



Pontificia Universidad  
**JAVERIANA**  
Cali

Múkês: Diálogos estéticos en el quehacer gastronómico

Lina Marulanda Beltrán

Proyecto de grado entregado para obtener el título de  
Gastrónoma

Dirigido por  
Sebero Emilio Ugarte Calleja

Pontificia Universidad Javeriana Cali  
Facultad de Creación y Hábitat  
Programa de Gastronomía y Artes Culinarias  
Santiago de Cali  
21 de noviembre de 2025



# Múkês

Diálogos estéticos en el quehacer gastronómico

Múkês:  
Diálogos estéticos en el quehacer gastronómico

Lina Marulanda Beltrán  
Director: Sebero Emilio Ugarte Calleja

Pontificia Universidad Javeriana Cali  
Facultad de Creación y hábitat  
Programa de Gastronomía y Artes Culinarias  
Santiago de Cali  
Noviembre, 2025

## Agradecimientos

*A mi familia, mi mami hermosa, mi compañera de aventuras que atravesó toda experiencia conmigo, que se ofreció cada vez que lo necesité para quedarse conmigo por las noches, por las risas, por las lágrimas y los abrazos de aliento que siempre me recordaban que la extrañeza también tiene un lugar en el mundo y que las cosas siempre tienen la primera vez de hacerse diferente. A mi papá, por el amor incondicional, el apoyo constante, las palabras para seguir adelante y el cariño que siempre me transmitió a lo largo de este camino. A mi hermana gemela, mi maniti, por seguir mi locura y ser la cabeza artística que me inspiró a muchísimas cosas aquí, por haber sacado adelante conmigo la exposición y por darme la compañía más cercana, sin ella esto no hubiera sido lo mismo. A mi novio, por su amor tan gigante, por su apoyo en todo el proceso y por dar siempre lo mejor de sí para ayudarme en cada fase.*

*A mi mejor amiga Valen por la presencia, las palabras, las conversaciones largas y el esfuerzo puesto en todo el proyecto a través del desarrollo de la identidad visual de este sueño llamado Múkês. A Melany, un ser humano magnífico que siempre estuvo ahí para recordarme todo lo bonito que se puede hacer desde el esfuerzo, las cosas distintas y la buena actitud, a mi profe Irene, con la que compartí este proyecto íntimamente y que me motivó siempre a compartir el pensamiento alrededor de la neuro plasticidad y la expresión corporal, porque sí, siempre estuvimos convencidas de que el cuerpo que siente y que se transforma, nunca desaparece. A mi profe Isa, por siempre, siempre estar a mi lado, preocuparse por mí, escucharme atentamente y recordarme que la vida se trata de instantes bonitos que atesoramos grandemente, por recordarme el crecimiento y el talento que ella siempre ha visto en mi y que yo a veces no lograba ver.*

*A mi director Seber, por compartir infinidad de veces tardes de café, desayunos, y noches de esfuerzo detrás de todo esto, porque su dirección fue la mejor guía que pude haber tenido. A él por su paciencia, talento y amor que en cada paso compartió conmigo. Y por supuesto a María, por acompañarme siempre y darme el aliento de seguir adelante pase lo que pase. Gracias infinitas a cada cuerpo que colaboró en este gran proyecto.*

## Tabla de contenido

Resumen .....	4
Abstract .....	4
Introducción .....	5
Planteamiento del problema .....	6
Justificación .....	9
Objetivo general .....	11
Objetivos específicos .....	11
Marco teórico .....	12
<i>La coreografía íntima entre bocado y cuerpo</i> .....	13
<i>Simbiosis de ecosistemas: cuerpo-micelio</i> .....	15
<i>Asociaciones neuronales</i> .....	17
Estado del arte .....	19
Metodología .....	22
Resultados .....	25
Discusión .....	31
Conclusiones y perspectivas futuras .....	33
Referencias .....	34
Anexos .....	38

**Resumen**

En un contexto donde la práctica gastronómica se ha reducido a procesos técnicos y la producción marcada por la eficiencia y la automatización, el presente proyecto busca resaltar la dimensión estética de la gastronomía y con ella el acto de comer a través de una propuesta de creación artístico-gastronómica fundamentada en los hongos macroscópicos del Valle del Cauca y el cuerpo como eje central de la sensibilidad.

*Palabras clave:* Alimento, cuerpo, micelio, gastronomía, comer, estética, transversalidad.

**Abstract**

In a context where gastronomic practice has been reduced to technical processes and production is marked by efficiency and automation, this project seeks to highlight the aesthetic dimension of gastronomy and, with it, the act of eating, through an artistic-gastronomic creation based on the macroscopic fungi of the Cauca Valley and the body as the central axis of sensibility.

Keywords: Food, body, mycelium, gastronomy, eating, aesthetics, transversality.

## Introducción

~ hacia lo más profundo de la tierra

*Atisbos, atisbos minúsculos del corazón escondido,  
entre la oscuridad y los pálidos rayos de luz que atraviesan el gran dosel,  
allí te encuentras pequeño blanco, centro de vida,  
hábitat de las más minúsculas criaturas*

El micelio, estructura de filamentos que conforma los hongos, red magnífica de conexión entre la tierra y el ecosistema, se teje bajo la hojarasca, los troncos caídos, las pequeñas especies y los grandes árboles empinados. Se entrelaza con las raíces de las plantas y forma micorrizas, extensas simbiosis, únicas e íntimas, sostienen procesos fundamentales del planeta a través de diminutos canales subterráneos que oxigenan, descomponen y nutren.

*Míkês* (μύκης) la etimología en griego antiguo de *micelio*, toma lugar en la presente investigación como un hilo conductor para narrar cómo la gastronomía se teje entre diálogos con distintas áreas del conocimiento y se relaciona con *cueros* que habitan, reconectan y sienten en el mundo. Así, el micelio constituye la base del pensamiento rizomático, un modelo que no se basa en jerarquías ni formas lineales, sino que promueve la flexibilidad, los puntos de fuga y la transversalidad. Es *descolocar-se*, *transformar-se* y *vol-ver*, ver al revés entre miradas que insisten ver al derecho.

El gastrónomo entonces es aquel que investiga y transforma la energía vital de la tierra en sustancia que nutre el cuerpo y el pensamiento, su mirada se despoja de la mirada

con ausencia, de los ritmos repetitivos o del tránsito lineal entre caminos. Con su espíritu aventurero y creador, se detiene para observar, probar, mezclar y documentar, tal como un alquimista que trabaja con su *athanor*<sup>1</sup>, místico refugio de la sustancia. Logra establecer una íntima relación con los cuatro elementos ~ fuego, aire, agua y tierra ~ y con ello, los cuerpos vivos del ecosistema que se convierten en materia de transformación.

### **Planteamiento del problema**

Aparte de desenvolverse entre cocinas, la gastronomía constituye un espacio de encuentro, una forma de construir vínculos, se trata de un lenguaje universal, pues es una rama que se despliega en *relatos compartidos* que trascienden lo efímero. En cada comida y pequeña conversación, se tejen historias, memorias y afectos, así, comer se convierte en una actividad de reconocimiento mutuo, un acto de comunión, pues es *habitar el mundo con otros* mientras la sensibilidad es reconocida.

Sin embargo, en la actualidad, el diálogo y relación determinante entre el acto de comer y el cuerpo se ha desdibujado, entonces la sensibilidad pareciera ya no tener lugar entre las servilletas, los cubiertos y los platos. Las personas se sientan en la mesa y levemente observan su comida dirigiendo repetidas veces las manos a la boca. Miran el horizonte al estar solas o pasman sus ojos entre pantallas, esos dispositivos de los que ahora se es tan dependiente, aunque muchas veces ni siquiera <<*hay tiempo*>> para dedicar a la comida, porque después de todo pareciera que *comer* solo se trata de una necesidad primitiva.

---

<sup>1</sup> También llamado *Piger Henricus* es “es el horno alquímico donde las energías inferiores son transformadas en superiores mediante la acción purificadora del fuego” (Quintero, 2021, p. 5).

En este contexto, a través del *boleo*<sup>2</sup> de los restaurantes o franquicias de venta de comida rápida, se articula un mecanicismo en tareas repetitivas e inmediatez que ejemplifican una tendencia a la velocidad de ejecución y entrega, pues la optimización de las experiencias gastronómicas se traduce en un esquema donde lo más rápidamente cocinado y entregado a un cliente asegura una mejor posición en el mercado. Esto, además de *uniformizar* comportamientos, introduce una lógica de consumo en sintonía con un dinamismo social, que según el sociólogo George Ritzer (1996) marca el ritmo acelerado del comercio en favor de la eficiencia en la que prima la masificación y por tanto, una pérdida de conexión con el entorno y el propio cuerpo.

La monotonía y el afán de la medición de resultados y optimización de procesos, hace que el momento de *comer* no se conciba con mucha relevancia y por el contrario se trate como una actividad simple y automática, de manera que “Nos acostumbramos a lo previsible eliminando la sorpresa y la diversidad que enriquece la vida cotidiana” (Café Kyoto, 2025). El cuerpo se desarticula de la acción de comer y en su adoctrinamiento con el mercado se ajusta a la tendencia por la productividad en la que pasa a ser un objeto dócil que se ajusta a la dinámica comercial, un marcador de ganancias o pérdidas que establece si una empresa debe cambiar o mantener una dinámica para seguir atrayendo masas de personas que no buscan más que *performatizar* ritmos y estilos de vida en pro de lo *cool* contemporáneo.

---

<sup>2</sup> Es una expresión coloquial que hace referencia a “muchas tareas en poco tiempo” o para “indicar que hubo mucho trabajo y mucha gente” (Diccionario Colombia, 2020) aunque también se refiere a un “trabajo o actividad que implica ir de un lado para otro” según la Asociación de Academias de la Lengua Española (2010).

Este fenómeno que Ritzer (1996) denomina ‘La Mcdonalización de la sociedad’, describe cómo los establecimientos de comida rápida y otros negocios fuera de la industria alimentaria adoptan los principios fundamentales del funcionamiento de McDonald’s a saber, la rapidez y la eficiencia. (Ritzer, 1996). Este modelo se ha convertido en un símbolo arraigado del progreso comercial desde el siglo XX, pues su base se encuentra en la racionalización weberiana<sup>3</sup>, un proceso que, identificado un tiempo antes en el estudio de las sociedades modernas del siglo XIX, sugiere que los humanos están en riesgo constante de quedar atrapados dentro de sistemas inhumanos y deshumanizadores, impulsados con el progreso de las máquinas y las nuevas tecnologías.

La gravedad de la dependencia con la máquina y los nuevos modelos, disipan la conciencia del humano con su propio cuerpo y rompen la *sensibilidad* con el entorno y el alimento que es casi que *embutido* en la rapidez de la acción de consumo. De aquí que el cuerpo sea presentado como una extensión de la máquina (ver anexo 1). El progreso es visto entonces como una utopía de la comodidad pues la aparente facilidad y confort que se encuentra en la inmediatez del consumo, resulta ser el rasgo de una sociedad desconectada.

Por otro lado, al centrarse en el desarrollo de recetas y generalmente articular lo estético solo al campo visualmente atractivo, el quehacer gastronómico acentúa un enfoque en el resultado, alejándose de otras dimensiones más allá del ciclo productivo. Lo anterior, desemboca en una visión incompleta de los alcances reales de la gastronomía y su relación profunda con el cuerpo y la estética en diferentes ejes. Como señala Méndez (2024), “Más

---

<sup>3</sup> Entendida como un “proceso histórico de alcance universal (...) se extiende al total de las esferas de la vida” y se basa en el diagnóstico de Max Weber de la sociedad moderna que aplica formas racionales como el capitalismo y la burocracia. (Trovero, 2012).

allá de las perspectivas del funcionalismo nutricional o de las dinámicas comerciales alrededor de la comida, la alimentación humana entraña múltiples significados que se construyen en los escenarios sociales. Comer es un acto profundamente estético, y cocinar, es una de sus mayores expresiones.” (p. 2).

De acuerdo a lo anterior, pensar en preguntas como ¿qué sacrificamos con la eficiencia? y ¿cómo afecta esta focalización al acto de comer? Introduce la importancia de dar lugar al diálogo y complejidad de una acción aparentemente simple que se conecta de forma intrínseca con la vida. Por ello, tratar de desarraigar la creencia general de la gastronomía ligada sólo a la acción de cocinar y alimentarse per se, implica cuestionar lo que en realidad significa *comer* desde un determinado cuerpo que es partícipe y protagonista de dicha acción, pues su experiencia no se reduce a un acto de nutrición, sino a un *ritual íntimo* asociado a la cultura y sensaciones corporales, un diálogo estético que pone en consonancia los cuerpos *sensibles* con los entornos integrados en el alimento.

### **Justificación**

Como se ha visto antes, comprender esta dimensión sensible y relacional del acto de comer resulta fundamental porque, a pesar de su presencia constante en la vida cotidiana, ha sido sistemáticamente reducida a categorías funcionales dentro del discurso académico y social. Por ello, el presente trabajo nace de la necesidad de recuperar poco a poco esa complejidad perdida, de la motivación por hacer las cosas distinto – en la transversalidad<sup>4</sup> – , y además, dar cuenta del diálogo estético que se gesta alrededor del quehacer

---

<sup>4</sup> entendida como un *cruce perpendicular* “que atañe a distintos ámbitos o disciplinas” (RAE, 2025), lo transversal no se agota en la línea, sino en el cruce entre vías que van en direcciones paralelas. Dejar lo paralelo es precisamente donde nace la semilla de la creación.

gastronómico, un diálogo que mucho tiene que ver con acoger al propio cuerpo; en expresión, emociones, desahogo, ataduras o destrezas, ese torbellino que irrumpe, descoloca y transforma – maneras de habitar el mundo que nos hace seres llenos de vida.

Por ello, es vital comprender que esta sensibilidad también tiene una aproximación fisiológica – que no se agota en considerar el acto de comer como una necesidad corporal – sino que se integra como una de las maneras en las que el cuerpo habla. La digestión es un lenguaje, una manera de comunicar al interior por medio de la boca lo que ocurre en la vida, de gesticular un mensaje, un sistema que alimenta y que pronuncia. A través del *eje cerebro-intestino*<sup>5</sup> se gesta una de las relaciones más íntimas, se logra la conexión neuronal con el vínculo afectivo y la respuesta corporal. Comemos para sentir, para darnos cuenta que a veces la comida entra al cuerpo con dificultad y otras veces con el mayor de los gustos. Pero de eso se trata, pues no somos monótonos, somos expresivos:

*“por medio del comer, transformamos el cuerpo del mundo en el cuerpo que somos. Comemos y pertenecemos (...) siempre gracias a la simbiosis planetaria. Comer nos permite integrar y ser integrados por el entramado de relaciones que constituye y sostiene la vida.” (Consuegra, 2021, p. 30).*

De aquí que el cuerpo pueda entenderse como *aquello que es habitado por lo gastronómico y lo culinario*<sup>6</sup> pues es un organismo que participa activamente en la transformación del

---

<sup>5</sup> “el sistema de comunicación en doble vía entre el sistema digestivo (intestino) y el sistema nervioso (cerebro y espina dorsal)” (Steffens, 2023).

<sup>6</sup> Lo gastronómico hace referencia al estudio de “la relación entre la cultura y la comida (...) El término nace de la unión de dos palabras griegas: *gastros* (estómago) y *nomos* (conocimiento)” (Muzeum Gastronomie, 2013). Por otro lado, lo culinario también llamado – *arte culinario* – es aquello “perteneciente o relativo a la cocina” y referente al “arte de cocinar” (Diccionario de la Lengua Española [DEL], 2019; Real Academia de la Lengua Española [RAE] 2024), por lo que está relacionado con la técnica y la creación en la preparación y presentación de los alimentos en un plato.

alimento y que, a través de esa transformación, se reescribe. La relación cuerpo – alimento – ecosistema emerge entonces como un tejido indivisible, donde cada ingestión reitera nuestra pertenencia a un mundo que nos sostiene.

### **Objetivo general**

Reconocer la relación estética entre el cuerpo y el alimento a través de una composición transversal basada en el foodpairing y los hongos macroscópicos de bosque en el Valle del Cauca para las áreas de humanidades, arte y ciencias naturales de la Universidad Javeriana Cali.

### **Objetivos específicos**

1. Explorar ecosistemas de bosque en el Valle del Cauca con el fin de identificar hongos macroscópicos y registrar sus características morfológicas y contextos ambientales.
2. Conectar los hongos macroscópicos de bosque con la experiencia estética del cuerpo y el alimento a través de mapas de combinaciones organolépticas y la asociación con la creación y reflexión en distintos lenguajes.
3. Tejer un diálogo transversal que articule humanidades, arte y ciencias naturales para comprender de manera consciente la relación entre cuerpo, alimento y ecosistema.

## **Marco teórico**

La comprensión de la relación entre cuerpo, alimento y entorno requiere un sustento conceptual que permita abordar su complejidad desde distintas perspectivas. Por ello, este apartado recorre tres dimensiones que, aunque distintas, convergen en la idea de la gastronomía como un espacio de diálogo estético. En primer lugar, se exploran las aproximaciones estéticas al ritual cotidiano de comer, atendiendo a la sensibilidad, el gusto y los gestos íntimos que conforman la experiencia alimentaria. Luego, se amplía la mirada hacia las relaciones simbióticas entre cuerpo y territorio, situando a los hongos macroscópicos de bosque – y a los ecosistemas que habitan – como parte de una red vital que mucho tiene que ver con la relación con el propio cuerpo y los cuerpos que habitan los espacios. Finalmente, se aborda el eje cerebro–intestino como una profundización fisiológica que revela cómo los procesos digestivos participan en la construcción de emociones, decisiones y experiencias sensibles.

Juntas, estas tres aproximaciones ofrecen la base conceptual para comprender por qué los vínculos entre estética, cuerpo y ambiente son esenciales para reconectar con la sensibilidad y acoger las diversas expresiones en pequeños detalles de la vida cotidiana. Así, los ejes cuerpo-alimento, cuerpo-ecosistema y cuerpo-alimento-ecosistema constituyen el fundamento central de la investigación pues convocan al pensamiento a volver al cuerpo, a la escucha atenta de sus gestos y a la manera en que estos revelan la presencia del mundo en cada bocado, la experiencia de comer se revela así como un acto compartido con la vida que nos sostiene.

### ***La coreografía íntima entre bocado y cuerpo***

Hay actos que, aun siendo cotidianos, resguardan una intensidad que solo se percibe cuando se les presta verdadero cuidado. Comer es uno de ellos. En el roce entre el bocado y el cuerpo se despliega una relación que no siempre se atiende, pero que sostiene un mundo entero de memorias y afectos entre personas, esa relación, tan cercana y a la vez tan profunda, revela la dimensión estética que habita incluso en las prácticas más simples.

Esa capacidad de *transportar y movilizar* que tienen las recetas, las atmósferas de cada cocina con utensilios heredados, ollas hundidas, tazas picadas, cubiertos torcidos, un pequeño fregadero, estufas cargadas de tizne o el amor a través del cuidado de un ser querido al preparar una comida, representa cada uno de los rituales que versan en torno a la autenticidad de una persona. Dejan ver su profundidad a través de aquello que la conecta con el mundo, aquello que le permite hacer nuevamente las cosas por fuera del *modo automático*. Tal como sentarse en un campo a observar el atardecer, tender el cuerpo en el suelo mientras se escuchan las hojas de los árboles y la brisa, o reír mientras se comparte una merienda con alguien especial.

La comida permite recuperar la humanidad que se disipa fácilmente entre lo inmediato, donde no cabe detenerse ante las hojas amarillas que caen de los árboles, el músico que improvisa en la calle o los detalles en el trazo y pinceladas de una pintura. Al igual que estos momentos, las composiciones culinarias acentúan la conexión con el cuerpo y dotan al *comer* un significado único. En este marco, el ritual es entendido como una serie de acciones que se repiten con un valor simbólico o representativo para una cultura pues tiene una función integradora y sociológica que acoge una cosmovisión (Giove, 2017).

La ritualidad en el alimento implica transformar el comer en un acto intencional, y como todo rito, deja de ser un simple hábito para convertirse en una acción capaz de detener el tiempo e integrar los sentidos, tiene la capacidad de representar símbolos y de ser un elemento identitario fundamental, como afirma la activista y comunicadora alimentaria Maria Alejandra Carrillo “Un rito en el comer contiene simbolismos que no debemos perder, porque lo simbólico y lo ritual se fomentan mutuamente y fortalecen lo humano. Que trascendental y significativo es comer, con sabor a esperanza y recuerdo.” (Panccini, 2025). El símbolo en la cultura representa un significado, un valor especial, tiene la capacidad de conectar con el interior de una persona, en ocasiones tan profundamente que resulta inefable.

*“La comida reúne, permite rebobinar las cintas de una vida, conecta de forma inefable con los recuerdos, determinados minutos que deciden congelarse por un tiempo como témpanos de hielo en el glaciar y que de repente, con la intensidad y calidez de un sabor, como el sol que se asoma algunas veces entre el frío y la nieve, logran transformarse, desprenden lentamente sus partes entre las aguas heladas, y de un momento a otro, se asoman con un hálito de nostalgia en la mente.”*

En esta trama de símbolos y memorias, el ritual se sitúa como un puente entre lo emocional y lo gustativo, le otorga al acto de alimentarse una densidad que no se limita a la sensación inmediata, sino que involucra formas de percepción en las que cuerpo, pensamiento y biografía se entrelazan. El gusto, lejos de reducirse a un estímulo material, se revela como un canal de interpretación del mundo, un espacio donde convergen la

historia personal, la cultura, el estado de ánimo y las expectativas de quien prueba, “es un canal de percepción, no es solo un sentido (...) percibimos todo como un todo en una experiencia (...) no se trata solo de sentido y percepción, también se trata de pensamiento (...) lo que saboreamos está moldeado por los antecedentes biográficos de cada catador (...) por lo que también sería reductivo considerar el gusto solo como algo material (...) algo que solo tiene que ver con el cuerpo y la materialidad, el gusto es tanto sensual como espiritual”. (Dare to Know!, 2021)<sup>7</sup>

De manera que, esta dimensión estética, tan silenciosa como persistente, recuerda que comer no es sólo percibir, sino entrelazarse. Y es precisamente en estos pliegues que se hace visible la trama que une personas, territorios y temporalidades.

### ***Simbiosis de ecosistemas: cuerpo-micelio***

El cuerpo no solo se relaciona con el entorno: lo prolonga. Cada gesto, cada alimento y cada respiración confirma que somos parte de una trama que se extiende bajo nuestros pies y que sostiene la vida en silencio. Esta pertenencia se manifiesta de manera concreta en la relación con el suelo, un espacio vivo que sostiene la vida humana a través de sistemas en mayor medida microscópicos pero fundamentales. Dentro de estos sistemas, los hongos ocupan un lugar central por su capacidad de establecer asociaciones particulares que favorecen el equilibrio del ecosistema. La micología los estudia como organismos que, lejos de ser marginales, cumplen funciones estructurales a través del micelio, descomponen materia y mantienen la fertilidad y la interdependencia entre especies.

---

<sup>7</sup> Palabras del filósofo y profesor de estética de la Universidad de Ciencias Gastronómicas en Pollenzo, Italia Nicola Perullo. Traducción propia al español de cita original en inglés.

Esta red estructural que conforma el micelio no solo permite a los hongos extenderse bajo tierra, sino que constituye una de las formas más complejas e influyentes de conexión entre organismos. A través de sus hifas – filamentos microscópicos que crecen, se ramifican y exploran el entorno – el micelio actúa como un tejido sensible que detecta cambios en la humedad, la presencia de nutrientes, compuestos químicos y señales eléctricas. (ver figura 1). Por ello, a diferencia de otros microorganismos que actúan en rangos localizados, el micelio puede extenderse por hectáreas enteras, interconectar raíces de múltiples especies vegetales, comunicar señales químicas, redistribuir agua y nutrientes, e incluso modular el comportamiento de las comunidades bacterianas cercanas (Nomad Adventures, 2024).

### **Figura 1**

*Fotografía microscópica del micelio de champiñón*



Fuente: Ladera Sur (Droppelmann, 2022)<sup>8</sup>

---

<sup>8</sup> Fotografía con cámara digital Olympus de Robert Hille.

Esta red subterránea no solo sostiene microorganismos invisibles: también da origen a los hongos macroscópicos que emergen en los bosques como la expresión visible de ese tejido vivo. En regiones como el Valle del Cauca, estudios recientes han documentado una notable diversidad de macromicetos<sup>9</sup> asociados a bosques andinos y subandinos (García Lemos et. al., 2023), lo que evidencia la vitalidad ecológica del territorio y su amplia red de interdependencias. Estas fructificaciones forestales revelan la riqueza fúngica del territorio y la estrecha relación entre suelo, clima y biodiversidad local. Esto es de vital importancia porque permite dar cuenta de una diversidad poco conocida en la región que constituye el punto de partida de la relación con los cuerpos que puede gestarse al explorar, conocer y *reconocer-se* en territorios cercanos.

Al establecer una conexión con la tierra y todo este tejido de comunicaciones a través de los hongos, se revela cómo el cuerpo, al nutrirse del suelo, prolonga y recrea en su interior los mismos principios de interdependencia que rigen bajo la tierra. Al digerir, el cuerpo interpreta, transforma y se deja afectar por aquello que viene del suelo. El cuerpo humano – al igual que el vegetal – participa de tramas que lo conectan material y simbólicamente con otros cuerpos, visibles e invisibles, que habitan el mismo territorio pues son sistemas abiertos que intercambian materia y significado.

### ***Asociaciones neuronales***

Hasta ahora se ha hablado de la manera como se puede reconocer la relación entre el cuerpo y el alimento a través de las múltiples posibilidades de repensar el quehacer gastronómico y la acción cotidiana del comer al considerar esta acción como un ritual

---

<sup>9</sup> Hongos macroscópicos.

íntimo fundamentado en la estética y que ocurre entre múltiples interacciones con la naturaleza, más precisamente, entre la tierra, el hongo y el micelio, estructuras similares a las redes de comunicación del cuerpo humano entre el intestino y el cerebro.

Asimismo, resulta fundamental profundizar en el concepto del eje intestino-cerebro (brain-gut axis), ya que la interacción entre los microorganismos del tracto digestivo y las neuronas ubicadas en el epitelio intestinal ofrece una comprensión más precisa del cuerpo como un espacio habitado por lo gastronómico y lo culinario, y además, permite amplificar la relación cuerpo-bioma. Los alimentos que son ingeridos no solo nutren, sino que también configuran un ecosistema interior dinámico, que se transforma entre reacciones físicas y químicas, y está sujeto a constantes cambios y adaptaciones. El llamado eje cerebro–intestino describe la comunicación bidireccional entre el sistema nervioso central, el sistema nervioso entérico y el microbioma que habita el tracto digestivo. A través de señales químicas, hormonales y neuronales, este eje integra funciones digestivas, estados emocionales y respuestas fisiológicas, demostrando que el acto de comer nunca ocurre de forma aislada.

En este sistema de comunicación, la vida pequeña – el microbioma intestinal – funciona de manera particularmente similar a las micorrizas entre el hongo y la planta. Cuando los alimentos llegan al tracto digestivo y son envueltos entre los jugos gástricos, pasan al tracto intestinal donde en la mayoría de los casos permanecen por la mayor cantidad de tiempo de la digestión. En el intestino, los alimentos son conducidos a través del epitelio (vellosidades) con un recubrimiento húmedo llamado *mucosa*, una membrana protectora que permite entre otras cosas, el tránsito y absorción de los nutrientes que poco a

poco se sintetizan en partículas más simples que pueden viajar a través de la sangre a diferentes órganos del cuerpo otorgando energía (Labster, 2022; Basterrechea, 2024).

En este ecosistema, los microorganismos actúan como agentes que posibilitan la digestión y además se asocian con las neuronas cercanas a las paredes del epitelio para enviar reacciones nerviosas al cerebro sobre la disposición frente a un alimento, una emoción emergente e incluso recuerdos que resuenan con vivencias nostálgicas.

Este tipo de asociación con la sensibilidad humana permite entender cómo es que el nivel microbiano de agentes que habitan en el tracto digestivo es significativamente mayor que en otras partes, según Enders (2024) “Nuestra microbiota intestinal llega a pesar 2 kilos y alberga unos 100 billones de bacterias, Un gramo de heces contiene más bacterias que seres humanos hay en la tierra” (p. 172), de aquí la relevancia entre ese diálogo entre lo sensible y el cuerpo, pues toda esta comunidad compleja de microorganismos pueden afectar funciones fisiológicas, comportamentales y cognitivas. (Wang & Wang, 2016)

### **Estado del arte**

La vertiginosa velocidad de la vida contemporánea contrasta fuertemente con la necesidad de una pausa atenta para apreciar la complejidad, tanto de una obra de arte como de una experiencia gastronómica profunda. En este entramado, donde la sensibilidad se encuentra en la pausa, hay quienes hoy aún pueden hallar un escape para intentar transmitir a los demás la gastronomía como una reconexión con la vida. Se tropiezan y se abren paso entre el torbellino de gestos automáticos, observan un entrelazamiento infinito entre el pensamiento y el sentido, y entonces, traducen todo esto a un ejercicio crítico, riguroso e investigativo que desemboca en obras gastronómicas majestuosas. Un ímpetu que no está

dado primordialmente por la grandeza, ni por la composición compleja o el uso de insumos ‘exóticos’, sino por caracterizar obras que se toman la vida desde las cosas simples; la posibilidad de volver a sentir el cuerpo que es habitado por lo gastronómico y lo culinario en función del bioma, como un camino para reconectar con la esencia de la vida.

Así, adquieren sentido propuestas de renombre internacional como el restaurante vasco Mugaritz o el restaurante danés Alchemist que comparten conceptos atrevidos y vanguardistas, y buscan aproximar a las personas de forma no convencional a la gastronomía con el fin de afianzar la exploración por aquella sensibilidad de un cuerpo que se transforma y es transformado por el alimento. Al promover experiencias gastronómicas experimentales, Mugaritz y Alchemist, en palabras del chef español Andoni Luis Aduriz; “comparten la misma pulsión que los empuja a hacer lo que hacen en el mundo culinario. Ese impulso es hacer de la gastronomía un vehículo para crear emociones, confrontar nuestros prejuicios y hacernos repensar la realidad en la que vivimos” (Hellochefs, 2022).

Sus proyectos en cada temporada favorecen a la pausa, desafían el pensamiento crítico y como un juego mental, son capaces de sacar al cuerpo de la rutina de repetición para favorecer y propiciar diálogos; en sus espacios cabe cuestionarse, rechazar, enojarse e incluso retirarse de la experiencia con la comida, pues no se estandariza la reacción de una persona a un plato resultado de investigación, sino que se da lugar a la sensibilidad por fuera de esquemas, prejuicios o limitaciones. El espacio culinario se convierte entonces es un taller artístico donde el comensal dicta a su manera la forma de proceder de la experiencia, interviene en el performance como un colaborador más de la obra de arte e incluso deja en sus manos el desenlace. Es observado por la creación gastronómica,

atrapado por el ecosistema en diminuto que ha sido recogido y dispuesto cuidadosamente en frente suyo, y se deja tocar por la síntesis de ingredientes expuestos ahí.

Esta cuestión, resuena con el rol de la gastronomía como aquella disciplina que es capaz de conectar cuerpos y hacer posible transformaciones a través de los alimentos. De esta forma, el sentido de pensar sobre el problema de la desconexión de las personas con su sensibilidad, reposa sobre la importancia del diálogo entre la comida y el cuerpo que ha de ser tomado en cuenta para dibujar una imagen enriquecida del quehacer gastronómico.

En esta misma línea de experiencias que buscan reconfigurar la relación entre cuerpo, alimento y percepción, se encuentra el *Museo del Hongo* (2025), una iniciativa chilena que trasciende los límites de lo museográfico tradicional. Lejos de presentar el hongo solo como organismo biológico, el proyecto lo convierte en un dispositivo cultural y sensorial que invita a reconsiderar nuestra dependencia íntima con los mundos microbianos. Sus exposiciones itinerantes – que combinan arte, ciencia y gastronomía – proponen una aproximación donde el visitante no solo observa, sino que *entra en contacto* con la lógica del micelio: esa red silenciosa y colaborativa que sostiene los ecosistemas y, metafóricamente, también nuestras vidas.

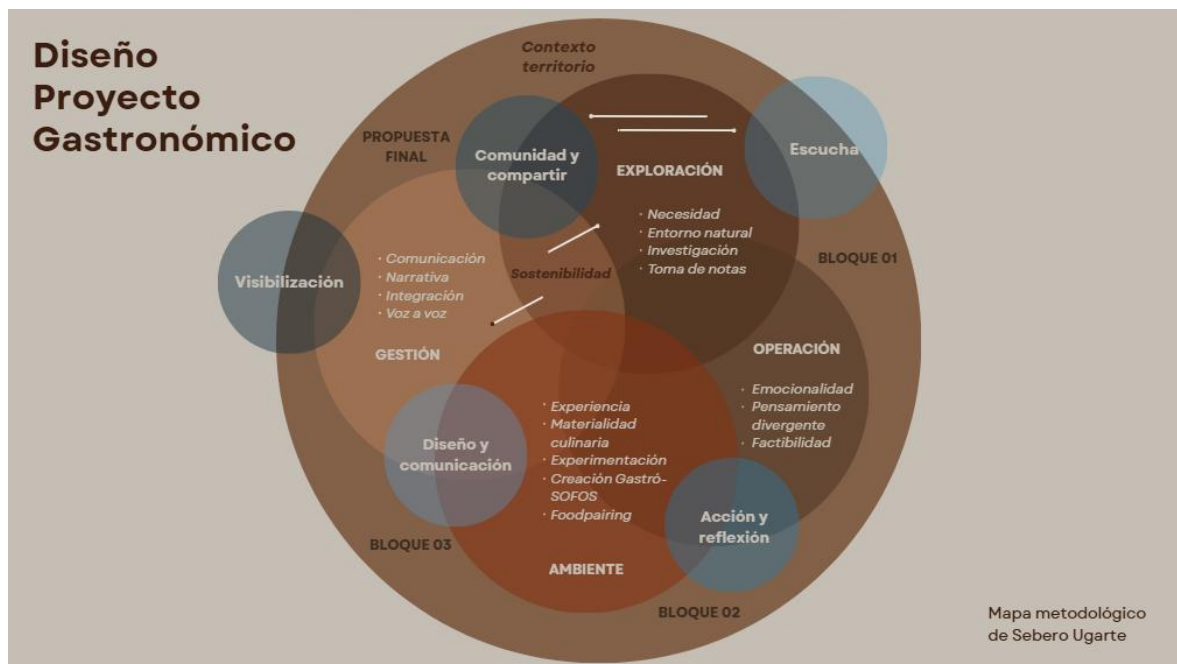
El Museo del Hongo, al desplazar el foco desde el plato hacia el sustrato invisible que posibilita la vida, amplía el horizonte de la sensibilidad gastronómica. No demanda una reacción concreta, sino que habilita un espacio para contemplar cómo lo que comemos emerge de relaciones *simbiotizadas* entre cuerpos, suelos, hongos y tiempos. En ese gesto, sugiere que la gastronomía no empieza en la cocina, sino en la interacción profunda con aquello que sostiene la existencia, abriendo una vía para imaginar prácticas culinarias situadas, conscientes y relacionales.

## Metodología

Para el desarrollo de este proyecto se adoptó la Metodología de Diseño de Proyecto Gastronómico (PDG) propuesta por Sebero Ugarte, un marco que entiende la creación culinaria como un proceso integral donde convergen territorio, sensibilidad, investigación y diálogo con la comunidad. Esta metodología se estructura a partir de cuatro grandes componentes – Exploración, Operación, Ambiente y Gestión – que se entrelazan entre sí y permiten transitar desde la exploración inicial hasta la formulación de una propuesta final coherente y situada teniendo en cuenta la transversalidad y el flujo continuo. (ver figura 2).

Figura 2

*Mapa metodológico acoplado al proceso realizado*



Fuente: Elaboración propia.

El proceso comienza con una fase de exploración que parte de la necesidad, la observación del entorno natural y la investigación directa. Aquí la escucha no es solo auditiva: es una disposición a comprender el territorio, registrar impresiones y tomar notas

que reflejen tanto lo visible como lo sensible. Este bloque establece la base del proyecto, pues permite reconocer las condiciones, historias y ritmos que influyen en la experiencia gastronómica.

Esta primera fase se articula con el objetivo específico 1 a saber:

*Explorar ecosistemas de bosque en el Valle del Cauca con el fin de identificar hongos macroscópicos y registrar sus características morfológicas y contextos ambientales.*

Pues a través de cuatro salidas de campo; Parque de la salud de Pance, La reserva Bachué en el Parque Nacional Natural Farallones de Cali, El Bosque de Niebla de San Antonio en la vía al km 18 y El corregimiento de VillaCarmelo en conjunto con el director Sebero Ugarte y el biólogo Alfredo Abrahan Rojas, docente de la Universidad Javeriana Cali, se lograron visibilizar más de 60 especies de hongos macroscópicos comestibles y no comestibles para identificar familias y hacer registros en bitácora de las características de los entornos (ver anexo 2).

En la segunda fase de operación, se articula la emocionalidad, el pensamiento divergente y la factibilidad. Es el espacio donde la experiencia, la materialidad culinaria y la experimentación dialogan con la creación gastronómica. Aquí es donde emergen los primeros prototipos, pruebas y asociaciones entre ingredientes, siempre en un proceso iterativo donde cada acción es evaluada y resignificada.

De manera que aquí se integra el objetivo específico 2 a saber:

*Conectar los hongos macroscópicos de bosque con la experiencia estética del cuerpo y el alimento a través de mapas de combinaciones organolépticas y la asociación con la creación y reflexión en distintos lenguajes.*

Aquí, es donde se incorpora el *foodpairing*, una herramienta contemporánea que utiliza mapas de combinaciones aromáticas para desarrollar creaciones culinarias únicas y coherentes. El *foodpairing* parte de un principio sencillo: los ingredientes que comparten compuestos aromáticos similares tienen alta afinidad entre sí. (Coucquyt, et. al) Por ello, a partir de la revisión de distintos mapas de combinaciones (ver anexo 3 y 4) y relaciones entre datos sensoriales testeados en pruebas con hongos de campo, se construyó integralmente una propuesta de producto culinario que refleja combinaciones inesperadas, nuevas y sensorialmente armónicas entre algunas de las especies de hongo encontradas en campo; pleurotus y trametes. Esta sincronía también permitió trabajar con el *micelio*, un componente fundamental de la estructura del hongo que es poco usado en las creaciones culinarias. Para llegar a ello se realizaron distintos mapas, dibujos y pruebas de ideación como parte integrada del *food thinking* (ver anexo 5).

En la tercera fase de ambiente, para seguir con una propuesta integrada con los hongos macroscópicos de bosque en el Valle del Cauca y aterrizar el diálogo de la gastronomía entre disciplinas, se realizaron los primeros esbozos de una híbrido de creación que no solo incorpora una creación culinaria (como se aborda a través de la fase dos) sino que se traslada el pensamiento al campo artístico y biológico. Se empieza a pensar en elementos que integren el cuerpo a través de la biología y el arte como formas en las que es posible el reconocimiento y la reconexión con la sensibilidad en el cuerpo. (ver anexo 6)

Por ello, esta fase incorpora el objetivo específico tres, a saber:

*Tejer un diálogo transversal que articule humanidades, arte y ciencias naturales para comprender de manera consciente la relación entre cuerpo, alimento y ecosistema.*

El cumplimiento de este objetivo, logra dar forma constitutiva a la creación Gastró-SOFOS, una creación en 3 ejes que, inspirada en la figura del gastrósofo como alguien que se dedica a pensar y conectar la alimentación con la vida y el territorio, integra los ejes fundamentales; cuerpo-alimento, cuerpo-naturaleza y cuerpo-alimento-naturaleza.

La última fase de gestión articula así las conversaciones que se tejen y que son continuas con la propuesta creada, de manera que la investigación no se agota en el resultado obtenido sino que despierta la sensibilidad para posibilitar otros caminos de ver la vida y de transitarla.

## **Resultados**

Los resultados del proyecto emergen como la materialización directa del proceso metodológico descrito. Cada fase —exploración, operación, ambiente y gestión— dejó huellas concretas en la forma de registros, decisiones, prototipos y creaciones que se consolidaron en tres productos finales: un producto culinario, un fanzine y una exposición artística con performance. Estos resultados no son piezas aisladas, sino expresiones complementarias de un mismo proceso que comenzó en el territorio, se profundizó en la experimentación sensorial y se expandió hacia lenguajes artísticos y reflexivos. A continuación, se presenta cómo cada fase metodológica dio lugar a producciones específicas y cómo estas, en conjunto, configuran la creación Gastró-SOFOS, núcleo integrador del proyecto.

### *1. Fase de exploración*

En las salidas de campo, se evidenció una gran magnitud de hongos macroscópicos (alrededor de 80 especies) en las que se identificaron géneros como *Auricularia*, *Pleurotus*, *Tremella*, *Trametes*, *Xylaria*, *Cordyceps*, *Lepiota* y macro *lepiota* y trompetas negras y rojas. Aunque las salidas eran primordialmente para conocer las poblaciones y los hábitats comunes, también se pudieron reconocer especies de plantas, árboles y animales como semillas de pino colombiano, tomates y moras silvestres, y tarántulas negras peludas.

Cada una fue marcada por una altitud máxima, referente fundamental para todo el proceso. La primera salida, El parque de la salud de Pance, se ubica alrededor de los 1.250 m.s.n.m. y se encontraron especies bastante comunes de hongos de la zona andina colombiana. La segunda salida, en la Reserva Bachué a 1.830 m.s.n.m. por la temperatura más templada y temporada lluviosa, tenía presencia de hongos raras veces vistos en el territorio y que tenían características físicas particulares; consistencias babosas, alojados en insectos como larvas o gusanos o con colores intensos. La tercera y la cuarta salida, agrupadas por su similitud ecosistémica y de altitud, El bosque de Niebla de San Antonio y El corregimiento de VillaCarmelo, tenían presencia más escasa de hongos, pues a diferencia de las otras, se lograron visibilizar menos de la mitad de la cantidad promedio vista hasta el momento. A una altitud máxima alcanzada de 2.181 m.s.n.m. en el Bosque de Niebla de San Antonio, se logró evidenciar el clima óptimo de los hongos, pues cuando estos son escasos quiere decir que el ecosistema está en un mayor equilibrio, según el biólogo que nos acompañó, encontrar especies comunes en gran magnitud solo es un indicador de la intervención humana a un entorno explotado.

Es importante destacar que en esta fase fue importante reconocer la transformación del paisaje pues el daño colateral de acciones como la deforestación o la contaminación ha hecho que dos de las zonas hayan sido zonas identificadas como zonas de transición, un aspecto que hace ver que la diversidad presente es en un alto porcentaje inducido por guardabosques y programas de conservación que se han dedicado en los últimos años a restaurar el paisaje.

## 2. Fase de operación

De acuerdo a lo observado y documentado a través de distintas bitácoras de exploración, se llegó a un producto culinario en tres ejes que narra cómo se articula el ecosistema de la naturaleza a la creación. A través de diversas pruebas y testeos alrededor de hongos con notas organolépticas similares a los encontrados en campo, se llegó a un producto que dividido en tres componentes que integra preparaciones en el estilo *Finger food* o *formato degustación* que hablan sobre las tres altitudes que se destacan de las salidas; 1.250 m.s.n.m, 1.830 m.s.n.m y 2.181 m.s.n.m. y que consisten en una entrada de mantequilla de champiñones con pan brioche, un plato fuerte de yemas de huevo curadas con salsa demi-glace de orellanas y un postre de micelio en grano envuelto en papel de arroz con panal de abejas y crispeta.

Para llegar a la creación, se realizaron diversos mapas del plato que permitieron determinar ajustes en los equilibrios de sabor (pues sobre todo con la yema de huevo se identificó que al curarla con sal dejaba un sabor invasivo y desagradable), de manera que se probaron diversas formas de curado hasta llegar al curado con miel, salsa de soya y otros componentes como tomates Cherry, orégano, sésamo blanco, cebollín y ajos.

Como la intención con el plato también gira en torno a la gastronomía que no se agota en la preparación culinaria, los platos fueron diseñados (en menaje) por la estudiante de

Artes Visuales de la Javeriana Laura Marulanda Beltrán, quién moldeó en arcilla platos no convencionales (de forma irregular y pliegues pronunciados) a través de la idea de cada plato distinto por cada cuerpo distinto representando no solo la metáfora de la tierra sino de los pliegues del hongo que solo se ven bajo su sombrero si se mira al revés o detenidamente.

### 3. *Fase de ambiente*

Teniendo en cuenta nuevamente las salidas a campo realizadas como la primera fase de la investigación justamente para abordar el cuerpo, hongo y alimento como una unidad fundamental para el diálogo estético, se realizó la planificación, montaje y desarrollo de una exposición artística con performance y un documento editorial (fanzine) titulado *Múkês*. Dicha exposición tuvo por objetivo trasladar toda la movilización interior que ocurrió en el proyecto a las personas (estudiantes, profesores o colaboradores) que con sus cuerpos atraviesan el día a día, mientras que el fanzine representó de forma visual una síntesis del proceso de creación que reiteradamente se sostiene en la exploración que nunca se detiene. Este proyecto así, se gestó como un regalo para los cuerpos que atravesando el espacio de la exposición podían pausar, interactuar, reír y dejarse llevar por los detalles, lo crucial – entender que cada cuerpo transita a su ritmo y velocidad hasta que se siente listo para salir de nuevo –.

La exposición tomó por título *Edaphikós: entre-tejidos* al remitir a lo *edáfico*, componentes que tienen que ver con el suelo y con la tierra, no solo como elementos del ecosistema sino como aspectos que unen profundamente el cuerpo con el tejido de la vida. Entre-tejidos es así, un juego de palabras que no solo implica lo entretejido como telares unidos, sino el inmiscuirse entre los tejidos que componen la red de vida del humano con la naturaleza, el propio cuerpo con la vida, el alimento que nutre.

Esta planificación ocurrió desde una primera idea de trasladar el ecosistema de bosque a un pequeño espacio, en el que en un primer momento se pensó en una diversidad de elementos que finalmente se fueron componiendo y ajustando porque representaban una saturación en el espacio.

Luego, integrando pocos elementos, se configuró la composición final de la exposición vista en un mapa (ver anexo 7) de tal manera que con pocos puntos de contacto se centrara el foco en lo que cada uno pudiese lograr en el cuerpo. A través de un recorrido libre, la exposición estuvo compuesta por cinco elementos; *un texto de sala, tres repisas* a una altura cada una (representando las tres altitudes máx. alcanzadas) y evocando los gabinetes de curiosidades, lugares antiguos que resguardaban elementos de exploradores o la naturaleza en transición que se descompone y vuelve a surgir, *un fanzine*, la producción editorial que recopila elementos de notas de campo, géneros, reflexiones íntimas y pruebas, *una instalación central* compuesta por 420 hilos de lana de ovejo beige hilada a mano de aproximadamente 5 metros cada uno en un aro colgado al techo (que evocaba la estructura del micelio desde el interior de la tierra) dispuestos junto a una tela de algodón de 7 metros con tierra, abono y aserrín con micelio, y un *conjunto de fotografías* tomadas en el trabajo de campo para constatar y documentar los géneros de hongos encontrados (ver anexo 8).

A su vez, se realizó la presentación de un performance titulado *Gea: terra corpus* que integró danza contemporánea, experimentación y movimiento libre para expresar el tránsito de cuerpos en tres extremos que lejos de reconocer y reconocerse se hayan entre sus propias situaciones tratando de salir de ahí pero que al verse entre ellos se dan cuenta que en su centro está el micelio, esa metáfora de redes y de hilos entre-tejidos que permanecen ahí para ser reconocidos. Se tomó el nombre en griego y latín de tierra

para evocar al elemento pero también el planeta y la diosa, precisamente representada a través de tres mujeres que al darse cuenta de la sensibilidad que las acoge abrazan la tierra y se sienten en ella. *Ver performance grabado (anexo 9).*

La exposición se realizó el jueves 13 de noviembre en la Sala Múltiple del edificio El Samán y estuvo abierta de 10:00 am a 6:00 pm. Se logró validar el cumplimiento del objetivo propuesto; el objetivo general y el objetivo específico tres, pues asistieron más de 45 personas de las que se recopilaron 33 registros de validación (ver anexo 10) con respuestas muy positivas frente al cambio que surge en el cuerpo al encontrarse en un espacio que propicia la pausa en la vida cotidiana. Se manifestó que la exposición fue una forma de mostrar al mundo que el diálogo estético se establece en la simpleza de la vida y que la gastronomía y el arte culinario se gestan fuertemente más allá de las comidas que rápidamente pasan por la boca. Así, haber realizado una exposición con representaciones de muchas de las movilizaciones internas y motivaciones por mostrar el quehacer gastronómico distinto, constituye uno de los pasos para seguir hablando sobre el alimento como un eje constitutivo de la vida y los cuerpos que sienten.

#### *4. Fase de gestión*

La fase de gestión consolidó el tránsito del proyecto desde el espacio de creación hacia escenarios de conversación, socialización y resonancia colectiva. Esta etapa no marca un cierre, sino la apertura de un ciclo en el que Gastró-SOFOS continúa desplegándose como un dispositivo de pensamiento y sensibilidad más allá de sus productos materiales. La gestión permitió que el proyecto se encontrara con otras voces, disciplinas y públicos, ampliando su campo de acción y validando su propósito original: propiciar diálogos en torno a la relación entre cuerpo, alimento y ecosistema.

Uno de los hitos más significativos de esta fase fue la participación en el Congreso Filosófico de estudiantes de la Universidad Nacional en Bogotá el jueves 30 de octubre del 2025, con una ponencia donde el proyecto fue presentado como una propuesta que articula gastronomía, arte y humanidades desde un enfoque sensible y ecológico que aborda profundamente la estética.

Este escenario permitió compartir la reflexión detrás del producto culinario, el fanzine y el performance, una reflexión en torno a la problemática de la automatización que hace ver con rigor el desvanecimiento de los cuerpos como cuerpos sensibles pero sobre todo una posibilidad de intercambio con estudiantes, docentes e investigadores que escuchaban desde sus propias inquietudes filosóficas. Este encuentro se tituló Congreso filosófico de estudiantes: Perspectivas filosóficas sobre la contemporaneidad Un panorama global y el trabajo conceptual presentado en la ponencia se tituló Diálogos estéticos en el quehacer gastronómico, que para mantener la conversación, aborda el eje filosófico con mayor rigor a través de la estética. (ver anexo 11).

## **Discusión**

Pensar este proyecto en su conjunto es reconocer que nunca fue una línea recta, sino un tejido vivo que se fue trenzando entre el territorio, el cuerpo y la creación. Cada fase – exploración, operación, ambiente y gestión – se comportó como un hilo que aparecía, desaparecía y reaparecía transformado, del mismo modo en que los hongos se ocultan bajo la tierra hasta que encuentran el momento propicio para manifestarse. En ese ritmo subterráneo, silencioso y paciente, se configuró un proceso donde escuchar, experimentar y compartir se volvieron gestos equivalentes.

La exploración inicial, que parecía limitada a caminar el bosque y registrar hongos, terminó siendo un ejercicio profundo de reconocimiento del propio cuerpo como territorio. En cada expedición, en cada marcha y en cada hallazgo, se insinuaba la idea de que el contacto con el entorno no es un acto externo, sino una conversación íntima donde la piel, la mirada y el pensamiento también son paisajes, invitaciones al detenimiento. Del bosque emergieron hongos, sí, pero también emergieron preguntas: ¿qué significa habitar?, ¿cómo se siente pertenecer?, ¿qué nos enseña una vida que crece en redes? ¿cómo somos bosque y este nos contiene?

La experimentación culinaria y sensorial, guiada por los mapas de combinaciones, prolongó esa misma conversación. A través del foodpairing, los ingredientes se revelaron como interlocutores inesperados y, al encontrarse, mostraron que el sabor no es un resultado fijo, sino un cruce de memorias y de historias. Lo culinario dejó de ser una técnica para convertirse en un modo de pensar. Cocinar fue, entonces, un acto filosófico: un intento de comprender cómo las cosas buscan tocarse, cómo el mundo se ordena en afinidades invisibles que solo aparecen cuando se les presta atención.

Luego, al abrirse el diálogo hacia el arte y las humanidades, el proyecto dio su giro más natural. Si los hongos son sistemas conectores del bosque, Gastró-SOFOS se convirtió en su equivalente humano: una red que une cuerpo, alimento y ecosistema en un gesto que se desborda más allá de la cocina. El performance, el fanzine, la exposición... todos estos lenguajes surgieron como extensiones del mismo impulso: hacer visible esa tensión sutil entre lo que nos alimenta y lo que somos. No como una respuesta, sino como un espacio de resonancias.

Finalmente, la gestión demostró que el proyecto no pertenece a un único lugar. Su tránsito hacia otros escenarios —académicos, artísticos, comunitarios— revela que la

propuesta está viva y en movimiento. Cada conversación sostenida, cada comentario en el congreso, cada lectura del fanzine, cada interpretación del plato, abrió una ruta nueva para seguir pensando. El proyecto se volvió un micelio: un entramado de posibilidades que continúa creciendo aunque no se vea. Allí donde alguien vuelve sobre la experiencia, el proceso renace.

En esta discusión, queda la intuición de que el trabajo no termina. Gastró-SOFOS permanece como un hilo que aún se está tejiendo, una conversación abierta entre la vida que se expande en silencio bajo la tierra y la vida que buscamos comprender desde nuestra propia sensibilidad. Porque al final, este proyecto nos recuerda algo simple y esencial: toda creación es una forma de escuchar, toda escucha es una forma de cuidado y todo cuidado es una forma de volver a sentir que estamos conectados.

### **Conclusiones y perspectivas futuras**

Este trabajo buscó volver a mirar aquello que siempre estuvo ahí: el cuerpo, el alimento, el microbioma, los ecosistemas y las tramas invisibles que nos sostienen. A través de un recorrido que mezcló teoría, sensibilidad y conversación, se hizo evidente que comer no es una función aislada, sino un acto relacional que nos inscribe en redes más amplias que el yo. Reconocer esta dimensión —viva, interdependiente y simbiótica— permite recuperar la complejidad que la modernidad había reducido a mecanismos y categorías. En ese gesto de volver a escuchar lo pequeño, lo lento y lo subterráneo, el proyecto encontró su fuerza.

Quedan abiertas múltiples sendas para continuar este tejido. Entre ellas, profundizar en cómo diferentes culturas comprenden y practican la relación con lo que comen; explorar intervenciones artísticas y comunitarias que traduzcan estas ideas a experiencias sensibles;

y ampliar el diálogo interdisciplinar entre filosofía, biología, nutrición, arte y ecología. El proyecto también invita a pensar nuevos modos de educación que incorporan el microbioma y los ecosistemas como protagonistas del aprendizaje corporal. Todo esto apunta a un horizonte donde la vida se estudia no como una suma de partes, sino como una conversación incesante entre cuerpos, territorios y mundos.

## Referencias

- Aduriz, A. L. (2019). *MUGARITZ: PUNTOS DE FUGA*. Editorial Planeta Gastro.  
<https://yamidmunoz.com/wp-content/uploads/2022/07/Puntos-de-fuga-Andoni-Luis-Aduriz.pdf>
- Asociación de Academias de la Lengua Española [ASALE]. (2010). *Boleo*.  
<https://www.asale.org/damer/boleo>
- Basterrechea, B (2024, 29 de agosto). *Mucosa intestinal: nuestra línea de defensa contra las enfermedades*. <https://www.fundacionrenequinton.org/blog/mucosa-intestinal-funciones/#:~:text=barrera%20del%20intestino?-.%C2%BFQu%C3%A9%20es%20la%20mucosa%20del%20intestino?,de%20ant%C3%ADgenos%20y%20microorganismos%20nocivos>.
- Café Kyoto. (2025, 28 de enero). *La McDONALIZACIÓN del MUNDO*. [Video]. YouTube.  
<https://www.youtube.com/watch?v=mb7dnsKVGJU>
- Consuegra, C. (2021). Metabolismos planetarios. En V. Mata (Ed.), *Comer relaciona (y confronta) mundos*. (pp. 20 -31). Centro Cultural de España en México.  
[https://issuu.com/ccemx.org/docs/comer\\_relaciona\\_y\\_confronta\\_mundos\\_2021\\_spreads\\_al](https://issuu.com/ccemx.org/docs/comer_relaciona_y_confronta_mundos_2021_spreads_al)
- Coucquyt, P., Lahousse, B. y Langenbick, J. (2021). *El arte y la ciencia del Foodpairing*. Editorial Neo Person Cook.
- Dare to Know! (2021, 5 de diciembre). Taste as Experience: The Philosophy and Aesthetics of Food | Nicola Perullo | EP. 8 Food Series. [Video]. YouTube.  
[https://www.youtube.com/watch?v=CxgSVSX\\_F7k](https://www.youtube.com/watch?v=CxgSVSX_F7k)
- Diccionario Colombia. (2020, 2 de mayo). *Boleo*.  
<https://diccionariocolombia.com/significado/boleo>
- Diccionario de la Lengua Española [DEL]. (2019, 6 de febrero). *Culinario, ria*.  
<https://dle.rae.es/culinario>

- Droppelmann, V. (2022, 1 de junio). *Micelio: las impresionantes redes naturales de la Tierra*. <https://laderasur.com/articulo/micelio-las-impresionantes-redes-naturales-de-la-tierra/?srsltid=AfmBOoqaHkFi2UkJYIDNhpu8-wRq98715bmEWsSF42tI-Rlf4hpL1ymp>
- Enders, G. (2024). *La digestión es la cuestión*. Editorial Urano.
- Evrensel, A. & Ünsalver, B. Ö. (Eds.). (2018). *Gut Microbiota - Brain Axis*. IntechOpen. [https://mts.intechopen.com/storage/books/7472/authors\\_book/authors\\_book.pdf](https://mts.intechopen.com/storage/books/7472/authors_book/authors_book.pdf)
- Fischler, C. (1988). Food, Self and Identity. *Social Science Information*, 27(2), 275-292. <https://journals.sagepub.com/doi/epdf/10.1177/053901888027002005>
- García Lemos, A. & Bolaños, A. C. (2010). *Macrohongos presentes en el bosque seco tropical de la región del Valle del Cauca, Colombia*. *Revista de Ciencias, Universidad del Valle*, 15, 31-38.
- Giove, R. (2017). Rituales de la vida, cotidianos y sagrados. En J. Mabit, y L. Berlowitz (Eds.), *Foros Internacionales: espiritualidad indígena y mundo occidental*. (pp. 39-45). Centro Takiwasi. Fondation Assistance Internationale. <https://takiwasi.com/pdf/publicaciones/dtk/ritualesdelavida.pdf>
- Hellochefs. (2022, 10 de noviembre). *Alchemist y Mugaritz se unen para ofrecer una experiencia gastronómica experimental*. <https://www.hellochefs.es/alta-cocina/v/alchemist-mugaritz-unen-ofrecer-experiencia-gastronomica-experimental>
- Labster. (2022, 17 de febrero). *Epitelio intestinal*. <https://theory.labster.com/es/intestinal-epithelium/>
- Méndez, L. M. (2024). La cocina como espacio de representación del cuerpo y expresión social y cultural de lo cotidiano en América Latina. *Textures*, 1(28). <https://publications-prairial.fr/textures/index.php?id=1066#quotation>
- Museo del hongo. (2025). Acerca de. <https://museodelhongo.cl/acerca/>

Muzeum Gastronomie. (2013, 21 de octubre). *LA GASTRONOMÍA*.

<https://www.muzeumgastronomie.cz/es/node/75>

Nomad Adventures. (2024, 19 de agosto). *La magia biológica del micelio*.

<https://www.nomadadventures.mx/post/la-magia-biologica-del-micelio>

Panccini Cocina Sana [@alepanccini]. (2025, 17 de febrero). El comer es un ritual , una repetición de un acto diario con un sentido simbólico. [Publicación]. Instagram.

<https://www.instagram.com/p/DGMX3->

[ER1R0/?utm\\_source=ig\\_web\\_copy\\_link&igsh=MzRIODBiNWFIZA==](https://www.instagram.com/p/DGMX3-ER1R0/?utm_source=ig_web_copy_link&igsh=MzRIODBiNWFIZA==)

Quintero, M. P. (2021). ATHANOR. Tesis de grado en Artes. Repositorio Institucional Séneca Universidad de los Andes.

<https://repositorio.uniandes.edu.co/entities/publication/8352474b-94c4-4ea9-becf-b43163842607>

Real Academia Española [RAE]. (2025, 20 de marzo). *Transversal*.

<https://dle.rae.es/transversal>

Real Academia Española [RAE]. (2024, 23 de mayo). *Culinario, culinaria*.

<https://www.rae.es/diccionario-estudiante/culinario>

Ritzer, G. (1996). *La McDonalización de la sociedad. Un análisis de la racionalización en la vida cotidiana*. (I. Hierro y R. Hierro, Trad., 1ª Ed.) Editorial Ariel S.A. (Trabajo original publicado el 1993). <https://socialesenpdf.wordpress.com/wp-content/uploads/2013/08/ritzer-george-la-mcdonalizacion-de-la-sociedad.pdf>

Steffens, K. (2023, septiembre 25). *The gut-brain connection*. The Autism Community in Action [TACA]. <https://tacanow.org/family-resources/the-gut-brain-connection/>

Trovero, J. I. (2012). *Max Weber y el proceso de racionalización occidental:*

*consideraciones en torno a su influjo sobre la tipología de la dominación legítima.*

[https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab\\_eventos/ev.2306/ev.2306.pdf](https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.2306/ev.2306.pdf)

Turrell, C. (2024, julio). Fungal detox: investors eye mycelium bioremediation. *Nature Biotechnology* 42(1), 995–1001. <https://doi.org/10.1038/s41587-024-02315-y>

Wang, H., & Wang, Y. (2016). Gut Microbiota-brain Axis. *Chinese Medical Journal*, 129(19), 2373-2380.  
<https://www.proquest.com/docview/1848967642/553CDF3724234F46PQ/1?accountid=13250&sourcetype=Scholarly%20Journals>

## **Anexos**

Anexo 1. Obra Plástico (no) consumido. Rapidógrafo sobre papel del artista Leo Arboleda (2025, 5 de febrero). Ver en el siguiente link: [https://javerianacaliedu-my.sharepoint.com/:i:/g/personal/lin6928\\_javerianacali\\_edu\\_co/IQC4-3-FlyytSp2QdhBYyguTAeT5hRbITUk6T5jZRofkoo8?e=iEICq9](https://javerianacaliedu-my.sharepoint.com/:i:/g/personal/lin6928_javerianacali_edu_co/IQC4-3-FlyytSp2QdhBYyguTAeT5hRbITUk6T5jZRofkoo8?e=iEICq9)

Anexo 2. Recopilatorio de fotografías de trabajo de campo. [https://javerianacaliedu-my.sharepoint.com/:f:/g/personal/lin6928\\_javerianacali\\_edu\\_co/IgCKkUjiClfxQJTvGJQVpcLEARPOKYtIxp4BbL8BklX3LI?e=GAt8HN](https://javerianacaliedu-my.sharepoint.com/:f:/g/personal/lin6928_javerianacali_edu_co/IgCKkUjiClfxQJTvGJQVpcLEARPOKYtIxp4BbL8BklX3LI?e=GAt8HN)

Anexo 3. Mapa de combinaciones compatibles organolépticamente de Champiñón. [https://javerianacaliedu-my.sharepoint.com/:i:/g/personal/lin6928\\_javerianacali\\_edu\\_co/IQBKo2UI08TASJUydvbQcODOAXSsJfJb46XkcexfuAoCmvY?e=MUrvsd](https://javerianacaliedu-my.sharepoint.com/:i:/g/personal/lin6928_javerianacali_edu_co/IQBKo2UI08TASJUydvbQcODOAXSsJfJb46XkcexfuAoCmvY?e=MUrvsd)

Anexo 4. Mapa de combinaciones compatibles organolépticamente de Pleurotus. [https://javerianacaliedu-my.sharepoint.com/:i:/g/personal/lin6928\\_javerianacali\\_edu\\_co/IQCf\\_lIuec10Rb3y\\_P4BhHLTAYOYV-G8ZcAec6O-wcTpOr4?e=rBvmdD](https://javerianacaliedu-my.sharepoint.com/:i:/g/personal/lin6928_javerianacali_edu_co/IQCf_lIuec10Rb3y_P4BhHLTAYOYV-G8ZcAec6O-wcTpOr4?e=rBvmdD)

Anexo 5. Food thinking y concepto. [https://javerianacaliedu-my.sharepoint.com/:f:/g/personal/lin6928\\_javerianacali\\_edu\\_co/IgAkaHYZE-GwSLDx\\_7-c-iMYASGhkaENGkIFnG7dt9t-lFQ?e=z6J0YG](https://javerianacaliedu-my.sharepoint.com/:f:/g/personal/lin6928_javerianacali_edu_co/IgAkaHYZE-GwSLDx_7-c-iMYASGhkaENGkIFnG7dt9t-lFQ?e=z6J0YG)

Anexo 6. Ideación documento editorial y exposición artística con performance. [https://javerianacaliedu-my.sharepoint.com/:f:/g/personal/lin6928\\_javerianacali\\_edu\\_co/IgCFhd81oR1RR5h42DRVAU56AafHmXCx1Kn7zzTMOtOpNFk?e=KKomvQ](https://javerianacaliedu-my.sharepoint.com/:f:/g/personal/lin6928_javerianacali_edu_co/IgCFhd81oR1RR5h42DRVAU56AafHmXCx1Kn7zzTMOtOpNFk?e=KKomvQ)

Anexo 7. Mapa de exposición. [https://javerianacaliedu-my.sharepoint.com/:b:/g/personal/lin6928\\_javerianacali\\_edu\\_co/IQD89YBoVtJRQbZV14ZoxZb9AZPToOscKcrXCLochMj0YcE?e=oFkqy3](https://javerianacaliedu-my.sharepoint.com/:b:/g/personal/lin6928_javerianacali_edu_co/IQD89YBoVtJRQbZV14ZoxZb9AZPToOscKcrXCLochMj0YcE?e=oFkqy3)

Anexo 8. Memorias de un telar (presentación de recopilación de fotografías de la exposición realizada). [https://www.canva.com/design/DAG4t9Toy60/IWbsYXkgljeKl5q7eNthFg/view?utm\\_content=DAG4t9Toy60&utm\\_campaign=designshare&utm\\_medium=link2&utm\\_source=unique-links&utlId=hf53855061c](https://www.canva.com/design/DAG4t9Toy60/IWbsYXkgljeKl5q7eNthFg/view?utm_content=DAG4t9Toy60&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=unique-links&utlId=hf53855061c)

Anexo 9. Video performance Gea: terra corpus. [https://javerianacaliedu-my.sharepoint.com/:v:/g/personal/lin6928\\_javerianacali\\_edu\\_co/IQAZ9ttrWjTzQ75kPwVRIICPAXVga8rsvGg9peB9IejL0Jg?nav=eyJyZWZlcnJhbEluZm8iOmsicmVmZXJyYWxBcHAiOiJPbmVEcm12ZUZvckJ1c2luZXNzIiwicmVmZXJyYWxBcHBQbGF0Zm9ybSI6IldYiIsInJlZmVycmFsTW9kZSI6InZpZXciLCJyZWZlcnJhbFZpZXciOiJNeUZpbGVzTGluYVZpZXciOj0&e=mrneKA](https://javerianacaliedu-my.sharepoint.com/:v:/g/personal/lin6928_javerianacali_edu_co/IQAZ9ttrWjTzQ75kPwVRIICPAXVga8rsvGg9peB9IejL0Jg?nav=eyJyZWZlcnJhbEluZm8iOmsicmVmZXJyYWxBcHAiOiJPbmVEcm12ZUZvckJ1c2luZXNzIiwicmVmZXJyYWxBcHBQbGF0Zm9ybSI6IldYiIsInJlZmVycmFsTW9kZSI6InZpZXciLCJyZWZlcnJhbFZpZXciOiJNeUZpbGVzTGluYVZpZXciOj0&e=mrneKA)

Anexo 10. Listado de asistencia y modelo de tarjeta de validación dada a los visitantes de la exposición. <https://javerianacaliedu->

[my.sharepoint.com/:f/g/personal/lin6928\\_javerianacali\\_edu\\_co/IgA24k\\_LkqtJT4rB4coocsDkAexnk3tGjvqmIRJhpPHKUiE?e=Jufor7](https://my.sharepoint.com/:f/g/personal/lin6928_javerianacali_edu_co/IgA24k_LkqtJT4rB4coocsDkAexnk3tGjvqmIRJhpPHKUiE?e=Jufor7)

Anexo 11. Documentos del congreso filosófico; resumen, ponencia y presentación proyectada. <https://javerianacaliedu->

[my.sharepoint.com/:f/g/personal/lin6928\\_javerianacali\\_edu\\_co/IgAudxfqHCP9S78TMDANI55bATmmSNDenZANT8KiQT1bqpo?e=qvEtBF](https://my.sharepoint.com/:f/g/personal/lin6928_javerianacali_edu_co/IgAudxfqHCP9S78TMDANI55bATmmSNDenZANT8KiQT1bqpo?e=qvEtBF)