debe establecer relaciones y tomar sustancias de otros “territorios” [Haesbaert, 2020, p. 283].

Para Agredo (2006), “el significado de territorio se basa en su principio de autonomía, no como una situación de dominio sobre un lugar, sino que implica y requiere la posibilidad de la toma de decisiones sobre lo que les pertenece por naturaleza propia” (p. 30).

Esta idea que el autor señala en relación con la autonomía sobre el territorio encamina hacia actos soberanos para ejercer una política diferente de gobernanza que oriente al ser humano hacia el cuidado de la vida. De esta forma, la autonomía debe comprenderse como la capacidad de tomar decisiones sabias en relación con la protección de los espacios del cuerpo-territorio. Desde esta cosmovisión indígena la autonomía del cuerpo-territorio, puede considerarse un aporte epistemológico transdisciplinar importante ya que entrelaza varios conocimientos fundamentales como lo geográfico, biológico, ecológico, alimentario, cultural, político, filosófico y espiritual. Este conocimiento permite una trascendencia importante en la comprensión del cuerpo-territorio para la defensa de una vida más integral y en equilibrio.

Este trabajo nos orienta a cuestionarnos sobre el sentido de la vida y la necesidad de defenderla en todas sus vertientes. Por lo tanto, desde estos aprendizajes alternos descolonizadores, el activismo alimentario se nutre y complementa su quehacer en la lucha por la defensa también del cuerpo-territorio como espacio que sostiene la vida. Así, defender el territorio de la vida representa, desde esta posición, un acto de rebeldía que exige el derecho natural a vivir dignamente, porque la existencia va más allá de vender y explotar el cuerpo humano, así como los bienes naturales ante el capital. Orienta hacia el cuidado individual y comunitario, cuestionando las prácticas cotidianas que atentan contra nuestras territorialidades.

El activismo alimentario permite ir hacia la defensa del cuerpo-territorio en todas sus formas, ya que genera conciencia social para rechazar los modelos que mercantilizan los bienes naturales. Representa, por lo tanto, una propuesta ética en la construcción de una vida social alterna en donde la alimentación no se reduce a mercancía sino en derecho a la defensa de una vida digna y en armonía. En relación con la idea del cuidado del cuerpo como territorio personal, es importante señalar que éste no debe limitarse solamente a la mantención de lo físico en parámetros biomédicos o agro-alimentarios.

Por el contrario, es necesario conocer sus ciclos de vida, sentires y emociones; así como sus múltiples relaciones e interconexiones con la Tierra, el cosmos y otros individuos para hacer emerger una espiritualidad integradora y relacional con el entorno. De esta manera, cuidar el bienestar del espíritu significa mantener el equilibrio y la armonía entre las diferentes dimensiones del cuerpo-territorio, lo cual conecta con el sentido sagrado de la existencia. Esto representaría también un acto de resistencia ante las formas de vida que explotan, fragmentan, silencian y enferman los cuerpos-territorios. El cuidado del cuerpo representa también un ejercicio de soberanía que otorga el poder de autogobernanza para defender y decidir de qué se alimentan nuestro cuerpo y territorialidades.

Reflexiones finales

Los movimientos sociales, visto desde una perspectiva transdisciplinaria, representan una propuesta diferente para enfrentar los problemas sociales derivados del paradigma capitalista. De esta manera, el activismo alimentario en sus múltiples vertientes como la soberanía alimentaria, el buen vivir, el feminismo decolonial, de los cuales emergen la defensa del cuerpo como territorio habitable expresan una forma de resistencia y, a su vez, se convierten en alternativas políticas, económicas, paradigmáticas y espirituales para reorganizar la sociedad y enfrentar los desafíos del presente siglo. Estos activismos, al sostenerse en una visión transdisciplinaria permiten, por lo tanto, integrar múltiples conocimientos tanto disciplinarios como saberes ancestrales, locales y experiencias de vida de los pueblos, para construir un mundo más sensible que se ocupe del cuidado de la vida en todas sus dimensiones.

El deseo de forjar comunitariamente un camino alternativo, construido desde el reconocimiento de la otredad, así como el derecho a una vida digna, impulsa el andar para construir un mundo alternativo, justo, equitativo y sostenible en bienestar del cuerpo y las territorialidades. Así, desde esta visión de los movimientos sociales, se invita a pensar y sentir nuestro cuerpo-territorio para identificar violencias y transformar conjuntamente estructuras sociales que nos dañan. Por ello, es necesario sanar nuestro cuerpo con acciones trascendentales que permitan defender nuestras territorialidades

como espacios sagrados para ejercer el derecho a una vida digna y soberana a través de las demandas a una alimentación sana y equilibrada; cuidado físico, mental y espiritual; horarios de trabajo y salarios justos; respeto a la autonomía e identidad comunitaria, etcétera.

Referencias

- Agredo, G. (2006). El territorio y su significado para los pueblos indígenas. *Revista Luna Azul*, (23), 28-32. <https://www.redalyc.org/pdf/3217/321727225006.pdf>
- Barreda, A. (2007). Crisis actual en la forma capitalista de consumir carnes y demás alimento de origen animal. En J. Veraza (ed.), *Los peligros de comer en el capitalismo* (pp. 83-114). Itaca. <https://editorialitaca.com/wp-content/uploads/Los-peligros-de-comer-en-el-capitalismo.pdf>
- Benach, J., y Martínez, J. M. (2017). La salud bajo el capitalismo. Contradicciones sistémicas que permean la ecumanidad y dañan nuestra mentecuerpo. *Papeles de relaciones ecosociales y cambio global*, 137, 29-56. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5922316>
- Camelo, J. (2020). La auto-explotación como concepto en el capitalismo del siglo XXI. *Ecofran Journal*, 11(25), 1-11. https://www.researchgate.net/publication/344675038_La_auto-explotacion_como_concepto_en_el_capitalismo_del_siglo_XXI
- Correa D., y Carlanchiani, C. (2021). Transdisciplinariedad, transversalidad y modos de formación alternativos. *Revista PACA*, 11, 175-196. <https://journalusco.edu.co/index.php/paca/article/view/3290/4270>
- Flores, G. (2007). Fast food. En J. Veraza (ed.), *Los peligros de comer en el capitalismo* (pp. 119-130). Itaca. <https://editorialitaca.com/wp-content/uploads/Los-peligros-de-comer-en-el-capitalismo.pdf>
- García, L., Jiménez, J., Castañeda, A., y Sánchez, M. (2019). Aportes del feminismo indígena decolonial al Buen Vivir. Un acercamiento de estudio en México. *Argumentos. Estudios Críticos de la Sociedad*, 32(90), 219-236 <https://argumentos.xoc.uam.mx/index.php/argumentos/article/view/1097>
- Garduño, G., Vargas, H., y Moctezuma, S. (2023). *Soberanía alimentaria. Una reflexión educativa desde la transdisciplinariedad, la ecología y los mercados alternativos*. Comunicación Científica. <https://comunicacion-cientifica.com/libros/soberania-alimentaria/>
- González, P. (2019). *Efectos de los plaguicidas sobre la salud humana. Exposición e impactos*. Biblioteca del Congreso Nacional. https://obtienearchivo.bcn.cl/obtienearchivo?id=repositorio/10221/26823/2/Efecto_de_los_plaguicidas_en_la_Salud.pdf
- Gravante, T. (2019). Activismo alimentario y prefiguración política: las experiencias de las redes alternativas alimentarias en la Ciudad de México. *Estudios sobre las Culturas Contemporáneas*, 1(50). <https://www.redalyc.org/journal/316/31661318004/html/>

- Guzmán, M. R. (2022). *Transculturalidad como puente para el diálogo de saberes. Identificación de elementos afines, divergentes y emergentes* (Tesis doctoral. UAEMéx). IESU.
- Haesbaert, R. (2020). Del cuerpo-territorio al territorio-cuerpo (De la tierra): contribuciones Decoloniales. *Cultura Representaciones Soc*, 15(29), 267-301. ISSN 2007-8110. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-81102020000200267yscript=sci_abstractytlng=es
- Han, B. (2012). *La sociedad del cansancio*. Herder.
- Huanacuni F. (2010). *Buen Vivir / Vivir Bien: Filosofía, políticas, estrategias y experiencias regionales andinas*. Coordinadora Andina de Organizaciones Indígenas (CAOI).
- Huanacuni, F. (2025). Epílogo: Vivir bien, buen vivir, Sumak Kawsay, Suma Qamaña. En J. F. Galindo, M. Moser, y W. Gonzales (Eds.), *Vivir bien. Diálogos transculturales e interdisciplinarios entre Latinoamérica y Europa* (pp. 301-318). Iberoamericana Vervuert. https://www.iberoamericana-vervuert.es/capitulos/9783968696973_204.pdf
- La Vía Campesina (2024). *¿Qué es la soberanía alimentaria?* <https://viacampesina.org/es/que-es-la-soberania-alimentaria/>
- Latorre, P. (s.f.). *Globalización, capitalismo y deporte*. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Universidad de Jaén.
- Luengo, E. (coord.). (2012). *La transdisciplinariedad y sus desafíos a la universidad. Interdisciplina y transdisciplina: aportes desde la investigación y la intervención universitaria*. ITESO, pp. 9-26. <https://formacionsocial.iteso.mx/documents/10901/0/D-200400-2.pdf/c25c322f-fd1e-47bf-be55-fa427f2cda6a>
- Murolo, L. (2009). Sobre los estereotipos de belleza creados por el sistema, impuesto por los medios de comunicación y sostenidos por la sociedad. *Question / Cuestion*, 1(22). <https://perio.unlp.edu.ar/ojs/index.php/question/article/view/764>
- Soledad, C. (2016, 20 de septiembre). Alimentación rebelde. *La Jornada*. <https://www.jornada.com.mx/2016/09/20/opinion/016a2pol>
- Ulloa, A. (2021). Repolitizar la vida, defender los cuerpos-territorios y colectivizar las acciones desde los feminismos indígenas. *Ecología Política*, 61, 38-48 https://www.ecologiapolitica.info/wp-content/uploads/2021/07/061_Ulloa_2021zwxq.pdf
- Verza, J. (ed.). (2017). *Los peligros de comer en el capitalismo*. Ítaca. <https://editorialitaca.com/wp-content/uploads/Los-peligros-de-comer-en-el-capitalismo.pdf>
- Viteri, A. (2004, 1 de diciembre). Tierra y territorio como derechos. *Pueblos: Revista de Información y Debate*. <http://www.revistapueblos.org/old/spip.php?article75>